

Penyuluhan *Baby Massage* untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu pada Komunitas Batita usia 3-18 Bulan di Desa Candirenggo Kecamatan Singosari

Baby Massage Counseling to Increase Maternal Knowledge in the Community of Toddlers Aged 3-18 Months in Candirenggo Village, Singosari Subdistrict

Winda Rahmawati Marupa ^{1*}, Rakhmad Rosadi ², Ratna Vidya Amelia ³

^{1,2} Fisioterapi, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia

³ Puskesmas Singosari, Indonesia

Alamat: Jl. Bendungan Sutami No.188, Sumbersari, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur 65145

Korespondensi email: windar30@gmail.com

Article History:

Received: Oktober 17, 2024;

Revised: Oktober 31, 2024;

Accepted: November 11, 2024;

Published: November 12, 2024;

Keywords: Baby-Massage, Counseling, Growth

Abstract: The growth period during toddlerhood is a very important period, where every process of child growth and development takes place naturally. One way to optimize children's growth and development is by providing stimulation. One of them is by giving massage. This counseling was conducted with the aim of increasing the mother's knowledge related to how to give massage to babies so that it can provide optimal benefits related to child growth and development. The media used is leaflet media distributed to all counseling participants containing definitions, what not to do, and recommended times for doing baby massage with 20 participants. The evaluation results of this counseling showed an increase in knowledge for mothers.

Abstrak

Masa pertumbuhan pada saat masa balita adalah masa yang sangat penting, dimana setiap proses tumbuh kembang anak berlangsung secara alami. Salah satu cara untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak adalah dengan cara memberikan stimulasi. Salah satunya adalah dengan memberikan pijatan. Penyuluhan ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu terkait bagaimana cara memberikan pijatan pada bayi sehingga dapat memberikan manfaat yang optimal terkait tumbuh kembang anak. Media yang digunakan adalah media leaflet yang dibagikan kepada seluruh peserta penyuluhan yang berisi definisi, apa yang tidak boleh dilakukan, dan waktu yang disarankan untuk melakukan pijat bayi dengan 20 peserta. Hasil evaluasi dari penyuluhan ini yaitu menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kepada ibu.

Kata Kunci: Baby-Massage, Penyuluhan, Pertumbuhan

1. PENDAHULUAN

Masa pertumbuhan pada saat masa balita adalah masa yang sangat penting, dimana setiap proses tumbuh kembang anak berlangsung secara alami. Pada masa balita, periode emas dalam tumbuh kembang anak terjadi karena pertumbuhan dasar akan mempengaruhi dan menentukan pertumbuhan dan perkembangan masa selanjutnya. Oleh karena, itu masa tumbuh dan kembang adalah salah satu masa yang penting untuk diberi perhatian khusus oleh orang tua. Tumbuh kembang adalah sebuah proses yang berkesinambungan yang terjadi sejak konsepsi dan akan terus berlangsung hingga dewasa. Motorik kasar, motorik halus, sosialisasi, kognitif, dan bahasa adalah aspek yang termasuk dalam perkembangan

anak (Fitriahadi & Priskila, 2020)

Tidak selalu pertumbuhan dan perkembangan bayi serta balita akan berjalan dengan baik. UNICEF mengatakan bahwa hampir 200 juta anak di negara miskin memiliki masalah tumbuh kembang akibat kurang gizi. Stunting adalah salah satu masalah yang terjadi terkait pertumbuhan. *World Health Organization* mengatakan bahwa gangguan tumbuh kembang menyumbang 42% dari 10,4 juta kematian bayi dan balita di negara berkembang. Di Indonesia sendiri, kasus gangguan berat badan atau stunting pada bayi dan balita sangat tinggi, yaitu mencapai 19,6%, di Jawa Timur pada tahun 2021 meduduki urutan ke-15 dari 34 provinsi dengan persentase kasus sebesar 24,4% (Alawiyah *et. al.*, 2023; Widiani *et. al.*, 2021).

Prevalensi tersebut dapat menjadi perhatian khusus karena balita dengan stunting akan tumbuh dengan berbagai masalah fisik, motorik, dan kognitif pada tahun 2010, Kementerian Kesehatan RI membagi pertumbuhan dan perkembangan bayi dibagi menjadi 4 tahap: usia 0-3 bulan, 4-6 bulan, 7-9 bulan, dan 10-12 bulan. Perkembangan motorik anak meningkat pesat antara usia 4 hingga 6 bulan. Faktor yang mempengaruhi keterlambatan perkembangan motorik antara lain faktor genetik dan lingkungan. Faktor genetik termasuk perkembangan motorik yang lambat pada keluarganya, dan faktor lingkungan seperti anak tidak diberi kesempatan untuk belajar (Kornalia *et. al.*, 2023). Keterlambatan motorik adalah tanda gangguan perkembangan pada anak usia dini. Ini menyebabkan anak kesulitan dan mereka bahkan tidak mampu menyelesaikan tugas sehari-hari mereka dengan baik. Jika seseorang anak mengalami keterlambatan dalam satu aspek perkembangan mereka, hal itu berdampak pada aspek lainnya, seperti jika anak mengalami gangguan dalam gerak, bicara, dan bahasa, perkembangan sosial dan emosional, serta perkembangan kognitif karena keterlambatan motoric (Jesica & Hayu, 2023).

Salah satu cara untuk mengoptimalkan tumbuh kembang adalah dengan memberikan stimulasi kepada anak sejak dini. Salah satu stimulasi pada anak ialah pijat bayi (*baby massage*), Dimana stimulasi yang konsisten dan berkelanjutan dapat membantu anak mencapai puncak pertumbuhannya dalam berbagai aspek seperti kemampuan kognitif, motorik kasar, dan motorik halus, keseimbangan tubuh, kemandirian, jiwa sosial, serta perbaikan asupan nutrisi anak (Alawiyah *et. al.*, 2023). *Baby massage* menstimulasi perkembangan motorik bagi bayi dengan gerakan meremas yang berguna untuk memperkuat otot-otot bayi. Selain itu juga dapat membantu perkembangan koordinasi jari, lengan, tubuh, dan kaki dengan benar (Widiani *et. al.*, 2021). Fokus ini dapat ditangani oleh ahli medis salah satunya yaitu fisioterapi. Definisi fisioterapi ialah suatu ilmu yang dapat

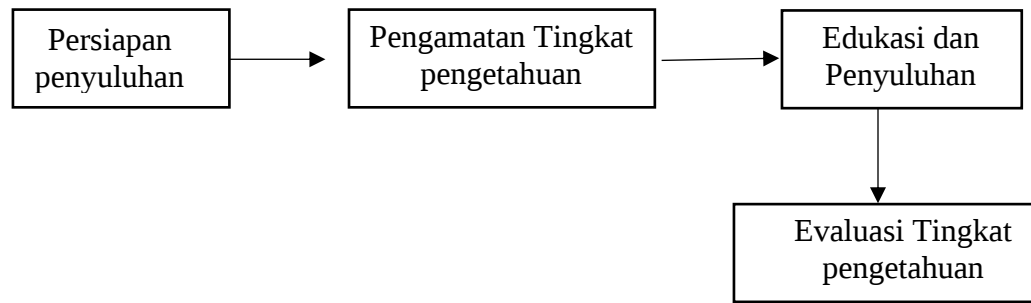
memulihkan fungsi gerak tubuh manusia. Hal ini sejalan dengan kutipan dari Kepmenkes RI No. 778 tahun 2008 terkait Pedoman Pelayanan Fisioterapi dalam lingkup kesehatan yang menyatakan bahwa fisioterapi merupakan suatu profesi yang memberikan pelayanan kesehatan untuk meningkatkan dan memulihkan fungsi gerak tubuh manusia dengan dukungan modalitas fisioterapi, mekanik, dinamika/gerak, serta komunikasi. Salah satu cakupan fisioterapi yaitu fisioterapi komunitas yang memberikan upaya promotif dan preventif dimana ini dapat dilakukan penyuluhan untuk meningkatkan kesadaran Masyarakat (Rahmadani & Mujiyono, 2017; Rosadi *et. al.*, 2021).

Berdasarkan hal diatas peneliti melakukan penyuluhan ini dengan tujuan untuk memberikan edukasi terkait *baby massage*, bagaimana cara memberikan pijatan pada bayi sehingga dapat memberikan manfaat yang optimal terkait dengan tumbuh kembang anak. Salah satunya adalah meningkatkan motorik kasar, motorik halus, penguatan otot, dan keseimbangan pada bayi. Capaian yang difokuskan dalam hal ini adalah dengan memberikan pemahaman kepada ibu dari bayi tersebut tentang pentingnya memberikan pijatan pada bayi dengan baik dan benar untuk meminimalisir dampak yang terjadi serta memberikan hasil yang baik pada bayi.

2. METODE

Penelitian ini dilakukan pada hari senin 21 Oktober 2024, di posyandu balita kelurahan Candirenggo, Kecamatan Singosari Kabupaten Malang. Penyuluhan ini dilakukan pada pukul 09.00 hingga pukul 10.00 WIB dengan peserta penyuluhan sebanyak 20 orang. Kegiatan ini dimulai dengan persiapan penyuluhan dengan cara mengumpulkan masa, pembagian *leaflet*, pengenalan identitas pemateri serta pengenalan profesi fisioterapi kepada ibu-ibu, selanjutnya pemaparan materi, dan sesi tanya jawab untuk mengukur pemahaman peserta terhadap penyuluhan yang telah diberikan. Kegiatan ini diawali dengan melakukan koordinasi dengan pembimbing lahan terkait materi yang akan diangkat untuk penyuluhan. Kemudian membuat materi penyuluhan dan melakukan diskusi terkait materi yang akan diberikan.

**PENYULUHAN BABY MASSAGE UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU PADA KOMUNITAS
BATITA USIA 3-18 BULAN DI DESA CANDIRENGGO KECAMATAN SINGOSARI**



Gambar 1. Kerangka Kerja Pengabdian

Kegiatan ini dilakukan untuk memberikan edukasi kepada ibu menggunakan media *leaflet* terkait definisi, manfaat, hal yang tidak boleh dilakukan, dan waktu yang disarankan untuk melakukan baby massage. Sejalan dengan fokus pada stase fisioterapi komunitas terkait upaya promotif dan preventif.



Gambar 2. Media Penyuluhan

3. HASIL

Kegiatan penyuluhan yang mengangkat tema balita dengan materi *baby massage* yang bertempat di salah satu rumah warga di Kelurahan Candirenggo Kecamatan Singosari Kabupaten Malang ini di hadiri oleh 20 peserta penyuluhan. Kegiatan ini diawali dengan melakukan koordinasi dengan pembimbing lahan terkait materi yang akan diangkat untuk penyuluhan. Kemudian peneliti membuat materi penyuluhan berupa *leaflet*, setelah seluruh persiapan selesai peneliti turun ke lahan posyandu yang bertempat di kelurahan Candirenggo. Setelah tiba di Lokasi posyandu, pembimbing lahan melakukan koordinasi kepada kader posyandu pada RW tersebut kemudian kader posyandu membantu untuk mengumpulkan peserta penyuluhan. Pada saat proses penyuluhan, ibu sangat antusias dan sangat penasaran terhadap materi yang diberikan.



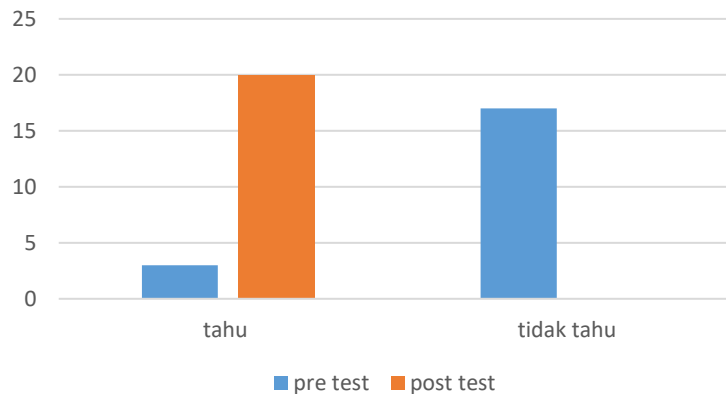
Gambar 3. Pemberian materi terkait baby massage



Gambar 4. Sesi diskusi

Analisis Data

Pre-test dan Post-Test



Gambar 5. *Pre-test dan Post-Test*

Sebelum diberikan penyuluhan penulis melakukan sesi tanya jawab sebagai *pre-test* terkait apa itu *baby massage*, manfaat dari *baby massage*, apakah sering dan rutin melakukan *baby massage* kepada anak, dan apakah tahu terkait gerakan *baby massage*. Didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu tidak mengerti mengenai pertanyaan yang telah dilontarkan. Kemudian penulis melakukan penyuluhan yang didukung dengan media *leaflet* yang menarik untuk dibaca dan berisi beberapa gerakan *massage*. Setelah itu dilakukan sesi

tanya jawab sebagai *post-test* terkait penyuluhan dengan pertanyaan yang sama dengan sebelum diberikan penyuluhan. Didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu paham akan materi yang telah diberikan. Dalam hal ini ditemukan bahwa hasil *pre-test* dan *post-test* berubah secara signifikan, sehingga penyuluhan ini efektif untuk ibu.

4. DISKUSI

Kegiatan penyuluhan yang mengangkat tema balita dengan materi *baby massage*. Pijat bayi atau *baby massage* juga dapat dikatakan sebagai terapi sentuhan karena pijatan yang diberikan memungkinkan komunikasi yang baik antara ibu dan bayinya, serta memberikan pijatan yang lembut dan nyaman. *Baby massage* juga dapat mengurangi tingkat kematian bayi prematur karena memiliki banyak manfaat termasuk, menambah berat badan dan pertumbuhan bayi, pola tidur dan bangun lebih teratur, perkembangan neuromotor yang lebih baik, meningkatkan konsentrasi, meningkatkan daya tahan tubuh, serta ikatan emosional lebih baik (Saputri, 2019)

Salah satu metode terapi sentuh yang efektif untuk mempercepat perkembangan motorik bayi adalah dengan memberikan pijatan. Pijat bayi dapat bersentuhan langsung dengan ujung saraf kulit dan mengirimkan pesan ke otak melalui jaringan saraf di sumsum tulang belakang. Pijat bayi juga meningkatkan peredaran darah, memungkinkan lebih banyak oksigen yang masuk ke otak (Merida & Hanifa, 2022).

Bayi sudah dapat menerima sentuhan dan rangsangan pada usia 3 bulan ke atas. Selain itu, bayi akan mengalami perkembangan motorik yang lebih cepat pada usia 4 hingga 6 bulan, bayi akan menjadi lebih kuat seiring bertambahnya usia, dengan memberikan terapi pijat secara teratur dan berkelanjutan dapat memperkuat hubungan antar saraf yang telah terbentuk serta meningkatkan fungsi otak karena perkembangan sel-sel otak pada usia ini sangat pesat. Perkembangan sensorik dan motorik sangat mempengaruhi perkembangan kognitif anak 0-2 tahun. Ibu juga dapat menstimulasi seluruh panca indra bayi untuk perkembangan sensorik dan motorik dengan memijatnya. Perkembangan motorik adalah salah satu cara untuk mendorong perkembangan bayi. Bayi harus menerima stimulasi yang bagi dari segi kuantitas dan kualitas (Kusumastuti *et. al.*, 2016).

Maka dari itu penulis mengambil tema penyuluhan ini. Penyuluhan ini bertujuan untuk menambah pengetahuan ibu terkait *baby massage* yang dapat meningkatkan tumbuh kembang anak. Serangkaian penyuluhan ini berjalan dengan efektif dan efisien sesuai dengan hasil *pre-test* dan *post-test* serta keantusiasan peserta penyuluhan terhadap materi yang disajikan.

5. KESIMPULAN

Penyuluhan yang mengambil materi *baby massage* dengan 20 peserta berjalan dengan lancar dan kondusif. Hal ini dapat dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* mengalami peningkatan dibagian pengetahuan ibu yaitu sebelum diberikan penyuluhan terdapat 3 ibu yang memiliki pengetahuan terkait *baby massage* dan 20 ibu berpengetahuan baik setelah kegiatan ini. Dengan pengetahuan ibu yang meningkat tentang *baby massage* ini, diharapkan ibu dapat melakukannya sendiri dirumah. Stimulasi akan bermanfaat bagi anak, seperti meningkatkan berat badan, pola tidur yang lebih baik, meningkatkan kemampuan motorik anak, dan memperbaiki sistem peredaran darah, serta sistem lainnya. Edukasi tentang kesehatan, seperti pijat bayi untuk mempercepat tumbuh kembang sangat disarankan.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih kepada pihak Puskesmas yang telah memberikan kesempatan kepada bagi mahasiswa fisioterapi UMM untuk melakukan penyuluhan di posyandu balita di kelurahan Candirenggo. Terimakasih kepada bapak Rakhmad Rosadi SST. FT., M. Sc. PhD selaku pembimbing yang telah memberikan waktu untuk membimbing dan memberikan saran untuk penyuluhan ini. Kemudian Ibu Ratna Vidya Amelia selaku pembimbing lahan yang telah memudahkan kegiatan penyuluhan ini serta kepada pihak kader posyandu balita di Kelurahan Candirenggo Kecamatan Singosari Kabupaten Malang.

DAFTAR REFERENSI

- Alawiyah, A. T., Putro, K., & Yuliadarwati, N. M. (2023). PENYULUHAN BABY MASSAGE TERHADAP TUMBUH KEMBANG BAYI DAN BALITA DI POSYANDU BALITA DUSUN JATIROGO MADIUN. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 6(2), 181–190. <https://doi.org/DOI : https://doi.org/10.36341/jpm.v6i2.2987>
- Fitriahadi, E., & Priskila, Y. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Anak Usia 3-6 Tahun Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Tinggede, Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi Sulawesi Tengah Indonesia. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 183–191. <https://doi.org/DOI : 10.23917/jk.v13i2.10621>
- Jesica, F., & Hayu, R. (2023). Hubungan Stimulasi Orang Tua Dengan Perkembangan Anak Usia 5 - 6 Tahun. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan*, 6(2), 81–86.
- Kornalia, S. I. M., Suwi'i, & Ni'amah, S. (2023). Efektifitas Baby Massage Terhadap Perkembangan Motorik. *Jurnal Penelitian Pendidikan Bidan*, 1(2), 53–61.

- Kusumastuti, N. A., Tamtomo, D., & Salimo, H. (2016). Effect of Massage on Sleep Quality and Motor Development in Infant Aged 3-6 Months. *Journal of Maternal and Child Health*, 01(03), 161–169. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2016.01.03.03>
- Merida, Y., & Hanifa, F. N. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Dengan Tumbuh Kembang Bayi. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 27–32. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i1.424>
- Rahmadani, A., & Mujiyono. (2017). Penciptaan Karya Ilustrasi Sebagai Media Edukasi Fisioterapi Pada Akun Get Fit With Physio. *Arty: Jurnal Seni Rupa*, 6(1), 35–54.
- Rosadi, R., Maburur, A., Sunaringsih, S., & Wardoyo, I. (2021). Pelaksanaan Fisioterapi Komunitas Dalam Upaya Meningkatkan Kesadaran Tentang Cedera Olahraga Pada Pemain Bola Voli Putri Generasi Muda Juara Laut. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks*, 7(2), 242–246.
- Saputri, N. (2019). Pentingnya Manfaat Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3, 49–52. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v3i2.2844>
- Widiani, N. N. A., Pratiwi, N. P. A., & Mariani, N. K. D. (2021). PENGARUH BABY MASSAGE TERHADAP PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN BAYI USIA 3-6 BULAN THE EFFECT OF BABY MASSAGE TO THE GROWTH AND DEVELOPMENT OF INFANT AGED 3 -6 MONTHS IN THE WORK AREA PUSKESMAS II SUKAWATI IN 2021. *Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 85–88. <https://doi.org/https://doi.org/10.35910/jbkm.v5i2.515>