

OPTIMALISASI TUMBUH KEMBANG BAYI MELALUI EDUKASI, TERAPI PIJAT BAYI (*BABY MASSAGE*) DAN SENAM BAYI (*BABY GYM*) DI KLINIK BERSALIN KOTA MEDAN DAN KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2018

Optimalization Of Growing Baby Development Through Education, Baby Massage And Baby Gym In The Medan City And District Clinic Deli Serdang In 2018

Evi Indriani Br Karo¹, Febrina Oktavinola Kaban²

^{1,2}Fakultas Keperawatan, Universitas Sumatera Utara

E-mail : evi_indri@yahoo.com

Abstrak

Setiap orang tua mengharapkan anaknya dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, sehingga dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas dan tangguh. Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal merupakan hasil interaksi berbagai faktor salah satunya dengan stimulasi. Pemijatan (*stimulation touch*) yang dilakukan dengan benar dan teratur akan sangat besar manfaatnya bagi tumbuh kembang bayi. Klinik bersalin merupakan salah satu fasilitas kesehatan yang memberikan pelayanan kepada ibu, bayi dan balita termasuk pemantauan tumbuh kembang bayi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di klinik Shanty yang berada di Kelurahan Sungai Berombang kecamatan Medan Barat kota Medan, dan Klinik Pratama Fitri Asih, yang berada di Patumbak Deli Serdang. Berdasarkan analisis situasi pada kedua mitra dalam perkembangan pelayanannya masih mengalami berbagai permasalahan yaitu : pengetahuan masyarakat terutama ibu bayi dan balita sangat rendah mengenai upaya optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat bayi (*baby massage*) dan senam bayi (*baby gym*), kurangnya keterampilan dan keahlian mitra untuk melakukan pijat bayi dan terbatasnya sarana dan prasarana di kedua mitra. Solusi yang ditawarkan adalah edukasi dan pelatihan pijat bayi dan senam bayi serta membantu melengkapi sarana dan prasarana yang dibutuhkan mitra sesuai kemampuan. Kegiatan ini dimulai pada pertengahan Januari 2018 dan dilaksanakan pada tanggal 17 April 2018 di Klinik Fitri Asih dan tanggal 30 Mei 2018 di Klinik Bidan Shanty. Kegiatan ini diikuti oleh 40 orang ibu-ibu beserta bayinya. Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan ibu sehingga mereka bersemangat untuk melakukan gerakan senam sesuai dengan usia bayi mereka. Terjadi peningkatan keterampilan ibu sehingga mereka lebih percaya diri melakukan pijatan pada bayinya. Pendampingan dan pembinaan pada mitra memberikan dampak positif untuk lebih memaksimalkan pelayanan klinik dalam mengoptimalkan tumbuh kembang bayi.

Kata Kunci : Edukasi, Pelatihan, Pijat Bayi, Senam Bayi

Abstract

Every parent expects their children to grow and develop optimally, so that they can become qualified and resilient human resources. Achieving optimal growth and development is the result of interaction with various factors, one of them is stimulation. Massage (*stimulation touch*) that is done correctly and regularly will greatly benefit the baby's growth. Maternity clinic is one of the health facilities that provide services to mothers, babies and toddlers including monitoring baby's growth. The community service activities were held at Shanty clinic located in Sungai Berombang Village, Medan Barat sub-district, Medan, and Pratama Clinic Fitri Asih, which was in Patumbak Deli Serdang. Based on the situation analysis of the two partners in the development of their services, they still experience various problems, namely: very low knowledge of the community, especially the mothers of infants and toddlers regarding efforts to optimize baby growth with baby massage and baby gymnastics, lack of partner skills and expertise to do baby massage and limited facilities and infrastructure at both partners. The solutions offered are education and training on infant massage and baby gymnastics and help complete the facilities and infrastructure needed by partners according to their abilities. This activity began in mid-January 2018 and was held on April 17, 2018 at Fitri Asih Clinic and May 30, 2018 at Shanty Midwife Clinic. This activity was attended by 40 mothers and their babies. The results of the activity evaluation showed that there was an increase in mother's knowledge so that they were eager to do gymnastic movements according to their baby's age. There was an increase in maternal skills so they were more confident in

doing massage on their babies. Mentoring and guidance for partners has a positive impact to maximize clinical services in optimizing baby's growth.

Keywords: Education, Training, Baby Massage, Infant Gymnastics

PENDAHULUAN

Setiap orang tua mengharapkan anaknya dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, sehingga dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas dan tangguh. Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal merupakan hasil interaksi berbagai faktor salah satunya dengan stimulasi. Pijat menurut Vivian (2010), biasa disebut dengan *stimulus touch*. Pijat juga merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktikkan sejak berabad-abad silam lainnya. Bahkan diperkirakan ilmu ini telah dikenal sejak awal manusia diciptakan di dunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia.

Pijat bayi sebagai seni perawatan kesehatan pada bayi dengan terapi sentuh dengan teknik-teknik tertentu sehingga manfaat pengobatan dan kesehatan tercapai, menurut Natalia (2011). Pijat bayi mempengaruhi sistem saraf dari tepi sampai ke pusat, tekanan pada reseptor saraf di kulit menyebabkan pelebaran vena, arteri dan kapiler yang akan menghambat penyempitan, melemaskan ketegangan otot, memperlambat detak jantung dan meningkatkan gerakan usus di saluran cerna (Rosalina, 2004)

Pemijatan yang dilakukan dengan benar dan teratur akan sangat besar manfaatnya bagi tumbuh kembang bayi. Dari berbagai penelitian termasuk penelitian yang dilakukan Rosalina dkk (1999) di sebuah rumah sakit swasta di Bandung, yang dilakukan terhadap bayi cukup bulan, secara acak dibagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok pemijatan dan kelompok kontrol. Pemijatan dimulai sejak bayi usia 4 minggu yang dilakukan oleh ibunya setiap hari 1-2 kali perhari. Ternyata didapatkan hasil yang memperlihatkan perbedaan pertumbuhan berat badan yang sangat bermakna (Rosalina, 2004)

Klinik bersalin Shanty yang berada di Kelurahan Sungai Berombang kecamatan Medan Barat kota Medan, merupakan Mitra

I. Mitra II pengabdian masyarakat ini adalah klinik Pratama Fitri Asih, yang berada di Patumbak Deli Serdang. Pelayanan *Baby Massage* membutuhkan tenaga terapis yang terampil, karena jikalau salah pijat dapat berakibat fatal. Anatomi dan fisiologi bayi mutlak diketahui.

Berdasarkan analisis situasi di atas, kedua mitra (Klinik Bersalin Shanty dan Klinik Pratama Fitri Asih) melakukan pelayanan kepada ibu, bayi dan balita, termasuk pemantauan tumbuh kembang bayi dan pijat bayi. Tetapi dalam perkembangannya masih mengalami berbagai permasalahan. Permasalahan tersebut yaitu:

1. Permasalahan yang dialami mitra dari segi pengetahuan ibu bayi dan balita . Pengetahuan masyarakat terutama ibu bayi dan balita sangat rendah mengenai upaya optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat bayi (*baby massage*) dan senam bayi (*pijat bayi*). Kebiasaan masyarakat datang ke klinik bersalin dan klinik pratama pada saat sakit dan mengalami masalah pertumbuhan dan perkembangan.
2. Permasalahan yang dialami mitra dari segi keterampilan Mitra: Pijat bayi (*baby massage*) dan senam bayi (*baby gym*) memerlukan keterampilan dan keahlian mitra untuk melakukannya. Sehingga pijat bayi jarang dilakukan karena tidak terampilnya bidan.
3. Permasalahan yang dialami mitra dari segi sarana dan prasarana. Sarana dan prasarana yang belum memadai, sehingga setiap tenaga perawat/bidan tidak dilengkapi alat yang cukup karena jumlahnya terbatas di kedua mitra.

METODE

Dari berbagai permasalahan yang telah diuraikan, maka produser kerja untuk mendukung realisasi metode pendekatan yang dilakukan berupa edukasi, pelatihan dan melengkapi sarana/prasarana.

Edukasi dan Pelatihan pijat bayi (*baby massage*) serta senam bayi (*baby gym*). Pelatihan direncanakan selama 4 jam. Materi pelatihan meliputi: anatomi dan fisiologi bayi, Langkah-langkah pijat bayi (*baby massage*), Pijat pada bayi yang patologis, Persiapan sarana dan prasarana *baby massage*. Setiap peserta mengisi *pretest* sebelum dimulainya pelatihan, tujuannya untuk menilai sejauhmana pengetahuan peserta tentang *baby massage*. Praktik *baby massage* dimulai dari panthom boneka sampai mahir, setelahnya lanjut praktek pada bayi. Selanjutnya membantu melengkapi sarana dan prasarana yang dibutuhkan sesuai kemampuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap pertama kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 17 April 2018 di Klinik Pratama Bidan Fitri Asih, Desa Patumbak Kabupaten Deli Serdang. Diawali dengan meminta kesediaan ibu-ibu mengisi kuisisioner yang diberikan untuk menilai tingkat pengetahuan ibu-ibu bayi tentang terapi pijat dan senam pada bayi. Kemudian menyampaikan edukasi tentang pentingnya upaya optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat dan senam pada bayi 0-12 bulan. Kegiatan ini diikuti oleh 19 orang ibu yang membawa bayi dengan usia 0-12 bulan.

Tahap kedua kegiatan ini dilakukan pada tanggal 30 Mei 2018 di Klinik Bidan Shanty di Jl. Karya Ciliwung gg. Cilincing Kel. Karang Berombang Kec. Medan Barat Kota Medan. Kegiatan ini diikuti oleh 21 ibu-ibu yang membawa bayi 0-12 bulan. Sama seperti kegiatan PKM di Mitra sebelumnya, di tempat ini juga sasaran sangat antusias mengikuti kegiatan.

3.1. Edukasi Optimalisasi Tumbuh Kembang Bayi

Kegiatan ini diawali dengan meminta kesediaan ibu-ibu mengisi kuisisioner yang diberikan untuk menilai tingkat pengetahuan ibu-ibu bayi tentang terapi pijat dan senam pada bayi. Kemudian menyampaikan edukasi tentang pentingnya upaya optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat dan senam pada bayi 0-12 bulan. Pada saat dilaksanakannya kegiatan

ini, tim melihat bahwa pengetahuan ibu-ibu mengenai optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat dan senam bayi masih kurang. Sebagian ibu-ibu berpendapat bahwa pijat bayi hanya perlu dilakukan ketika bayi mereka mengalami sakit saja, mereka menyebutnya dengan pijat urat. Pijat berbeda dengan urut. Jika pijat hanya untuk melemaskan otot-otot yang kaku saja, urut justru digunakan untuk mengobati cedera yang lebih serius. Sekilas memang tidak ada perbedaan yang signifikan hanya saja pada urut tekanannya yang lebih kuat dan memerlukan keterampilan tambahan. Para ahli kesehatan menemukan pijatan dengan teknik yang tepat kepada anak dan bayi, bisa dilakukan saat mereka dalam kondisi sehat.

Selain melakukan pijatan pada bayi, ibu juga dapat melakukan gerakan-gerakan senam sebagai bagian dari stimulus atau rangsangan-rangsangan untuk pertumbuhan motorik bayi. Beberapa ibu berpendapat bahwa senam pada bayi itu tidak perlu karena mereka juga belum mengerti apa-apa. Pada dasarnya senam dapat diberikan sedini mungkin. Bahkan, dapat dilakukan secara rutin agar perkembangan motorik si kecil lebih optimal. Namun setelah dilakukan edukasi tentang senam bayi, mereka memahami bahwa senam bisa memperkuat ikatan batin orang tua dan bayi. Edukasi tentang optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat dan senam bayi membuka wawasan bagi ibu-ibu bahwa pengetahuan ibu yang baik memberi dampak positif bagi bayi mereka, sehingga mereka bersemangat untuk melakukan gerakan-gerakan senam sesuai dengan usia bayi mereka.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi Optimalisasi Tumbuh Kembang Bayi

3.2. Pelatihan Terapi Pijat Bayi (*Baby Massage*) dan Senam Bayi (*Baby Gym*)

Pelatihan pijat bayi (*baby massage*) dan senam bayi (*baby gym*) yang dilaksanakan pada ibu-ibu bayi dan mitra sangat memotivasi mereka untuk meningkatkan keterampilannya. Pijat bayi merupakan pengungkapan kasih sayang antara orang tua dengan anak lewat sentuhan kasih. Sentuhan dan pelukan seorang ibu merupakan kebutuhan dasar bayi. Semua itu memiliki dampak yang luar biasa bagi perkembangan bayi. Setelah mengikuti pelatihan pijat bayi mereka merasakan bahwa setiap ibu punya kemampuan untuk mengoptimalkan tumbuh kembang bayi mereka dengan meningkatnya keterampilan mereka. Hasil evaluasi setelah dilakukannya pelatihan ini setiap ibu lebih percaya diri untuk melakukan pijatan pada bayi mereka. Untuk meminimalkan kesalahan dalam pijat bayi maka tim pelaksana akan melakukan monitoring dan evaluasi kepada mitra dan peserta dengan melakukan pendampingan.



Gambar 2. Pelatihan Terapi Pijat (*Baby Massage*) dan Senam Bayi (*Baby Gym*)



Gambar 3. Tertidur setelah dipijat dan mengikuti senam bayi

3.3. Klinik Bersalin Sebagai Suatu Wadah Pemantauan Tumbuh Kembang Bayi

Untuk mendukung kegiatan optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat dan senam bayi maka tim pelaksana berpartisipasi membantu melengkapi sarana dan prasarana yang dibutuhkan mitra sesuai dengan kemampuan berupa matras pijat bayi sebanyak 10 (sepuluh) buah, minyak pijat (*baby oil*), handuk kecil dan mainan edukasi untuk bayi. Pendampingan dan pembinaan mitra dilakukan untuk memantau sekaligus memfasilitasi jika terdapat hal yang masih kurang dipahami dan perlu didiskusikan. Kegiatan pendampingan dilakukan setiap bulan bersamaan dengan dilaksanakannya kegiatan posyandu di kedua mitra. Dampak nyata dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat di kedua mitra menunjukkan hasil yang positif karena Bidan sebagai pengelola klinik bersalin semakin percaya diri dalam memberikan pelayanan prima.



Gambar 4. Bersama Ibu-ibu dan bayi pada Kegiatan PKM di Klinik Bidan Fitri Asih, Patumbak Deli Serdang



Gambar 5. Bersama Ibu-ibu dan bayi pada Kegiatan PKM di Klinik Shanty, Medan Barat

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat “Optimalisasi Tumbuh Kembang Bayi Melalui Edukasi, Terapi Pijat Bayi (baby massage) dan Senam Bayi (*baby gym*) di Klinik Bersalin Kota Medan dan Kabupaten Deli Serdang telah terlaksana dengan baik sesuai dengan rencana yang telah disusun.

Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilannya ibu tentang optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat bayi dan senam bayi, dampak positifnya mereka menjadi lebih percaya diri melakukan pijatan dan gerakan senam pada bayinya. Untuk mendukung kegiatan optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat dan senam bayi maka tim pelaksana berpartisipasi membantu melengkapi sarana dan prasarana yang dibutuhkan mitra.

Kegiatan ini sangat bermanfaat untuk ibu-ibu dan bayi 0-12 yang berada di wilayah kerja kedua mitra sehingga perlu adanya pendampingan dan kesinambungan kegiatan dengan melibatkan peran serta instansi pemerintah dan swasta dalam upaya meningkatkan angka kesehatan bayi di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Dewi, N. N. 2011. Pengaruh stimulasi pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi lahir cukup bulan. Diperoleh tanggal 15 januari 2017 melalui <http://etd.ugm.ac.id/index.php?mod=penelitian> detail &sub=Penelitian retail & act+view

- Kalsum U. 2014. Peningkatan Berat Badan Bayi melalui Pemijatan. Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 17 No. 1, Maret 2014, hal 25-29 pISSN 1410-4490, eISSN 2354-9203
- Prasetyono. D. S. 2013. Buku Pintar Pijat Bayi. Jakarta. Buku Biru
- Prasetyo. 2009. Teknik-teknik tepat memijat Bayi Sendiri Panduan Lengkap dan Uraian Kemanfaatannya. Jogjakarta : Diva Press
- Putri A. 2009. Pijat dan Senam Untuk bayi dan Balita Panduan Praktis Memijat Bayi dan Balita. Yogyakarta : brilliant Offset
- Roesli, U. 2001. Pedoman Pijat Bayi. Jakarta : Trubus Agriwidya
- Syaukani A. 2015. Pijat Senam dan Yoga Sehat Untuk Bayi. Jakarta : Araska
- Soetjiningsih. 2001. Tumbuh Kembang Anak. Jakarta : EGC
- Yuliana A, Suharto A dan Handayani T. 2013. Perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan yang dipijat dan tidak dipijat (di Kelurahan Tawanganom Kecamatan Magetan tahun 2013) Jurnal Penelitian Suara Forikes. Vol. 4 No. 4