

PENINGKATAN BERAT BADAN BAYI MELALUI KELAS PIJAT UNTUK USIA 1-6 BULAN

Lailaturohmah¹, Erda Restya Agustin²

¹⁻²D3 Kebidanan Akademi Kebidanan Ganesha Husada Kediri

Email: *ellalalala89@gmail.com¹
erdarestiyaagustin@yahoo.com²

ABSTRAK

Latar Belakang: Peningkatan berat badan bayi merupakan indikator penting dalam pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi. Salah satu metode yang efektif dalam mencapai hal ini adalah melalui pijat bayi, yang dapat memberikan stimulasi fisik dan psikologis bagi bayi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan berat badan bayi usia 1-6 bulan melalui kelas pijat bayi yang dilaksanakan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri. **Metode** yang digunakan meliputi sosialisasi, edukasi, dan pelatihan teknik pijat bayi oleh tenaga kesehatan yang kompeten. Pelatihan ini mencakup panduan praktis mengenai teknik pijat bayi yang aman dan efektif untuk meningkatkan berat badan dan kesejahteraan bayi, serta memperkuat ikatan antara ibu dan anak. **Hasil** pengabdian menunjukkan bahwa dari 10 bayi yang mengikuti program, 8 bayi (80%) mengalami peningkatan berat badan setelah mengikuti sesi pijat bayi, sementara 2 bayi (20%) memiliki berat badan yang tetap. Tidak ada bayi yang mengalami penurunan berat badan. Hasil ini menunjukkan bahwa kelas pijat bayi memiliki dampak signifikan dalam meningkatkan berat badan bayi, yang merupakan indikator penting untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal mereka. Dengan demikian, program kelas pijat bayi ini dapat dianggap efektif dalam meningkatkan kesehatan fisik dan psikologis bayi, serta memperkuat peran ibu dalam pengasuhan yang mendukung tumbuh kembang optimal anak-anak mereka.

Kata Kunci: Bayi usia 1-6 bulan, Peningkatan berat badan, Pijat bayi

ABSTRACT

Increasing infant weight is an important indicator of optimal growth and development. One effective method to achieve this is through baby massage, which can provide both physical and psychological stimulation for the infant. This community service activity aims to increase the weight of infants aged 1-6 months through baby massage classes conducted at Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri. The program involved 10 mothers with infants aged 1-6 months as participants. The methods used included socialization, education, and training in baby massage techniques by competent healthcare professionals. The training provided practical guidance on safe and effective baby massage techniques to enhance infant weight and well-being, as well as to strengthen the bond between mother and child. The results of the program

showed that out of the 10 infants who participated, 8 infants (80%) experienced weight gain after the baby massage sessions, while 2 infants (20%) maintained their weight. None of the infants experienced weight loss. These results indicate that baby massage classes have a significant impact on increasing infant weight, which is a crucial indicator for their optimal growth and development. Therefore, this baby massage class program can be considered effective in improving both the physical and psychological health of infants and strengthening the role of mothers in caregiving to support their children's optimal growth and development.

Keywords: *Baby massage, Infants aged 1-6 months, Weight gain*

* **Corresponding Author:** Lailaturohmah (email: ellalalala@gmail.com), Soekarno Hatta Street, Budaya Cipta 2 Street No.02, Tepus, Sukorejo, Ngasem District, Kediri Regency, East Java.

Received 3 June; received in revised form 11 June 2024; accepted 10 July 2024

LATAR BELAKANG

Pijat adalah salah satu metode pengobatan tertua di dunia, yang mencakup perawatan kesehatan dan pengobatan dengan kemampuan untuk melemaskan sendi yang kaku dan menyatukan organ-organ tubuh melalui gosokan yang kuat. Terapi pijat tidak hanya digunakan di salon dan spa, tetapi juga diterapkan di berbagai rumah sakit dan pusat perawatan kesehatan, termasuk terapi pijat bayi.¹

Banyak manfaat yang bisa didapatkan dari pijat bayi, salah satunya adalah membantu perkembangan sel-sel otak. Anak yang mendapatkan arahan dan stimulus teratur akan berkembang lebih cepat dibandingkan anak yang kurang distimulasi. Kuantitas tidur bayi sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan otaknya; oleh karena itu, kualitas dan kuantitas tidur bayi perlu dijaga.²

Ibu merupakan sosok yang paling dekat dengan anak dan memberikan pengasuhan langsung. Oleh karena itu, ibu perlu dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk melakukan stimulasi tumbuh kembang anak. Kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak sangat ditentukan oleh pengasuhan keluarga, terutama peran ibu. Ibu berperan penting dalam memberikan stimulasi dan mendeteksi dini penyimpangan perkembangan anak³ Kelas Ibu Balita adalah program di mana para ibu yang memiliki anak berusia 0 hingga 5 tahun berkumpul untuk berdiskusi, bertukar pendapat, dan berbagi pengalaman tentang pemenuhan layanan kesehatan, gizi, serta stimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak. Kegiatan ini dipandu oleh fasilitator atau tenaga kesehatan, seperti bidan. Dalam pelaksanaan kelas balita, salah satu materi yang diajarkan kepada ibu adalah cara memijat bayi dengan tujuan untuk meningkatkan berat badan bayi³.

Tahun pertama menjadi ibu adalah masa adaptasi dalam kehidupan seorang wanita, dengan beberapa tantangan seperti mengidentifikasi kebutuhan bayi dan menemukan solusi yang tepat. Hal ini penting agar ibu dan bayi saling mengenal dan membentuk ikatan yang kuat. Pijat bayi merupakan salah satu pendekatan yang memberikan kontribusi penting terhadap kesejahteraan psikologis dan fisiologis baik bayi maupun ibu. Selain itu, pijat bayi membantu membentuk hubungan yang harmonis antara ibu dan bayi melalui ikatan yang kuat atau *bounding attachment*⁴

Pengetahuan tentang praktik perawatan pijat bayi dan efeknya sangat penting untuk disampaikan dan diajarkan kepada ibu. Meskipun pijat bayi adalah praktik tradisional, masih sedikit penelitian yang mendalamnya. Studi yang dilakukan untuk mempelajari prevalensi dan persepsi praktik pijat bayi di dua negara bagian di India dengan melibatkan sampel sebanyak 1497 pengasuh anak

di bawah usia 18 bulan, yang diwawancarai dalam studi *cross-sectional*, mengungkapkan bahwa pijat bayi dengan menggunakan minyak bayi adalah praktik tradisional yang sangat umum. Panduan yang jelas mengenai modul pijat bayi, pilihan minyak, dan teknik aplikasi diperlukan untuk mengoptimalkan manfaat dan meminimalkan risiko dari praktik tradisional yang populer ini⁵.

Penelitian eksperimental semu yang melibatkan 120 ibu dengan neonatus yang dirawat di rumah sakit (60 pada kelompok eksperimen, 60 pada kelompok kontrol) menunjukkan bahwa pelatihan pijat bayi dapat memberikan manfaat signifikan. Pelatihan pijat bayi dilakukan pada kelompok intervensi selama 3 hari oleh bidan terlatih. Sebelum edukasi, rata-rata skor kesadaran, persepsi stres, dan self-efficacy menyusui pada kelompok intervensi masing-masing adalah $6,47 \pm 2,23$, $33,42 \pm 6,85$, dan $131,50 \pm 19,34$. Setelah pendidikan, skor rata-rata tersebut berubah menjadi $8,33 \pm 1,28$, $27,10 \pm 1,85$, dan $145,77 \pm 15,80$, dengan perubahan yang signifikan secara statistik ($P < 0,01$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa pelatihan pijat bayi efektif dalam meningkatkan kesadaran ibu, self-efficacy menyusui, dan menurunkan persepsi stres ibu.⁶ Berdasarkan temuan ini, tujuan pengabdian masyarakat untuk mengajarkan ibu teknik pijat bayi sangat relevan. Pelatihan ini tidak hanya akan memberikan manfaat fisiologis bagi bayi tetapi juga meningkatkan kesejahteraan psikologis dan keterampilan pengasuhan ibu, yang pada akhirnya mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi.

Mengingat pentingnya pijat bayi dalam mendukung perkembangan dan kesejahteraan anak, serta peran sentral ibu dalam pengasuhan, pelaksanaan pengabdian masyarakat berupa kelas pijat bayi untuk anak usia 1-6 bulan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri, menjadi sangat relevan dan strategis. Program ini bertujuan untuk membekali para ibu dengan pengetahuan dan keterampilan pijat bayi yang dapat meningkatkan kesehatan fisik dan psikologis bayi, serta memperkuat ikatan antara ibu dan anak. Dengan bimbingan tenaga kesehatan yang kompeten, para ibu akan mendapatkan panduan praktis mengenai teknik pijat bayi yang aman dan efektif. Hal ini diharapkan dapat mengoptimalkan tumbuh kembang bayi dan memberikan dukungan yang berarti bagi para ibu dalam menjalani peran pengasuhan mereka.

METODE

Deskripsi Singkat Mitra

Mitra dalam pengabdian masyarakat ini adalah para ibu yang memiliki anak usia 1-6 bulan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri. Mereka berperan penting dalam program ini karena sebagai pengasuh utama, mereka memiliki pengaruh besar terhadap kesehatan dan perkembangan bayi. Melalui

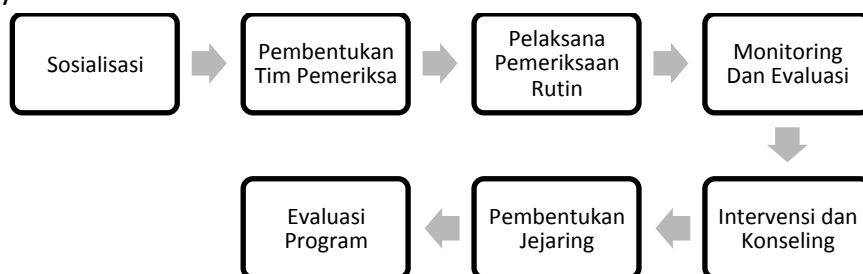
program kelas pijat bayi, para ibu akan diberikan pelatihan dan pengetahuan mengenai teknik pijat yang efektif untuk meningkatkan berat badan dan kesejahteraan bayi. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk memberdayakan para ibu dengan keterampilan yang diperlukan untuk memberikan stimulasi yang tepat, serta memperkuat ikatan antara ibu dan bayi, yang pada akhirnya mendukung tumbuh kembang optimal anak-anak mereka.

Lokasi Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri.

Langkah-Langkah Kegiatan

Berikut adalah langkah-langkah kegiatan yang akan dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini:



1. Sosialisasi dan Edukasi: Dalam kegiatan pengabdian masyarakat, dilakukan sosialisasi dan edukasi kepada ibu yang memiliki bayi usia 1-6 bulan tentang pentingnya pijat bayi untuk meningkatkan berat badan dan kesejahteraan bayi. Kegiatan ini dapat dilakukan melalui pertemuan komunitas, lokakarya, atau kampanye penyuluhan kesehatan yang melibatkan ahli pijat bayi dan tenaga kesehatan terkait.
2. Pembentukan Tim Pelatih: Bentuk tim pengajar yang terdiri dari tenaga kesehatan, seperti dokter, bidan, perawat, dan ahli pijat bayi, yang akan bertanggung jawab dalam memberikan pelatihan teknik pijat bayi di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri. Tim pengajar juga dapat melibatkan mahasiswa atau relawan kesehatan sebagai pendukung.
3. Pelaksanaan Pelatihan Rutin: Tim pengajar memberikan pelatihan teknik pijat bayi secara teratur sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Pelatihan dilakukan dengan mengikuti protokol dan panduan pijat bayi untuk memastikan akurasi dan konsistensi teknik yang diajarkan.
4. Monitoring dan Evaluasi: Setelah pelatihan pijat bayi dilakukan, dilakukan monitoring dan evaluasi terhadap efektivitas pelatihan tersebut. Data ini dianalisis untuk melihat dampak pelatihan pada peningkatan berat badan dan kesejahteraan bayi, serta mengidentifikasi kebutuhan intervensi lebih lanjut jika diperlukan.

5. Intervensi dan Konseling: Jika ditemukan bayi yang mengalami masalah pertumbuhan atau perkembangan, dilakukan intervensi dan konseling kepada ibu berdasarkan hasil monitoring. Intervensi dapat melibatkan program stimulasi tambahan atau rujukan ke spesialis kesehatan anak.
6. Pembentukan Jejaring: Dalam kegiatan pengabdian masyarakat, penting untuk membentuk jejaring dengan pihak terkait, seperti posyandu, puskesmas, rumah sakit, atau lembaga lain yang dapat memberikan dukungan dan sinergi dalam upaya meningkatkan kesejahteraan bayi melalui pijat bayi.
7. Evaluasi Program: Terakhir, dilakukan evaluasi program pelatihan pijat bayi secara keseluruhan untuk mengevaluasi dampak dan efektivitas kegiatan. Evaluasi ini melibatkan semua pihak terkait dan dapat digunakan sebagai dasar untuk perbaikan program di masa depan.

Metode yang Digunakan

Metode yang Digunakan dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat: Kelas Pijat Bayi Usia 1-6 Bulan

1. Identifikasi dan Seleksi Peserta: Tahap awal melibatkan identifikasi dan pemilihan peserta yang akan mengikuti kelas pijat bayi usia 1-6 bulan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri. Peserta terdiri dari ibu-ibu yang memiliki bayi usia tersebut, dengan jumlah peserta yang telah ditentukan sebanyak 10 ibu dan bayi.
2. Sosialisasi dan Persiapan: Sebelum kelas dimulai, dilakukan sosialisasi kepada orang tua atau wali anak mengenai pentingnya pijat bayi untuk kesejahteraan dan pertumbuhan anak. Persiapan juga mencakup penjadwalan kelas, pengadaan perlengkapan pijat bayi, serta persiapan ruang dan fasilitas yang diperlukan.
3. Pelaksanaan Kelas Pijat Bayi: Dalam kegiatan kelas, ibu-ibu akan mendapatkan panduan langsung dari fasilitator yang terlatih dalam teknik pijat bayi. Setiap ibu diajarkan cara melakukan pijat bayi dengan benar dan aman, serta manfaatnya bagi perkembangan bayi.
4. Pendokumentasian dan Analisis Data: Partisipasi ibu dan bayi dalam kelas pijat akan didokumentasikan untuk setiap sesi. Data yang terkumpul akan dianalisis untuk melihat dampak pijat bayi terhadap perkembangan anak dan kesejahteraan ibu.
5. Intervensi dan Konseling: Selama kelas, jika ditemukan masalah atau kebutuhan spesifik pada bayi, ibu akan diberikan intervensi dan konseling langsung oleh fasilitator. Ini dapat berupa informasi tambahan mengenai perawatan bayi atau rujukan ke layanan kesehatan jika diperlukan.

6. Monitoring dan Tindak Lanjut: Setelah kelas selesai, dilakukan monitoring terhadap perkembangan anak dan praktik pijat bayi yang dilakukan oleh ibu di rumah. Jika diperlukan, dilakukan tindak lanjut lebih lanjut, seperti konsultasi tambahan dengan fasilitator atau tenaga kesehatan.
7. Evaluasi Program: Terakhir, dilakukan evaluasi terhadap program kelas pijat bayi secara keseluruhan. Evaluasi ini melibatkan partisipasi ibu, penilaian fasilitator, dan umpan balik dari pihak terkait untuk mengevaluasi efektivitas program dan mendapatkan masukan untuk perbaikan di masa mendatang.
Setelah kegiatan selesai, dilakukan evaluasi terhadap program pengabdian masyarakat secara keseluruhan. Evaluasi ini melibatkan peserta, orang tua, dan pihak terkait lainnya untuk mengukur efektivitas program dan identifikasi area perbaikan.

Instrumen

Instrumen yang Digunakan dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat: Program Rutin Kelas Pijat Bayi Usia 1-6 Bulan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri:

1. Modul Pijat Bayi: Instrumen ini digunakan sebagai panduan dalam pelaksanaan kelas pijat bayi. Contoh Konten: Teknik-teknik pijat yang aman dan efektif untuk bayi usia 1-6 bulan, langkah-langkah yang harus diikuti, serta manfaat kesehatan dan perkembangan yang diperoleh dari pijat bayi. Modul ini berisi gambar-gambar ilustratif dan instruksi yang jelas untuk memandu ibu dalam melakukan pijat bayi dengan benar.
2. Formulir Catatan Praktik Pijat: Instrumen ini digunakan untuk mencatat praktik pijat yang dilakukan oleh ibu di rumah setelah mengikuti kelas pijat bayi. Contoh Isi Formulir: Waktu dan frekuensi pijat bayi, teknik-teknik yang diterapkan, serta pengamatan mengenai respons dan reaksi bayi terhadap pijat. Data ini digunakan untuk memantau konsistensi dan efektivitas praktik pijat bayi yang dilakukan oleh ibu di rumah.

Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan ini dilakukan dengan menelaah dan menganalisis data hasil kelas pijat bayi usia 1-6 bulan selama 1 bulan. Tujuannya adalah untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang respons dan manfaat yang diperoleh anak setelah mengikuti kelas pijat bayi. Dengan melakukan analisis yang teliti terhadap efek pijat bayi pada setiap peserta, evaluasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih holistik tentang kemajuan dan potensi perkembangan anak dalam konteks pengabdian masyarakat tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian ini dilakukan pada bulan Maret-April 2024 di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri. Peserta kegiatan ini ditujukan untuk ibu bayi yang hadir di posyandu, dengan jumlah peserta mencapai 10ibu bayi berusia 1-6 bulan. Tim penyuluhan kesehatan terdiri dari satu dosen dan mahasiswa dari Stikes Ganesha Husada Kediri. Melalui pengamatan kami sebagai pelaksana, kami mencatat antusiasme yang tinggi dari peserta, yang tercermin dari jumlah peserta yang sesuai dengan undangan yang diterima oleh posyandu, serta kontribusi positif tim dalam mendukung kelancaran pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini digambarkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Identifikasi Peserta berdasarkan karakteristik umur dan jenis kelamin

| Kategori Umur | Frekuensi | Persentase |
|------------------------|-----------|------------|
| 1-3 bulan | 6 | 60% |
| 4-6 bulan | 4 | 40% |
| Total | 10 | 100% |
| Kategori Jenis Kelamin | Frekuensi | Persentase |
| Laki-laki | 3 | 30% |
| Perempuan | 7 | 70% |
| Total | 10 | 100% |
| Hasil Pijat Bayi | Frekuensi | Persentase |
| Berat Badan Naik | 8 | 80% |
| Berat Badan Tetap | 2 | 20% |
| Berat Badan Turun | 0 | 0% |
| Total | 10 | 100% |

Langkah-langkah yang Dilakukan dan Dokumentasi Kegiatan:

1. Evaluasi Progres Perkembangan Bayi: Data yang dihasilkan dari penggunaan modul pijat bayi menjadi evaluasi terhadap kemajuan perkembangan mereka. Dengan membandingkan data tersebut dengan standar pertumbuhan normal, dapat diidentifikasi apakah ada bayi yang mengalami keterlambatan perkembangan atau masalah perkembangan lain yang memerlukan perhatian lebih.
2. Deteksi Dini Keterlambatan Perkembangan: Melalui kelas pijat bayi yang diadakan secara rutin, tim pengabdian masyarakat dapat mendeteksi dini adanya keterlambatan perkembangan pada berbagai aspek pertumbuhan bayi. Jika ada indikasi masalah, seperti ketidaksesuaian dengan standar perkembangan, langkah-langkah intervensi dapat segera diambil untuk membantu meningkatkan perkembangan bayi secara optimal.
3. Pendidikan dan Rekomendasi: Berdasarkan hasil kelas pijat bayi, tim pengabdian memberikan pendidikan dan rekomendasi kepada orang tua atau

wali bayi. Rekomendasi ini mencakup aspek perawatan, aktivitas fisik, serta latihan stimulasi yang dapat mendukung perkembangan bayi secara maksimal.

4. Pemantauan dan Tindak Lanjut: Data yang tercatat dari kelas pijat bayi memungkinkan pemantauan yang berkelanjutan terhadap perkembangan bayi. Tim pengabdian dapat memberikan tindak lanjut, seperti kunjungan tambahan atau rujukan ke fasilitas kesehatan yang relevan, jika diperlukan.

Interpretasi hasil pengabdian masyarakat kelas pijat bayi usia 1-6 bulan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri menunjukkan bahwa dari total 10 bayi yang mengikuti program, sebanyak 8 bayi (80%) mengalami peningkatan berat badan setelah mengikuti sesi pijat bayi. Sebanyak 2 bayi (20%) memiliki berat badan yang tetap setelah menjalani program, sedangkan tidak ada bayi yang mengalami penurunan berat badan. Hal ini menunjukkan bahwa kelas pijat bayi memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan berat badan bayi, yang merupakan indikator penting untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal mereka.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nurul Fatmawati dan rekan-rekannya dalam *Journal for Quality in Public Health* dengan melakukan tinjauan literatur, pijat bayi dapat merangsang aktivitas hormon insulin dan gastrin dalam tubuh, meningkatkan penyerapan nutrisi, serta memperbaiki pencernaan. Dampak ini mendorong bayi untuk merasa lapar lebih sering dan meningkatkan frekuensi makan mereka, yang pada gilirannya berkontribusi pada peningkatan berat badan. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa pijat pada bayi secara rutin, yang melibatkan pijatan di berbagai bagian tubuh seperti kaki, perut, dada, tangan, dan punggung, bersama dengan gerakan peregangan, dapat berperan dalam peningkatan berat badan bayi.⁷

Stimulasi pijatan pada bayi usia 1 hingga 6 bulan selama 10-15 menit setiap hari juga dapat menghasilkan peningkatan berat badan yang signifikan. Bayi yang secara rutin mendapat pijatan menunjukkan peningkatan berat badan yang lebih besar dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapat pijatan. Hasil penelitian ini menegaskan adanya perbedaan yang bermakna dalam kenaikan berat badan antara bayi yang diberi stimulasi pijatan dan yang tidak selama periode 0-6 bulan dengan durasi pijatan 15-20 menit setiap hari di rumah selama 4 minggu. Penemuan ini sejalan dengan studi Ayse Gurol dan Sevinc Polat (2012) berjudul "*The Effects of Baby Massage on Attachment Between Mother and Their Infants*" yang menemukan bahwa pijat bayi efektif dalam meningkatkan kelekatan antara ibu dan bayi. Studi ini dilakukan di Turki, di mana keberadaan anak sangat dihargai dan menjadi fokus penting dalam budaya Turki. Wanita di Turki cenderung ingin memiliki anak segera setelah menikah.⁸

Penelitian serupa dengan riset ini telah dipublikasikan di jurnal Science Midwifery. Penelitian ini menggunakan desain Quasi Experiment dan pendekatan Cross Sectional dengan menggunakan lembar checklist, SOP pijat bayi, dan timbangan bayi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa $p\text{-value} < 0,05$, yang berarti $0,000 < 0,05$, menunjukkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru pada tahun 2019⁹

Studi yang berjudul "The effectiveness of baby massage in increasing infant's body weight" yang dilakukan oleh Kurnia Puji Lestari dan rekan-rekannya pada tahun 2021 menunjukkan bahwa pijat bayi memiliki dampak positif terhadap peningkatan berat badan bayi yang memiliki riwayat BBLR pada rentang usia 1-6 bulan, dengan nilai signifikansi $p\text{-value} < 0.05$. Temuan ini menyoroti peran penting tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi dan pelatihan pijat bayi kepada ibu sebagai upaya untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi. Dengan melibatkan ibu dalam praktik pijat bayi, diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang kondusif untuk pertumbuhan optimal anak. Rancangan penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen pre dan post test dengan analisis uji T berpasangan, yang memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi dampak intervensi secara lebih terperinci dan mendalam. Melalui penelitian ini, dapat diakui bahwa pijat bayi bukan hanya sekadar praktik tradisional, tetapi juga merupakan strategi yang berpotensi dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak.¹⁰

Dalam pandangan pelaksana pengabdian masyarakat kelas pijat bayi pada usia 1-6 bulan untuk peningkatan berat badan bayi, hasil dari penelitian ini menegaskan bahwa praktik pijat bayi memiliki potensi yang besar untuk meningkatkan kesehatan dan pertumbuhan bayi, terutama bagi mereka yang memiliki riwayat BBLR. Melalui edukasi dan pelatihan kepada ibu, praktik pijat bayi dapat menjadi salah satu metode yang mudah diakses dan efektif dalam mendukung peningkatan berat badan bayi serta perkembangan optimal mereka. Dengan memperkuat peran ibu dalam merawat dan merangsang pertumbuhan anak-anak mereka, diharapkan akan tercipta generasi yang lebih sehat dan kuat di masa depan. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang berkelanjutan dalam menyebarkan pengetahuan tentang manfaat pijat bayi dan memberikan dukungan yang diperlukan kepada ibu dalam menerapkan praktik ini dalam perawatan harian mereka terhadap bayi.

Gambar 1 Kegiatan Pemberian Pengetahuan Teknik Pijat Bayi Melalui Modul



Evaluasi Tindakan:

1. Evaluasi Hasil: Hasil evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat kelas pijat bayi usia 1-6 bulan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman dan kesadaran orang

tua terkait pentingnya pemantauan perkembangan anak. Penelitian sebelumnya oleh Miller et al. (2020) menegaskan bahwa program pemeriksaan rutin anak mampu meningkatkan pengetahuan orang tua tentang perkembangan anak serta mendorong keterlibatan mereka dalam pemantauan. Dengan aktif terlibat dalam proses pengukuran dan pemantauan perkembangan anak, orang tua dapat lebih cepat mengidentifikasi potensi masalah dan mengambil tindakan preventif atau konsultasi medis jika diperlukan.¹¹

2. Evaluasi Respon: Evaluasi respon terhadap kegiatan pengabdian masyarakat kelas pijat bayi usia 1-6 bulan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri menunjukkan tanggapan yang positif dari peserta dan orang tua anak-anak. Dari observasi yang dilakukan selama kegiatan, terlihat antusiasme yang tinggi dari orang tua untuk memahami teknik pijat bayi dan manfaatnya bagi perkembangan anak-anak mereka. Partisipasi aktif dalam sesi-sesi edukasi dan praktek pijat bayi mencerminkan tingkat kesadaran yang tinggi terhadap pentingnya stimulasi perkembangan anak sejak dini. Selain itu, respons positif juga tercermin dari keterlibatan aktif dalam diskusi dan pertanyaan yang diajukan kepada penyuluh kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan tersebut berhasil menarik minat dan memberikan manfaat yang nyata bagi peserta, yang dapat menjadi landasan untuk pengembangan program serupa di masa depan.¹²

Kendala yang Dihadapi dan Saran Solusi:

Kendala yang dihadapi pada pengabdian masyarakat kelas pijat bayi usia 1-6 bulan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri adalah:

1. iKurangya Kesadaran dan Pemahaman Masyarakat: Salah satu kendala utama adalah rendahnya kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pemantauan perkembangan anak secara rutin. Beberapa orang tua mungkin kurang menyadari urgensi dan manfaat yang dapat diperoleh dari partisipasi dalam kegiatan pijat bayi. Upaya penyuluhan dan edukasi perlu ditingkatkan untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang dampak positif dari stimulasi perkembangan anak sejak dini.
2. Keterbatasan Sumber Daya: Kegiatan pengabdian masyarakat sering mengalami kendala terkait sumber daya, seperti keterbatasan anggaran, kelangkaan peralatan pijat bayi yang berkualitas, dan kekurangan tenaga medis yang terampil dalam melakukan pijat bayi. Untuk mengatasi hal ini, perlu adanya upaya untuk mencari sumber daya tambahan atau kemitraan dengan pihak-pihak yang dapat mendukung penyediaan peralatan dan tenaga medis yang memadai.

Saran dan Solusi untuk pengabdian masyarakat kelas pijat bayi usia 1-6 bulan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri adalah sebagai berikut:

1. **Kontinuitas dan Keberlanjutan:** Penting untuk memastikan kelangsungan kegiatan ini dengan melakukan pemantauan dan evaluasi secara berkala. Kerja sama yang erat dengan institusi dan organisasi terkait juga perlu dibangun agar kegiatan ini dapat berlangsung secara berkelanjutan.
2. **Peningkatan Pendidikan dan Informasi:** Upaya terus-menerus diperlukan dalam meningkatkan pendidikan dan informasi kepada masyarakat mengenai urgensi pemantauan perkembangan anak. Penyuluhan rutin, kegiatan sosialisasi, dan distribusi materi informatif dapat menjadi langkah efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat.
3. **Kolaborasi dengan Pihak Terkait:** Kerja sama dengan institusi kesehatan dan lembaga pendidikan terkait dapat memperkuat kegiatan ini. Kolaborasi tersebut dapat mendukung penyediaan sumber daya, termasuk alat pengukuran yang akurat dan tenaga medis yang mendukung pemantauan perkembangan anak.
4. **Pemantauan Mandiri oleh Orang Tua:** Orang tua perlu didorong untuk melakukan pemantauan tumbuh kembang anak secara mandiri di rumah. Pelatihan kepada orang tua tentang cara melakukan pengukuran perkembangan anak dengan benar, serta memberikan panduan mengenai tanda-tanda perkembangan yang perlu diperhatikan, dapat menjadi langkah efektif.
5. **Evaluasi dan Perbaikan:** Evaluasi berkala terhadap kegiatan ini menjadi langkah penting untuk mengidentifikasi kelemahan dan perbaikan yang diperlukan. Dengan melakukan evaluasi secara rutin, perbaikan dapat dilakukan sehingga kegiatan ini dapat terus berkembang dan memberikan dampak yang lebih besar bagi tumbuh kembang anak.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan:

Pengabdian masyarakat yang dilakukan pada bulan Maret-April 2024 di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri, menunjukkan hasil yang menggembirakan. Dari 10 peserta, sebanyak 80% bayi mengalami

peningkatan berat badan setelah mengikuti program kelas pijat bayi. Hal ini menggambarkan efektivitas program dalam meningkatkan berat badan bayi, yang merupakan indikator vital untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka. Antusiasme peserta dan kontribusi positif dari tim penyuluhan kesehatan mencerminkan kesuksesan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Interpretasi hasil ini memberikan gambaran bahwa kelas pijat bayi memiliki potensi besar dalam mendukung kesehatan dan perkembangan anak-anak di wilayah Posyandu Griya Intan Asri serta masyarakat sekitarnya.

Saran:

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat kelas pijat bayi usia 1-6 bulan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri, beberapa saran dapat diajukan untuk meningkatkan efektivitas program di masa depan:

1. Penguatan Penyuluhan: Perlu dilakukan penyuluhan yang lebih intensif kepada orang tua bayi mengenai manfaat dan teknik pijat bayi yang benar. Dengan pengetahuan yang lebih baik, orang tua dapat secara aktif terlibat dalam merawat dan mengasuh anak-anak mereka, termasuk melalui pijat bayi sebagai salah satu cara untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan mereka.
2. Pelatihan bagi Tenaga Kesehatan: Penting untuk menyelenggarakan pelatihan reguler bagi tenaga kesehatan yang terlibat dalam kegiatan ini, termasuk dokter, bidan, perawat, dan mahasiswa. Pelatihan ini dapat meningkatkan kompetensi mereka dalam memberikan pijat bayi yang efektif dan aman, serta memberikan dukungan yang lebih baik kepada orang tua dalam merawat bayi mereka.
3. Kolaborasi dengan Pihak Terkait: Kerjasama yang lebih erat dengan lembaga kesehatan dan pemerintah setempat dapat memperluas jangkauan program kelas pijat bayi. Kolaborasi ini juga dapat membantu dalam penyediaan sumber daya dan fasilitas yang diperlukan, serta mendukung upaya promosi dan sosialisasi program kepada masyarakat.
4. Monitoring dan Evaluasi Berkelanjutan: Perlu dilakukan monitoring dan evaluasi secara berkala terhadap pelaksanaan program, termasuk melalui survei dan wawancara dengan peserta. Evaluasi ini dapat memberikan wawasan yang berharga tentang efektivitas program serta area-area yang perlu diperbaiki atau ditingkatkan di masa mendatang.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua mitra yang terlibat dalam keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat kelas pijat bayi usia 1-6 bulan di Posyandu Perumahan Griya Intan Asri, Mrican, Kota Kediri. Terima

kasih atas kerjasama, dedikasi, dan dukungan yang telah diberikan dalam merealisasikan program ini. Kepada ibu-ibu bayi dan bayi yang telah berpartisipasi, kami menghaturkan terima kasih atas antusiasme dan partisipasi aktifnya. Tanpa kerjasama dan partisipasi dari semua pihak, program ini tidak akan berhasil. Kami juga ingin mengucapkan terima kasih khusus kepada Stikes Ganesha Husada Kediri atas fasilitas, dukungan, dan bimbingannya dalam menjalankan kegiatan ini. Semoga kerjasama ini dapat terus berlanjut untuk memberikan manfaat yang lebih besar bagi masyarakat dan anak-anak di masa yang akan datang. Terima kasih atas segalanya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Syauckani, A. (2015). Pijat Senam & Yoga Sehat untuk Bayi. Araska.
2. Wahyuni, S., Lestari, S. A., Zoahira, W. O. A., Masriwati, S., & Hoon, L. S. (2020). Influence of baby massage on sleep quantity in baby of 3–6 months age in Tirawuta health center, East Kolaka District, Indonesia. *Enfermeria Clinica*, 30(2019), 224–227.
3. Legiati, T., Hidayanti, D., & Indrayani, D. (2019). Kelas ibu balita meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam stimulasi tumbuh kembang. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(2), 115.
4. Yavaş, S., Bülbül, T., & Topçu Gavas, H. (2021). The effect on pain level and comfort of foot massages given by mothers to newborns before heel lancing: Double-blind randomized controlled study. *Japan Journal of Nursing Science*, 18(4), 1–12.
5. Chaturvedi, S., Randive, B., Pathak, A., Agarkhedkar, S., Tillu, G., Darmstadt, G. L., & Patwardhan, B. (2020). Prevalence and perceptions of infant massage in India: study from Maharashtra and Madhya Pradesh states. *BMC Pediatrics*, 20(1), 1–8.
6. Didarloo, A., Rahmatnezhad, L., Sheikhi, S., Fakoor, Z., & Iranidokht, M. (2018). The impact of baby massage training on awareness, perceived stress and breastfeeding self-efficacy of mothers with hospitalized neonate. *International Journal of Pediatrics*, 6(10).
7. Fatmawati, N., Zulfiana, Y., & Pratiwi, Y. S. (2021). The effect of baby massage on improvement baby weight. *Journal for Quality in Public Health*, 4(2), 227–232.
8. Gurol, A., & Polat, S. (2012). The effects of baby massage on attachment between mother and their infants. *Asian Nursing Research*, 6, 35–41.
9. Rahmah, R. (2019). Kelas pijat bayi sebagai upaya peningkatan bonding attachment dalam keluarga di Patalan Jetis Bantul Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Dharma Bakti*, 2(2), 28.
10. Lestari, K. P., Nurbadlina, F. R., Wagiyono, & Jauhar, M. (2021). The effectiveness of baby massage in increasing infant's body weight. 10(1), 2332.
11. Miller, L., Johnson, K., & Smith, A. (2020). The impact of routine

- developmental screening on parental knowledge and involvement. *Journal of Pediatric Healthcare*, 35(4), 189-197.
12. Brown, C., Davis, R., & White, L. (2019). Community responses to developmental screening programs: A comprehensive analysis. *Journal of Community Psychology*, 44(2), 210-225.