



## Penyuluhan Manfaat Pijat Bayi di Desa Bale Kecamatan Tanantovea Kabupaten Donggala

Widya Pani

Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Indonesia

Email: [wpani7172@gmail.com](mailto:wpani7172@gmail.com)

### Article History:

Received : 05-08-2022

Accepted : 29-09-2022

Published : 27-12-2022

### Kata Kunci:

Penyuluhan;

Manfaat;

Pijat Bayi.

### ABSTRAK

Bayi adalah salah satu kelompok yang rawan akan gangguan kesehatan ataupun serangan penyakit. Kesehatan bayi wajib diperhatikan untuk membuktikan bahwa kesehatan mereka tetap dalam keadaan optimal. Pijat bayi ialah kebiasaan turun temurun yang bisa membantu memaksimalkan tumbuh kembang pada bayi. Pijat bayi merupakan salah satu jenis rangsangan dini yang dilakukan pada bayi untuk memaksimalkan tumbuh dan kembangnya. Dukun dahulunya banyak melakukan pijat bayi akan tetapi ibu yang mempunyai bayi juga bisa melakukan pijat bayi. Kegiatan ini memiliki tujuan untuk menambah pemahaman orang tua tentang kegunaan dari pemijatan bayi, dan dapat dilakukan dengan memijat langsung kepada bayinya. Metode pengabdian masyarakat ini menggunakan metode ceramah dan evaluasi. Hal ini bermaksud untuk menambah kecerdasan sang ibu terhadap manfaat dan penting nya di lakukan pemijatan pada bayi. Berdasarkan dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat yaitu terjadi peningkatan pengetahuan dari 40% menjadi 80% setelah dilakukan penyuluhan manfaat pijat bayi, bisa di simpulkan bahwa peningkatan pemahaman ibu terhadap pentingnya manfaat pijat bayi setelah diberikannya edukasi tersebut sang ibu sudah lebih memahami betapa pentingnya manfaat pijat bayi. Kegiatan penyuluhan manfaat pijat bayi ini terdapat hasil peningkatan pengetahuan ibu dan dapat meningkatkan keterampilan ibu untuk melakukan pijat bayi. Kegiatan penyuluhan masih banyak kekurangan, sehingga saran untuk pengabdian selanjutnya adanya metode lain yang bisa membantu bertambah maksimal ketika melakukan pijat bayi.

### Keywords:

Education;

Benefit;

Baby Massage.

### ABSTRACT

Babies are a group that is prone to health problems or disease attacks. Baby health must be considered to prove that their health remains in optimal condition. Baby massage is a hereditary habit that can help maximize growth and development in babies. Baby massage is one type of early stimulation performed on babies to maximize their growth and development. Traditionally, shamans used to massage babies a lot, but mothers who have babies can also do baby massages. This activity has the aim of increasing parents' understanding of the usefulness of baby massage and can be done by directly massaging the baby. This community service method uses lecture and evaluation methods. This intends to increase the intelligence of the mother about the benefits and importance of doing baby massage. Based on the results of community service activities, namely an increase in knowledge from 40% to 80% after education of the benefits of baby massage, it can be concluded that the increase in mother's understanding of the importance of the benefits of baby massage after giving this education, the mother already understands more about the importance of the benefits of baby massage. Education of the benefits of baby massage increased the mother's knowledge and could improve the mother's skills in doing baby massage. There

---

*are still many shortcomings in outreach activities, so suggestions for further community service are other methods that can help increase the maximum when doing baby massage.*



---

©2022 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

## PENDAHULUAN

Bayi adalah salah satu kelompok yang rawan akan gangguan kesehatan ataupun serangan penyakit. Kesehatan bayi wajib diperhatikan untuk membuktikan bahwa kesehatan mereka tetap dalam keadaan optimal (Wintoro & Wahyuningsih, 2022). Pijat bayi ialah kebiasaan turun temurun yang bisa membantu memaksimalkan tumbuh kembang pada bayi (Imron & Wardarita, 2019). Pijat bayi merupakan salah satu jenis rangsangan dini yang dilakukan pada bayi untuk memaksimalkan tumbuh dan kembangnya. Dukun dahulunya banyak melakukan pijat bayi akan tetapi saat ini orang tua bayi juga bisa melakukan pijat bayi terutama ibu. Pijat bayi yang dilakukan oleh ibu dengan menggunakan sentuhan dapat memberi rangsangan kepada bayi yaitu pada panca indera dan juga perkembangan otak bayi (Sri & Susanti, 2022). Biasanya pijat bayi bisa disebut juga stimulus *touch*. Pijat bayi telah terkenal sejak beratus-ratus tahun yang lalu di berbagai bangsa dan kebudayaan dengan beraneka bentuk terapi. Pijat bayi juga merupakan rangsangan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi (Aditia, 2018).

Pijat bayi merupakan suatu pemijatan yang dilaksanakan dengan sentuhan-sentuhan halus di permukaan kulit bayi (Rangkuti, 2021). Pijat bayi adalah perawatan kesehatan yang berupa terapi sentuh dengan menggunakan teknik tertentu yang dilakukan pada bayi sehingga pengobatan dan terapi bisa tercapai. Terapi pijat bayi berguna untuk mengurangi stres, sekresi kortisol dan menambah sekresi hormon melatonin kepada bayi. Meningkatnya kadar hormon melatonin menjadikan bayi merasa lebih baik sehingga bisa memperbaiki pola tidur dan menambah berat badan bayi. Mengingat banyaknya keuntungan yang diperoleh dari rangsangan pijat bayi sehingga perlu dilakukan kegiatan penyuluhan dan pendekatan individual pada ibu-ibu yang mempunyai bayi agar paham dan mengerti keuntungan dari pijat bayi dan bisa melakukan pijat bayi dengan baik dan benar. Pijat bayi adalah salah satu metode yang baik dalam memberikan rangsangan pertumbuhan dan perkembangan bayi dan Balita (Pamungkas et al., 2021). Banyaknya keuntungan yang dihasilkan oleh rangsangan tersebut, sehingga sekarang ini banyak dilakukan penelitian yang berhubungan dengan pijat bayi, karena keuntungan dari pijat bayi tersebut amat besar, baik perkembangan secara emosional maupun secara fisik (Damanik et al., 2022).

Pemijatan pada bayi bisa memberi rasa tenang, menimbulkan hubungan emosi dan sosial yang baik antara orang tua dan bayinya (Zaen & Arianti, 2019). Bayi bisa bertumbuh tumbuh dan berkembang baik ketika keperluan dasarnya dapat terwujud, yakni asah, asih dan asuh (Pamungkas et al., 2020).

Sentuhan lembut dari pijat bayi memberikan rasa damai serta memberikan efek pengobatan dari diri sendiri pada bayi. Pijat yang dilakukan dengan rutin pada bayi bisa mengundang aksi saraf dan merangsang nervus vagus yang akan menumbuhkan peristaltik usus, akibatnya pemasukan makanan di dalam tubuh menjadi lebih maksimal. Rangsangan sensorik pada pijat bayi terbukti bisa merangsang kemajuan dan meningkatkan perkembangan syaraf-syaraf pada bayi (Winarsih et al., 2022).

Pemijatan pada bayi sangatlah penting dan juga bermanfaat dilakukan terhadap bayi yang berusia 0 sampai 3 bulan dan juga bisa dilakukan terhadap bayi yang berusia 3 bulan keatas. Meskipun pemijatan terhadap bayi memiliki manfaat yang besar bagi bayi, tetapi faktanya masih banyak ibu yang tidak melakukan pemijatan terhadap bayinya, salah satu faktor penyebabnya adalah masih kurangnya pengetahuan ibu tentang pemijatan terhadap bayi (Imron & Wardarita, 2019). Pemijatan bayi memiliki banyak manfaat sehingga perlu dilakukan oleh ibu yang mempunyai bayi, karena orang tua bisa saja mengalami permasalahan dalam membesarkan anak-anaknya seperti tidak bisa tertidur dengan nyaman dan sulit untuk makan, sehingga rawan terkena penyakit.

Melakukan pijat bayi di Indonesia khususnya di kalangan masyarakat desa masih dilakukan oleh dukun bayi. Selama pemijatan bayi tidak perlu dilakukan terhadap bayi yang sehat, tetapi juga dilakukan terhadap bayi yang kurang sehat, sakit atau sedang rewel dan sudah menjadi kebiasaan dalam merawat bayi setelah lahir (Dewi et al., 2021). Biasanya di desa atau di kampung pemijatan terhadap bayi dilakukan oleh dukun bayi ataupun dukun pijat, namun cara dan tujuannya memiliki perbedaan dengan pijat bayi pada saat ini. Pada beberapa tahun terakhir, fungsi dan manfaat dari pemijatan bayi mulai diperhatikan oleh tenaga kesehatan profesional dan memperhatikan aspek kesehatan bidang kedokteran (Jayanti & Mayasari, 2022). Para ibu diharapkan bisa memenuhi kegiatan pemijatan terhadap bayi mereka di rumah sehingga bisa menjadi salah satu pendukung strategi usaha Indonesia Sehat dengan mempromosikan upaya promotif dan preventif dengan pemberdayaan masyarakat (Herlinda, 2022). Banyak orang tua yang belum paham akan pentingnya manfaat pemijatan terhadap bayi sehingga hanya memberikan pijatan seadanya. Bahkan ada juga ibu yang tidak pernah atau belum sama sekali melakukan pemijatan kepada bayinya (Amri, 2020).

Sentuhan merupakan bagian yang penting bagi perkembangan neonatus. Penelitian menunjukkan bahwa bayi yang tidak mendapatkan sentuhan akan mengalami gangguan pertumbuhan, kesulitan untuk membangun kedekatan dengan orang tua dan kemungkinan akan mengalami masalah psikologis, sentuhan (pijat) yang diberikan kepada bayi setelah kelahiran memiliki manfaat yang besar pada pertumbuhan dan perkembangan bayi. Secara ilmiah, pijatan memberi stimulus pada hormon di dalam tubuh, seperti nafsu makan, tidur, ingatan, pengaturan temperatur, mood, perilaku, fungsi pembuluh darah, kontraksi otot, pengaturan sistem endokrin dan depresi. Kegiatan pijat bayi yang dilakukan ibu secara mandiri dengan memakai metode yang komplit bertambah substansial ketika melakukan kegiatan pijat bayi dibandingkan dengan ibu yang hanya dibagikan *leaflet* saja, yang berarti pemahaman ibu harus lebih diasah

sebelumnya agar dapat menerima penyuluhan ketika pijat bayi dilakukan. Pijat bayi menjadi maksimal apabila peserta melakukannya dengan benar. Masih terdapat banyak orang tua yang tidak pernah sama sekali melakukan pemijatan terhadap bayinya, mereka lebih percaya pada dukun bayi yang terdapat di desa atau pijat tradisional, sehingga pengabdian tertarik untuk memberi penyuluhan terhadap orang tua bayi tentang pemijatan bayi. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman orang tua tentang manfaat pijat bayi, dan dapat dilakukan dengan memijat langsung kepada bayinya. Pada umumnya masih banyak ibu yang merasa takut untuk melakukan pemijatan bayinya sendiri dirumah. Sehingga kegiatan ini diharapkan bisa membangun kepercayaan diri ibu untuk melakukan pijat bayi sendiri dirumah (Saputri, 2019).

### **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan penyuluhan ini di laksanakan pada tanggal 23 juli 2022 di Dusun 1, Desa Bale kecamatan tanantovea kabupaten Donggala. Penyuluhan yang diangkat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi dirumah. Untuk sasaran pada kegiatan ini adalah ibu-ibu yang memiliki bayi berusia 3-12 bulan. Sasaran di tunjukan untuk 6 peserta. Metode pengabdian masyarakat ini menggunakan metode ceramah dan evaluasi. Hal ini bermaksud untuk menambah kecerdasan sang ibu terhadap manfaat dan pentingnya di lakukan pemijatan pada bayi. Selain itu, penyampaian atau edukasi materi ini berbentuk *leaflet* dan klipng tentang manfaat pijat bayi.

Adapun penilaian keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilihat dari daftar hadir dan antusias peserta yang ikut selama kegiatan berlangsung, para peserta antusias dalam mendengarkan penyuluhan yang di berikan, keberhasilan penyampaian materi juga dilihat dari kuesioner pre dan post yang terdiri atas delapan pernyataan-pertanyaan yang berisi soal pernyataan positif dan negatif.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan kegiatan ini merupakan salah satu cara untuk memberi pengetahuan kepada ibu tentang pentingnya dilakukan pemijatan pada bayi. Ada beberapa hal yang harus dikaji pada hasil penyuluhan ini, yakni motivasi peserta yang awalnya kurang akibat kurang percaya diri ketika melaksanakan pemijatan pada bayi, dan semangat peserta sesudah diberikan penyuluhan semakin meningkat, para peserta menyimak materi penyuluhan dengan baik dan terjadi interaksi selama sesi diskusi dan tanya jawab.

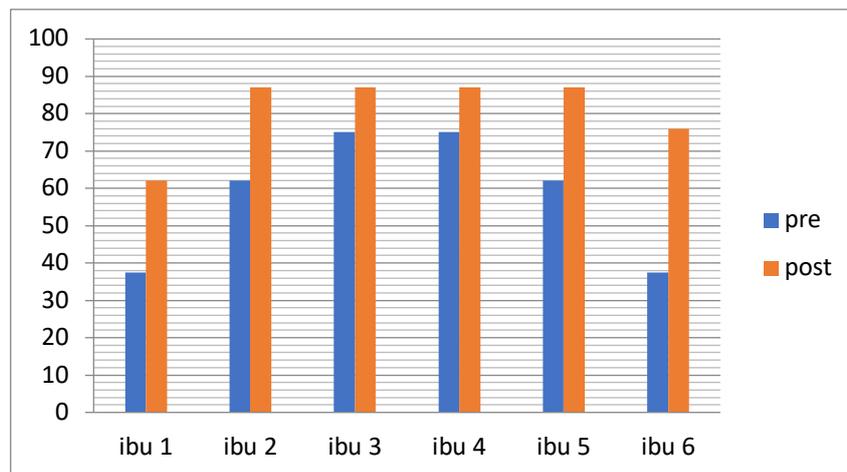
Penyuluhan tentang manfaat pijat bayi ini dimulai dengan pemberian *leaflet* kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi atau ceramah terkait manfaat pijat bayi, serta menjelaskan pengertian, tujuan pijat bayi, syarat-syarat pijat bayi, dan waktu pelaksanaan pijat bayi (gambar 1). Setelah penyampaian materi tentang pijat bayi, peserta diberi kesempatan untuk bertanya. Pada sesi tanya jawab terjadi diskusi yang menarik karena peserta antusias dalam bertanya dan memberi tanggapan (gambar 2).



Gambar 1. Penyampaian materi tentang *baby massage*

Gambar 2. Diskusi dan tanya jawab

Pada kegiatan ini ibu mendapatkan pengetahuan tentang pentingnya manfaat pijat pada anaknya agar membuat bayi merasa nyaman dan tenang, melancarkan pencernaan, membuat tidur lebih nyenyak, mengurangi kadar bilirubin, serta dapat memperkuat hubungan antara orang tua dan bayinya. Setelah penyuluhan dilakukan pengukuran pengetahuan peserta menggunakan kuesioner yang terdiri atas 8 pernyataan mengenai manfaat pijat bayi. Terjadi peningkatan pengetahuan ibu mengenai manfaat pijat bayi sebelum dan setelah penyuluhan (grafik 1).



Grafik 1. Pengetahuan ibu tentang manfaat pijat sebelum dan setelah penyuluhan

Hasil kegiatan menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan dari 40% menjadi 80% setelah dilakukannya penyuluhan. Ibu sudah mulai memahami mengenai manfaat pijat bayi, diharapkan ibu dapat melakukan pijat bayi dirumah sendiri. Pengetahuan yang baik tentang pijat bayi akan mendukung perilaku ibu dalam melakukan pijat pada bayinya. Menurut penelitian ada pengaruh antara pengetahuan dengan perilaku pijat bayi (Marsaoly, 2018).

Pendidikan kesehatan seperti penyuluhan tentang pijat bayi dapat meningkatkan kemampuan pijat bayi seorang ibu menjadi lebih baik didukung dengan metode

pendidikan seperti ceramah dan penggunaan media pembelajaran seperti leaflet ataupun video rekaman pijat bayi (Andaruni, 2018). Perilaku ibu melakukan pijat bayi secara mandiri lebih baik setelah diberi penyuluhan langsung dibanding ibu yang hanya diberi leaflet saja, artinya pengetahuan ibu harus diasah dahulu untuk dapat menerima pengetahuan dalam melakukan pijat bayi. Sehingga pijat bayi ini akan maksimal dilakukan dengan benar oleh responden. Hasil survey yang ditemukan masih banyak ibu yang tidak pernah melakukan pijat bayi sendiri, mereka cenderung lebih percaya kepada dukun bayi atau pijat tradisional.

### SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang pentingnya manfaat pijat bayi setelah dilakukan kegiatan penyuluhan pijat bayi. Kemajuan ini dapat dilihat dari:

1. Terjadi diskusi aktif setelah kegiatan penyuluhan pijat bayi dilaksanakan
2. Terdapat respon positif mengenai penyuluhan kegiatan pijat bayi
3. 80% responden memahami pentingnya manfaat pijat bayi

Kegiatan penyuluhan pijat bayi ini masih terdapat kekurangan yang dapat diperbaiki melalui kegiatan pengabdian selanjutnya, pengabdian menyarankan agar pada kegiatan pengabdian selanjutnya dapat dilakukan metode lain untuk memaksimalkan pengetahuan dan keterampilan peserta seperti demonstrasi dan simulasi langsung dalam melakukan pijat bayi.

### DAFTAR PUSTAKA

- Aditia, D. S. (2018). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Teknik Pijat Pada Bayi di PMB Bidan Neli Harahap , Am. Keb Kota Padangsidempuan Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 8(2), 1–6. <https://jurnal.adila.ac.id/index.php/jik/article/view/36/34>
- Amri, S. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Terhadap Pijat Bayi di BPM Wulansari Kecamatan Binjai Timur Kotamadya Binjai tahun 2019. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.34012/jumkep.v5i1.1135>
- Andaruni, N. Q. R. (2018). Pengaruh Penyuluhan Teknik Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Pijat Bayi Pada Ibu Di Kelurahan Tanjung Karang Tahun 2015. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM.Mataram*, 3(1), 54–58. <https://doi.org/10.31764/mj.v3i1.127>
- Damanik, N. S., Simanjuntak, P., & Febrina Sinaga, P. N. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 0-6 Bulan. *Indonesian Health Issue*, 1(1), 83–89. <https://doi.org/10.47134/inhis.v1i1.15>
- Dewi, S. S. S., Ramadhini, D., & Aswan, Y. (2021). Efektifitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi di Ruang Perinatologi RSUD Inanta Kota Padangsidempuan. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 170–175. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.296>
- Herlinda, & Nilawati, I. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi di BPM Simpang Kandis Kota Bengkulu. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 7(1), 16–20. <https://doi.org/10.51851/jkb.v7i1.337>
- Imron, R., & Wardarita, P. (2019). Pengetahuan Ibu Paska Melahirkan Tentang Pijat

- Bayi Di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 226–230. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1312>
- Jayanti, N. D., & Mayasari, S. I. (2022). Pemantauan Pertumbuhan Dengan Pijat Bayi Oleh Kader Posyandu Balita dalam Periode Emas 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan). *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 766–770. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/8369/4593>
- Marsaoly, S. (2018). Knowledge and Mother Attitude about Baby Massage Behavior in Posyandu Kelurahan Maliaro Central Ternate City. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 179–185. <https://doi.org/10.56338/pjkm.v8i2.632>
- Pamungkas, C. E., Amini, A., & Rahmawati, C. (2020). Sentuhan Kasih Ibu, Upaya Stimulasi Tumbuh Kembang Anak Dengan Pijat Bayi Pada Anak Usia 0-3 Tahun Di Desa Selebung Ketangga, Kecamatan Keruak Kabupaten Lombok Timur. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 356–362. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.3223>
- Pamungkas, C. E., Rofita, D., WD, S. M., Maharani, A. B., Gustiana, Y., & Annisa, A. (2021). Edukasi Manfaat Pijat Bayi, Upaya Meningkatkan Kesehatan Pada Bayi Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Telagawaru Lombok Barat. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 376–381. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v5i1.6250>
- Rangkuti, S. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Dewi Suyanti Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JURKESMAS)*, 1(1), 34–42. <https://doi.org/10.53842/jkm.v1i1.10>
- Saputri, N. (2019). Pentingnya Manfaat Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 49–52. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v3i2.2844>
- Sri, N., & Susanti, R. (2022). Hubungan Pendidikan Dan Informasi Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi. *Jurnal Kesehatan Jompa*, 1(1), 59–64. <https://doi.org/10.55784/jkj.Vol1.Iss1.153>
- Winarsih, B. D., Hartini, S., Lestari, D. T., Yusianto, W., & Faidah, N. (2022). Pijat Bayi Dan Perawatan Metode Kanguru Sebagai Upaya Peningkatan Berat Badan Pada BBLR. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 5(2), 101–110. <https://doi.org/10.31596/jpk.v5i2.210>
- Wintoro, P. D., & Wahyuningsih, A. (2022). Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Penambahan Berat Badan Bayi Di Klinik Kusuma Husada Bayat. *INVOLUSI Jurnal Ilmu Kebidanan*, 12(1), 23–28. <https://ejournal.stikesmukla.ac.id/index.php/involusi/article/view/337>
- Zaen, N. L., & Arianti, R. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Bidan Praktek Mandiri Nurul Umaira Titi Papan Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 5(2), 87–94. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v5i2.389>