

Pelaksanaan Kegiatan Pijat Bayi di Kampung Botol Kota Bengkulu

Sari Widyaningsih¹⁾, Herlinda^{2*)}, dan Nur Khoma³⁾

^{1,2,3}Program Studi D3 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti, Bengkulu

*Email Korespondensi : herlindafh14@gmail.com

Abstrak

Tumbuh kembang pada bayi tidak terlepas dari konsep pertumbuhan dan perkembangan. Pijat merupakan salah satu metode pengobatan tertua di dunia. Pijat meliputi seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang mampu melemaskan sendi yang terlalu kaku. Stimulasi atau rangsangan yang baik untuk anak dapat diberikan oleh orang tua untuk perkembangan potensinya secara maksimal. Kegiatan pengabdian masyarakat dengan kegiatan pelaksanaan pijat bayi di Kampung Botol Bengkulu pada hari Senin tanggal 14 Februari 2022, pukul 09.00 WIB s.d selesai. Peserta yang menghadiri kegiatan penyuluhan ini adalah ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita di Kampung Botol Kota Bengkulu yang berjumlah 30 orang. Metode yang akan dilakukan dalam kegiatan ini adalah pelaksanaan pijat bayi. Manfaat pijat bayi tidak hanya bisa didapatkan dari pemijatan oleh tenaga profesional di pusat perawatan bayi atau spa bayi, tapi juga bisa diperoleh dari pemijatan yang dilakukan sendiri di rumah. Cara memijat bayi harus dilakukan dengan lembut dan hati-hati. Berbeda dengan orang dewasa yang otot dan kulitnya tahan terhadap tekanan keras saat dipijat, bayi akan mudah merasa kesakitan dan cedera bila dipijat terlalu keras.

Kata Kunci: *Pelaksanaan Pijat, Bayi*

PENDAHULUAN

Tumbuh kembang pada bayi tidak terlepas dari konsep pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan adalah perubahan fisik dan peningkatan ukuran bagian tubuh dari seseorang individu yang masing-masing berbeda, sedangkan perkembangan adalah bertambah sempurnanya kemampuan, keterampilan, dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan motorik kasar, motorik halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian yang dimiliki individu untuk beradaptasi dengan lingkungan (Adriana D, 2013).

Salah satu bentuk stimulasi yang selama ini dilakukan masyarakat adalah dengan pijat bayi. (Gultom, 2015). Pijat merupakan salah satu metode pengobatan tertua di dunia. Pijat meliputi seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang mampu melemaskan sendi yang terlalu kaku. Stimulasi atau rangsangan yang baik untuk anak dapat diberikan oleh orang tua untuk perkembangan potensinya secara maksimal. Faktor yang berhubungan dengan tumbuh kembang anak yaitu nutrisi yang tercukupi, lingkungan keluarga yang mendukung merupakan dasar untuk tumbuh kembang anak. Selain itu dari segi personal anak dapat diberikan stimulasi, salah satu bentuk stimulasi yang umum dilakukan orang tua untuk bayi adalah stimulasi taktil dalam bentuk pijat bayidan menyatukan organ tubuh dengan gosokan yang kuat. Terapi pijat tidak hanya digunakan disalon dan spa saja, tapi juga diberbagai rumah sakit dan pusat perawatan kesehatan.

Saat ini, teknik pijat telah banyak digunakan untuk kesehatan dan peningkatan berat badan pada bayi. (Syaukani, 2015)

Untuk mendapatkan manfaat yang optimal, pemijatan bayi tidak bisa dilakukan sembarangan, ada cara yang harus diperhatikan, pada Saat ini masih banyak orang tua yang melakukan pemijatan ke dukun karena menganggap dukun sudah berpengalaman dalam melakukan pemijatan, namun orang tua yang memijat anaknya sendiri dapat merangsang perkembangan koneksi antara sel-sel saraf otak bayi yang akan membentuk dasar untuk berfikir, merasakan dan belajar. Selain itu pijat dapat membantu bayi yang rewel sehingga dapat tidur dengan nyenyak dan dapat mengurangi penyakit, termasuk sakit perut. Pijat bayi dapat digolongkan sebagai aplikasi stimulasi sentuhan (Maharani, 2009).

Oleh karena sangat dianjurkan kepada ibu untuk melakukan pemijatan sendiri kepada bayi Banyak penelitian menunjukkan bahwa pemijatan pada bayi memberikan manfaat sangat besar pada perkembangan bayi, baik secara fisik maupun secara emosional. Pijat bayi akan merangsang peningkatkan aktifitas nervus vagus yang akan menyebabkan penyerapan lebih baik pada system pencernaan sehingga bayi akan lebih cepat lapar dan ASI akan lebih baik diproduksi. Pengaruh positif sentuhan pada proses tumbuh kembang anak telah lama dikenal manusia. Namun, penelitian ilmiah tentang hal ini masih belum banyak dilakukan. Kulit merupakan organ tubuh manusia yang berfungsi sebagai reseptor terluas yang dimiliki manusia. Sensasi sentuh/raba adalah indera yang aktif berfungsi sejak dini (Palupi, 2018)

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan kegiatan pelaksanaan pijat bayi di Kampung Botol Bengkulu pada hari Senin tanggal 14 Februari 2022, pukul 09.00 WIB s.d selesai. Peserta yang menghadiri kegiatan penyuluhan ini adalah ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita di Kampung Botol Kota Bengkulu yang berjumlah 30 orang. Metode yang akan dilakukan dalam kegiatan ini adalah pelaksanaan pijat bayi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari kegiatan penyuluhan yang dilakukan memberikan informasi pada masyarakat tentang apa itu pijat bayi, manfaat dari pijat bayi, kapan waktu pijat bayi dan teknik pemijatan. Masyarakat sangat antusias sekali dalam mengikuti kegiatan ini dengan dibuktikan mereka mengajukan pertanyaan seputar manfaat pijat bayi. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 30 orang.

Manfaat pijat bayi tidak hanya bisa didapatkan dari pemijatan oleh tenaga profesional di pusat perawatan bayi atau spa bayi, tapi juga bisa diperoleh dari pemijatan yang dilakukan sendiri di rumah. Cara memijat bayi harus dilakukan dengan lembut dan hati-hati. Berbeda dengan orang dewasa yang otot dan kulitnya tahan terhadap tekanan keras saat dipijat, bayi akan mudah merasa kesakitan dan cedera bila dipijat terlalu keras. Hal ini karena otot dan kulitnya masih tipis dan sensitif. Tidak hanya melalui pijatan, bayi juga dapat merasakan manfaat pijat bayi saat ia bersentuhan langsung atau mendapatkan kontak kulit dengan orang yang memijatnya. Sentuhan fisik ini dapat membuat bayi merasa senang dan nyaman.



Gambar 1. Penyuluhan



Gambar 2. Pelaksanaan Pijat Bayi



Gambar 3. Pelaksanaan Pijat Bayi

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari kegiatan penyuluhan kepada masyarakat yang telah dilakukan dengan tema pelaksanaan pijat bayi dapat disimpulkan perlunya dilakukan pijat bayi dan ibu dapat melakukannya sendiri dirumah, dimana manfaat pijat bayi salah satunya dapat membuat tidur bayi nyenyak, membuat bayi merasa lebih tenang dan nyaman dan melancarkan pencernaan. Untuk itu setelah penyuluhan ini, orang tua dapat mengaplikasikan sendiri pemijatan dengan bayinya dirumah.

Saran

Perlu dilakukan pendampingan dengan rutin dengan sosialisasi dan penyuluhan agar orang tua lebih siap dan bisa mempraktekkan pijat bayi untuk anak-anak mereka sendiri.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada Kader di Kampung Botol yang telah bekerja sama dalam kegiatan ini. Terima kasih kami sampaikan pula kepada STIKes Sapta Bakti yang telah memberikan fasilitas pendanaan untuk kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriana D. 2013. Tumbuh Kembang Dan Terapi Bermain Pada Anak, Edisi Revisi. Salemba Med. Jakarta.
- Anggraini & Sari. 2020. Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi Usia 0-6 bulan. Jurnal Penelitian Kesehatan.8(1).25-32.
- Gultom DY. Efektifitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Prematur di Ruang Perinatologi Rumah Sakit Imelda Medan. JIlm Kebidanan Imelda. 2015;1(1):28-34.
- Palupi E, Pratiwi YE. Perbandingan Pertumbuhan Perkembangan Bayi Usia 4-12 Bulan antara yang Dilakukan Baby Massage dan Baby Spa di Kelurahan Purwokinanti, Pakualaman Yogyakarta Tahun 2017. J Kesehat. 2018;6(1):18-33.
- Maharani, S. (2009). Pijat Dan Senam Sehat Untuk Bayi. Yogyakarta : Kata Hati.
- Roesli, U. (2009). Pedoman Pijat Bayi. Jakarta : Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Roesli. 2012. Pedoman Pijat Bayi Prematur & Bayi Usia 0-3 Bulan. Jakarta: Jakarta Trubus Agriwidya
- Syaukani A. Petunjuk Praktis Pijat, Senam, dan Yoga Sehat untuk Bayi. Yogyakarta: Araska. 2015;
- Wati, Erna. 2012. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3 - 6 Bulan Di Desa Ngunut Kecamatan Jumangtono Kabupaten Karanganyar.