

## Pemanfaatan Baby Massage Dalam Mendukung Optimalisasi Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak

### *Utilization Of Baby Massage In Supporting Growth Optimization And Child Development*

Een Husanah<sup>a</sup>, Widya Juliarti<sup>b</sup>  
Universitas Hang Tuah Pekanbaru<sup>a,b</sup>  
[\\*eenhusanah@htp.ac.id](mailto:eenhusanah@htp.ac.id)

Disubmit : 28 Agustus 2022, Diterima : 1 Oktober 2022, Dipublikasi : 16 Oktober 2022

#### **Abstract**

*Baby massage or baby massage is a slow and gentle stroke movement throughout the baby's body starting from the baby's feet, stomach, chest, face, hands and back. Proper and regular massage can help increase weight. The results showed that massage in premature babies can increase body weight by 20 to 40%, can increase bounding attachments and improve the development of the baby's brain nervous system which will form the basis for thinking, feeling and learning, making babies calmer, stimulating vagus nerve activation for improved breathing and strengthen the immune system. In 2020 in the city of Pekanbaru, the percentage of under-fives was weighed to experience a fluctuating decline, besides that there were still under-fives with short nutritional status as many as 1.876 people, under-fives with poor nutritional status as many as 1,433 people and underweight toddlers as many as 1,366 people. Routine weighing of children under five at the posyandu is an effort made to monitor the nutritional status and health of children. Posyandu RW 06 is a posyandu located in the work area of the Karya Wanita Public Health Center with a very low number of visits by infants and toddlers to this posyandu. Where from 53 babies under five, only 15-20 mothers who come with babies under five every month. The purpose of this activity is to increase the knowledge of mothers who have infants under five in RW 06 about the benefits of baby massage in supporting the optimization of children's growth and development. The method of implementing the activity is by conducting counseling and demonstrations on the practice of baby massaga. The results of the evaluation of this community service activity resulted in the increase in knowledge of mothers about the importance of stimulation in children in supporting children's growth and development, the use of baby massage. This can be seen from the enthusiasm of mothers in listening and following the course of counseling and being active in the practice of baby massage during the activity*

**Keywords :** *Baby, Massage, Optimization, Growth, Development*

#### **Abstrak**

Pijat bayi atau *baby massage* merupakan gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Pemijatan yang benar dan teratur dapat membantu peningkatan berat badan. Hasil penelitian menunjukkan pemijatan pada bayi prematur dapat meningkatkan berat badan 20 hingga 40%, dapat meningkatkan *bounding attachment* serta meningkatkan perkembangan system saraf otak bayi yang akan membentuk dasar untuk berfikir, merasakan dan belajar, membuat bayi semakin tenang menstimulsi aktivasi *nervus vagus* untuk perbaikan pernafasan dan memperkuat system kekebalan tubuh. Pada tahun 2020 di kota Pekanbaru persentase balita dengan status gizi pendek yaitu sebanyak 1.876 jiwa, balita dengan status gizi kurang sebanyak 1.433 jiwa dan balita kurus sebanyak 1.366 jiwa. Penimbangan rutin balita di posyandu merupakan upaya yang dilakukan untuk memantau status gizi dan kesehatan anak. Posyandu RW 06 merupakan posyandu yang berada diwilayah kerja puskesmas Karya Wanita dengan jumlah kunjungan bayi balita ke posyandu ini masih sangat rendah. Dimana dari 53 bayi balita, hanya 15-20 orang ibu yang datang membawa bayi balita tiap bulannya. Tujuan kegiatan ini adalah diharapkan dapat meningkatnya pengetahuan ibu-ibu yang memiliki bayi balita di RW 06 tentang manfaat baby massage dalam mendukung optimalisasi

pertumbuhan dan perkembangan anak. Metode pelaksanaan kegiatan yaitu dengan melakukan penyuluhan dan demonstrasi praktik *baby massage*. Hasil evaluasi dari kegiatan pegabdian pada masyarakat ini memberikan hasil bahwa meningkatnya pengetahuan ibu-ibu tentang pentingnya stimulasi pada anak dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, pemanfaatan *baby massage*. Hal ini terlihat dari antusiasme ibu-ibu dalam mendengarkan dan mengikuti jalannya penyuluhan dan keaktifan ibu dalam praktik *baby massage* selama kegiatan berlangsung.

**Kata Kunci** : Baby Massage, Optimalisasi, Pertumbuhan, Perkembangan

## 1. Pendahuluan

Kemampuan anak dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal dapat menentukan masa depan suatu bangsa. Periode dalam kandungan sampai anak berusia 2 tahun merupakan periode yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Periode ini merupakan kesempatan emas yang tidak akan terulang lagi. Pertumbuhan dasar yang berlangsung pada masa balita akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan selanjutnya sehingga setiap kelainan atau penyimpangan sekecil apapun apabila tidak diteksi atau ditangani akan mengurangi kualitas sumber daya manusia dikemudian hari (Kemenkes RI 2019).

Nutrisi yang cukup, status kesehatan yang baik, dan stimulasi yang tepat pada periode balita akan membantu anak untuk tumbuh sehat dan mampu mencapai kemampuan optimalnya sehingga dapat berkontribusi di masyarakat (Kemenkes RI, 2019). Pijat adalah salah satu stimulasi taktil yang memberikan efek biokimia dan efek fisiologi pada berbagai organ tubuh. Pijat yang dilakukan dengan benar dan juga teratur pada bayi diduga memiliki berbagai keuntungan dalam proses tumbuh kembang bayi. Pijat bayi atau *baby massage* merupakan gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi.

*Baby massage* atau pijat bayi merupakan salah satu bentuk rangsang raba. Menurut (Utami Roesli, 2013), pemijatan pada bayi prematur dapat meningkatkan berat badan 20 hingga 40 persen dibandingkan dengan bayi-bayi yang tidak dipijat. Pemijatan bayi yang dilakukan oleh sang ayah akan membuat perasaan positif ibu menjadi nyaman dan bahagia. Perasaan ini merangsang hormon oksitosin (hormon persalinan yang fungsinya merangsang kontraksi/gerakan otot rahim sehingga persalinan lebih mudah) pada ibu yang sangat berperan dalam meningkatkan produksi ASI. Jadi, pijatan bayi yang dilakukan oleh sang ayah secara tidak langsung ikut berperan meningkatkan produksi ASI ibu.

Orang tua dapat melakukan pijat pada bayi karena akan meningkatkan *bounding attachment* serta meningkatkan perkembangan system saraf otak bayi yang akan membentuk dasar untuk berfikir, merasakan dan belajar, selain itu pijat dapat membuat bayi semakin tenang menstimulasi aktivasi *nervus vagus* untuk perbaikan pernafasan dan memperkuat system kekebalan tubuh. Hal ini cukup menjadi alasan dilakukannya pijat bayi secara rutin guna mempertahankan kesehatan bayi itu sendiri (Maharani 2009).

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh (Rosidi, 2019) tentang “Sosialisasi dan Simulasi Tentang Pemijatan Bayi Untuk Mendukung Tumbuh Kembang Bayi”, menunjukkan bahwa 80% ibu nifas meamahami tentang tumbuh kembang anak serta ibu mampu melakukan pijat secara mandiri. Semakin pahamnya ibu tentang pemberian stimulasi dan pijat pada bayi serta mampu

melakukannya, sehingga dianggap berdaya dalam pertumbuhan dan perkembangan bayi serta psikologi. Ibu menyusui dapat diberdayakan untuk pemantauan tumbuh kembang bayi dan pemenuhan psikologi bayi, melalui pelatihan stimulasi bayi dan pijat bayi yang baik dan benar.

Puskesmas sebagai fasilitas kesehatan primer bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan pelayanan kesehatan anak bayi dan balita diwilayahnya, termasuk Stimulasi Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak (SDIDTK). Pelaksanaan program SDIDTK salah satunya dilakukan di posyandu. Berdasarkan data dari Dinkes Kota Pekanbaru 2020 bahwa pada selama 5 tahun persentase balita ditimbang mengalami penurunan secara fluktuatif. Pada tahun 2020 terjadi penurunan sebesar 46% dibandingkan tahun 2019 sebesar 66%. Dimana dapat dikatakan dari 112.168 jiwa balita yang ada di Kota Pekanbaru hanya 51.818 yang ditimbang. Melihat banyaknya balita yang tidak ditimbang, ada kemungkinan balita yang tidak terdeteksi mengalami gizi buruk dan gizi kurang "tersembunyi" di antara balita yang tidak ditimbang tersebut. Pada tahun 2020 di kota Pekanbaru, masih terdapat balita dengan status gizi pendek yaitu sebanyak 1.876 jiwa, balita dengan status gizi kurang sebanyak 1.433 jiwa dan balita kurus sebanyak 1.366 jiwa.

Penimbangan rutin balita di posyandu merupakan upaya yang dilakukan untuk memantau status gizi dan kesehatan anak, kegiatan ini diharapkan dilaksanakan oleh masyarakat melalui kader kesehatan dengan pembinaan dari puskesmas. Posyandu RW 06 merupakan posyandu yang berada diwilayah kerja puskesmas Karya Wanita, berdasarkan data dari puskesmas Karya Wanita jumlah kunjungan bayi balita ke posyandu ini masih sangat rendah. Dimana dari 53 bayi balita, hanya 15-20 orang ibu yang datang membawa bayi balita tiap bulannya. Menurut kader posyandu alasan rendah kunjungan posyandu diantaranya adalah bayi sudah selesai imunisasi dasar sehingga merasa sudah tidak perlu lagi datang ke posyandu untuk dipantau peningkatan berat badan anaknya. Selain itu masih ada ibu yang tidak mengetahui apakah perkembangan dan pertumbuhan anaknya sudah sesuai umurnya, stimulasi yang dilakukan oleh orang tua pada anak dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan anak. Melihat hal ini penulis merasakan perlu memberikan informasi tentang pentingnya stimulasi pertumbuhan dan perkembangan pada anak dengan *baby massage*, dimana gerakan massage dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang optimal pada anak.

## 2. Metode

Metode kegiatan yang dilakukan adalah melakukan penyuluhan dengan tema "Pemanfaatan *Baby Massage* Dalam Mendukung Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Anak di Posyandu RW.06 Kelurahan Lembah Sari Kecamatan Rumbai Timur". Kegiatan dilakukan dengan memberikan penyuluhan dan demonstrasi praktik *baby massage* secara langsung, dilanjutkan dengan sesi diskusi atau tanya jawab seputar materi dan hal hal yang berkaitan dengan materi.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian tentang "Pemanfaatan *Baby Massage* Dalam Mendukung Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Anak ini telah

dilaksanakan pada tanggal 14 Mei 2022 di di Posyandu RW.06 Kelurahan Lembah Sari Kecamatan Rumbai Timur, dimana kegiatan ini diikuti oleh 12 orang ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita. sebagai upaya mendukung optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan anak. Berdasarkan pengamatan selama kegiatan berlangsung, kegiatan pegabdian pada masyarakat ini memberikan hasil bahwa meningkatnya pengetahuan ibu ibu tentang pentingnya stimulasi pada anak dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, pemanfaatan *babby massage*. Hal ini terlihat dari antusiasme ibu ibu dalam dalam mendengarkan dan mengikuti jalannya penyuluhan dan keaktifan ibu dalam praktik *babby massage* selama kegiatan berlangsung. Penyuluhan materi dikemas dengan semenarik mungkin dengan bahasa yang mudah dimengerti. Diakhir penyuluhan ditutup dengan beberapa pertanyaan yang diajukan oleh pemateri yang berhasil dijawab oleh anak anak dengan bahasanya.



Gambar 1. Dokumntasi kegiatan pengabdian Pemanfaatan Baby Massage Dalam Mendukung Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

#### 4. Simpulan

Kegiatan pengabdian tentang “Pemanfaatan Baby Massage Dalam Mendukung Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Anak ini telah dilaksanakan pada tanggal 14 Mei 2022 di di Posyandu RW.06 Kelurahan Lembah Sari Kecamatan Rumbai Timur, dimana kegiatan ini diikuti oleh 12 orang ibu-ibu

yang memiliki bayi dan balita. Berdasarkan pengamatan selama kegiatan berlangsung, kegiatan ini memberikan hasil bahwa meningkatnya pengetahuan ibu ibu tentang bahaya pentingnya stimulasi pada anak dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, dimana *babby massage* salah satu upaya untuk mendukung optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan anak.

## 5. Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan rasa terimakasih kepada seluruh pihak yang mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat terutama kepada Institusi Universitas Hang Tuah Pekanbaru, Ketua Program Studi D-III Kebidanan Universitas Hang Tuah Pekanbaru, Ketua kader Posyandu RW 06 dan team, Seluruh peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan dan seluruh teman teman dan tim yang membantu dalam pelaksanaan kegiatan ini.

## 6. Daftar Pustaka

- Bandiyah, S. (2009). *Kehamilan, Persalinan & Gangguan Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Dinkes Kota Pekanbaru (2019). *Profil Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2019*. Pekanbaru
- Dinkes Kota Pekanbaru (2020). *Profil Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2020*. Pekanbaru
- Fraser, D. 2009. *Buku Ajar Bidan*. Jakarta. EGC.
- Henderson, Christine & Katheleen Jones. (2010). *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta. EGC
- Handayani, S.iT, M. K., & Dewi, F. K. (2018). *Panduan pelatihan peluang usaha baby spa and mom treatment* (1st ed.).
- Mongan, M. (2009). *Hypno Birthing : Metode Melahirirkan Secara Aman, Mudah dan Nyaman*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer
- Reeder, S.J., Martin, L.L., & Griffin, D.K. (2011). *Keperawatan maternitas : Kesehatan wanita, bayi & keluarga edisi 18*. Jakarta : EGC
- Team Trainer. (2018). *Panduan Pelatihan Peluang Usaha Baby Spa and Mom Treatment*. Jakarta : Satuvisicorp.
- Trisnowiyanto, Bambang. (2012). *Keterampilan Dasar Massage*. Nuha Medika : Jogjakarta.