
**PENGARUH PENYULUHAN DAN DEMONSTRASI PIJAT BAYI USIA 0-1 TAHUN
TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN PADA KELAS IBU BALITA
DI UPT PUSKESMAS KECAMATAN SUMBAWA UNIT 1**

Oleh

Sri Astini Nurnaningsih

Sekolah Pasca Sarjana Program Manajemen Inovasi, Universitas Teknologi Sumbawa

Jln. Olat Maras, Batu Alang, Pernek Moyo Hulu Kabupaten Sumbawa, NTB

Email: sriastini115@gmail.com

Abstrak

Pijat bayi adalah penekanan yang dilakukan dengan usapan-usapan halus pada permukaan kulit bayi, dilakukan dengan tangan bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf, otot, sistem pernapasan serta sirkulasi darah dan limpha. Bayi yang dipijat akan terjadi peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak). Peningkatan nervus vagus menyebabkan peningkatan produksi enzim penyerapan seperti gastrin dan insulin sehingga penyerapan makanan menjadi lebih baik. (Roesli, 2013).

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh penyuluhan dan demonstrasi pijat bayi Usia 0-1 Tahun Terhadap Peningkatan Keterampilan Kelas Ibu Balita di UPT Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit I.

Penelitian bersifat kuantitatif dengan desain Penelitian True Experimental Design model Pre and Post Test with control group Design. Populasi dalam penelitian ini adalah Ibu yang memiliki bayi usia 0-1 tahun yang ikut serta dalam Kelas Ibu Balita di wilayah UPT Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit 1. Sampel dari penelitian ini adalah seluruh dari populasi ibu bayi yang berumur 0-1 tahun yang ikut pada kelas Ibu Balita pada 2 kelurahan di Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit 1 dengan kriteria sesuai yang ditetapkan peneliti sejumlah 15 orang masing-masing kelompok kontrol maupun kelompok perlakuan menjadi jumlah total 30 responden. Ada pengaruh penyuluhan dengan demonstrasi pijat bayi terhadap peningkatan keterampilan dibuktikan dengan uji hipotesis secara statistik menggunakan Wilcoxon match pairs test keduanya menunjukkan peningkatan signifikan artinya penyuluhan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan ibu-ibu ($p=0,001$ atau $p<0,05$). Sedangkan hasil beda juga menunjukkan dimana antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menunjukkan perbedaan yang signifikan $p=0,000$ atau $p<0,05$).

Kata Kunci: Pijat bayi, Demonstrasi, Keterampilan

PENDAHULUAN

Sentuhan pada bayi merupakan suatu pengungkapan rasa sayang antara orang tua dengan buah hati melalui sentuhan pada kulit yang dapat menimbulkan efek yang luar biasa. Hal ini terjadi karena, sentuhan dan pelukan adalah salah satu kebutuhan dasar bayi (Siska Dewi, 2016). Pijat bayi merupakan terapi sentuh tertua yang dikenal manusia yang paling populer. Pijat bayi sudah sejak lama dilakukan oleh masyarakat di seluruh dunia. Laporan tertua tentang seni pijat untuk

pengobatan tercatat di Papyrus Ebers, yaitu catatan kedokteran zaman Mesir kuno. Ayur-Veda buku kedokteran tertua di India (sekitar 1800 M) menuliskan tentang pijat, diet, dan olahraga sebagai cara penyembuhan utama masa itu. Sekitar 5000 tahun yang lalu para dokter di Cina dari Dinasti Tang juga meyakini bahwa pijat adalah salah satu dari 4 teknik pengobatan penting (Roesli, 2013).

Pijat bayi adalah penekanan yang dilakukan dengan usapan-usapan halus pada permukaan kulit bayi, dilakukan dengan

tangan bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf, otot, sistem pernapasan serta sirkulasi darah dan limpha. Bayi yang dipijat akan terjadi peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak). Peningkatan aktivitas nervus vagus akan menyebabkan peningkatan produksi enzim penyerapan seperti gastrin dan insulin sehingga penyerapan makanan menjadi lebih baik. (Roesli, 2013).

Prasetyono, (2009) menyebutkan di Indonesia pelaksanaan pijat bayi di masyarakat masih dipegang perannya oleh dukun bayi dan sangat jarang pijat bayi dilakukan oleh ibu bayi itu sendiri. Selama ini, pemijatan lebih banyak dilakukan pada saat bayi sakit atau rewel dan bukan menjadi suatu rutinitas perawatan bayi yang memang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Novitasari (2012) di Dukuh Cemetuk Lorog Tawang Sari Sukoharjo dengan judul tingkat pengetahuan Ibu tentang pijat bayi melaporkan hasil penelitian dari 35 responden yaitu didapat tingkat pengetahuan ibu tentang pijat bayi paling banyak pada kategori kurang baik sebanyak 16 (46%), kategori baik sebanyak 10 orang (26%), dan paling sedikit pada kategori cukup baik sebanyak 9 orang (26%).

Begitu banyak manfaat dari pijat bayi sehingga perlu diketahui dan dilaksanakan oleh orang tua yang memiliki bayi, karena orang tua mungkin mengalami masalah dalam membesarkan anak-anak seperti tidak dapat tidur nyenyak dan kesulitan makan, sehingga rentan terhadap penyakit. Orang tua yang melakukan pemijatan sendiri terhadap bayinya akan belajar memperhatikan bagaimana reaksi bayi pada saat disentuh, mengetahui apa yang disukai dan tidak disukai bayi, sehingga membuat para orang tua lebih mudah mengerti dan menjadi sabar dalam menghadapi masalah yang timbul pada bayinya. Saat orang tua memperhatikan dan mengenali reaksi anak-anaknya dan memberikan responnya, bayi akan memberikan reaksinya kembali dan terbangunlah sebuah hubungan yang positif

diantara orang tua dan bayi (Notoatmodjo, 2007). Fakta di masyarakat saat ini, walaupun pijat bayi memiliki banyak manfaat yang besar bagi bayi dan orang tua, namun banyak orang tua yang tidak mau memijat bayinya sendiri dengan alasan takut salah memijat dan menyakiti bayinya. Penyebab ibu tidak mau memijat bayinya secara mandiri karena kurangnya pengetahuan ibu tentang pentingnya pijat bayi secara mandiri sehingga menimbulkan sikap dan perilaku ibu negatif terhadap stimulasi pemijatan bayi secara mandiri.

Seseorang dapat dikembangkan salah satunya melalui kegiatan berlatih, Marzuki (2012) mengatakan bahwa pelatihan merupakan pengajaran atau pemberian pengalaman kepada seseorang untuk mengembangkan tingkah laku (pengetahuan, skill, sikap) agar mencapai sesuatu yang diinginkan. Dalam proses belajar seorang ibu memerlukan adanya motivasi dan informasi tentang pijat bayi yang berguna untuk ibu dan anggota keluarga, akan menambah atau memperoleh pengalaman baru bagi ibu dan keluarganya. Ibu harus memiliki keterampilan yang cukup tentang pijat bayi agar ibu dapat melakukan pemijatan sendiri pada bayinya (Notoatmodjo, 2009).

Sedangkan Kelas ibu balita merupakan sarana Komunikasi Informasi Edukasi (KIE) yang selama ini digunakan di institusi pelayanan kesehatan (puskesmas) untuk meningkatkan keterampilan ibu balita dalam meningkatkan kesehatan anaknya tetapi tidak ada materi tentang pijat bayi yang diberikan kepada ibu dalam kegiatan ini, sehingga peneliti tertarik untuk memasukkan materi tentang pijat bayi untuk meningkatkan keterampilan ibu.

Dari uraian diatas, maka penulis merasa tertarik untuk meneliti sejauh mana pengaruh penyuluhan dan demonstrasi pijat bayi Usia 0-1 Tahun Terhadap Peningkatan Keterampilan Pada Kelas Ibu Balita Di wilayah UPT Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit I.

LANDASAN TEORI

1. Demonstrasi

Beberapa ahli mendefinisikan, pengertian metode demonstrasi sebagai berikut:

Demonstrasi berasal dari kata *demonstration* (to slow) yang berarti memperagakan atau memperlihatkan proses kelangsungan sesuatu (Tayar Yusuf, 2000).

Demonstrasi berarti unjuk rasa, tindakan bersama-sama untuk menyatakan proses pertunjukan mengenai cara penggunaan suatu hal (Pius A. Partanto, 2001)

Menurut Daryanto, demonstrasi adalah suatu cara penyajian informasi dalam proses belajar mengajar dengan mempertunjukkan tentang cara melakukan sesuatu disertai dengan penjelasan secara Visual dari proses yang jelas. (Daryanto, 2009).

Metode demonstrasi adalah cara penyajian bahan pelajaran dengan memperagakan atau mempertunjukkan kepada peserta didik suatu proses, situasi atau benda tertentu yang sedang dipelajari baik sebenarnya ayaupun tiruan yang sering disertai penjelasan lisan (Syaiful Bahri, 2010).

Fungsi Metode Demonstrasi

Demonstrasi sebagai suatu metode mengajar tentunya mempunyai fungsi dalam proses belajar mengajar antara lain:

- a. Memberi gambaran yang jelas dan pengertian yang konkrit tentang suatu proses atau ketrampilan dalam mempelajari konsep ilmu dari pada hanya dengan mendengar penjelasan atau keterangan lisan saja dari guru
- b. Menunjukkan dengan jelas langkah-langkah suatu proses atau keterampilan-keterampilan
- c. Lebih mudah dan efisien dibanding dengan metode ceramah atau diskusi karena peserta didik bisa mengamati secara langsung
- d. Memberi kesempatan dan sekaligus melatih peserta didik mengamati sesuatu secara cermat

- e. Melatih peserta didik untuk mencoba mencari jawaban atas pertanyaan

Syarat-Syarat Penggunaan Metode Demonstrasi

Penggunaan metode demonstrasi dapat diterapkan dengan syarat memiliki keahlian mendemonstrasikan penggunaan alat atau melaksanakan kegiatan tertentu seperti kegiatan yang sesungguhnya. Keahlian mendemonstrasikan tersebut harus dimiliki oleh guru atau pelatih yang ditunjuk, setelah mendemonstrasikan, peserta didik diberi kesempatan melakukan latihan keterampilan seperti yang telah diperagakan oleh guru atau pelatih.

Metode demonstrasi ini sangat efektif menolong peserta didik mencari jawaban atas pertanyaan seperti: Bagaimana prosesnya? Terdiri dari unsur apa? Cara mana yang terbaik bagaimana dapat diketahui kebenarannya melalui pengamatan induktif.

2. Pijat Bayi

Pijat adalah terapi sentuh tertua yang dikenal manusia dan yang paling populer. Pijat adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktekkan sejak berabad abad silam. Bahkan diperkirakan ilmu ini telah sejak awal manusia diciptakan ke dunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia (Santi, 2012).

Pijat bayi adalah pemijatan yang dilakukan dengan usapan-usapan halus pada permukaan kulit bayi, dilakukan dengan menggunakan tangan yang bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf, otot, sistem pernafasan serta sirkulasi darah dan limpha (Roesli, 2013).

Pijat bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan perasaan gelisah terutama pada bayi. Pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga bayi menjadi tenang dan tidurnya nyenyak. Sentuhan lembut pada bayi merupakan sarana ikatan yang indah antara bayi dan orang tuanya (Roesli, 2012).

Pijat bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan perasaan gelisah terutama pada bayi. Pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga bayi menjadi tenang dan tidurnya nyenyak. Sentuhan lembut pada bayi merupakan sarana ikatan yang indah antara bayi dan orang tuanya (Roesli, 2012).

Pijat bayi disebut juga stimulasi touch atau terapi sentuh. Disebut terapi sentuh karena melalui pijat bayi inilah akan terjadi komunikasi antara ibu dan buah hatinya. Sebenarnya, dikenal oleh berbagai bangsa dan kebudayaan didunia sejak berabad - abad yang lalu. Pijat bayi berkembang dalam berbagai bentuk jenis gerakan, terapi dan tujuan. Selain sebagai salah satu cara pengungkapan kasih sayang antara orang tua dengan anak. Melalui sentuhan pada kulit berdampak luar biasa pada perkembangan fisik, emosi dan tumbuh kembang anak (Riksani, 2012).

1. Mengapa Bayi perlu dipijat?

Sentuhan dan pemijatan pada bayi setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. Sentuhan juga akan merangsang peredaran darah dan akan menambah energi karena gelombang oksigen yang segar akan lebih banyak dikirim ke otak dan seluruh tubuh. Stimulus sentuh dapat merangsang semua sistem sensorik dan motorik yang berguna untuk pertumbuhan otak, membentuk kecerdasan emosi, interpersonal, intrapersonal dan untuk merangsang kecerdasan-kecerdasan lain (Roesli, 2013).

2. Manfaat Pijat Bayi

a. Manfaat Secara Umum

Menurut Ardhilla (2012), manfaat pijat bayi adalah merangsang syaraf motorik, memperbaiki pola tidur, membantu pencernaan dan meningkatkan ketenangan emosional, selain itu juga menyehatkan tubuh dan otot-ototnya. Bayi yang dipijat dengan

baik dan teratur dapat tumbuh lebih sehat dan berkembang lebih baik.

b. Manfaat Pada Anak

Menurut Roesli (2010), pada bayi/anak, pijat ini juga memberikan manfaat yang tertentu seperti :

- 1) Efek biokimia yang positif yaitu menurunkan kadar hormon stres meningkatkan kadar serotonin.
- 2) Efek fisik/klinis antara lain: meningkatkan jumlah dan sitikitas dari sistem immunitas (sel pembunuh alami), mengubah gelombang otak secara positif, memperbaiki sirkulasi darah dan pernapasan, merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan, meningkatkan kenaikan berat badan, mengurangi depresi dan ketegangan, meningkatkan keniagaan, membuat tidur lelap, mengurangi rasa sakit, mengurangi kembung dan kolik (sakit peru), meningkatkan hubungan batin antara orang tua dan bayinya (bonding) dan meningkatkan volume air susu ibu.

c. Manfaat pada ibu

Manfaat pijat bayi bagi ibu yaitu menjadikan ibu semakin dekat hubungan batinnya dengan sang anak, membuat ibu merasa rileks dan merasakan stresnya berkurang, ibu lebih memiliki waktu yang banyak untuk berkomunikasi dengan bayinya dan dapat memperbanyak produksi ASI (Air Susu Ibu). Sedangkan manfaat pijat bayi bagi bayi itu sendiri seperti, bayi akan merasakan kenyamanan setelah mendapatkan pijat bayi sehingga dapat tidur lebih nyaman, bayi menjadi tidak mudah stres, pencernaannya tidak mudah terganggu, membantu perkembangan mental bayi, dan meningkatkan kekuatan otot serta sirkulasi darah pada bayi (Suririnah, 2009).

d. Manfaat lain dari pijat anak bayi yaitu:

- 1) Orang tua yang masih remaja/teenage parents orang tua yang masih remaja, umumnya tidak ada atau belum siap untuk menjadi orang tua karena mereka sendiri belum cukup dewasa. Pada kasus

ini pijat bayi akan meningkatkan percaya diri mereka, meningkatkan rasa penerimaan atas keadaannya menjadi orang tua dan harga diri mereka sebagai orangtua).

- 2) Orang tua yang rasa keterikatan dengan bayinya kurang (Biasanya terjadi pada kasus seperti kehamilan atau anak yang tidak dikehendaki, komplikasi kehamilan dan p emisahan ibu dan bayi untuk waktu tertentu karena kesehatan fisik/mental ibu atau kesehatan bayi. Keadaan seperti ini, pijat bayi dapat mendekatkan hubungan orang tua dengan anaknya. Apalagi orangtua tersebut mengikuti kelas pijat bayi., maka mereka akan merasa mendapat dukungan dan perhatian, serta melihat orang tua yang lain bergaul penuh penuh kasih sayang dengan bayinya. Sehingga akan timbul rasa percaya diri dan keinginan untuk mempunyai hubungan mesra dengan bayinya sendiri).
- 3) Bedah caesar (Bayi yang dilahirkan bedah caesar tidak akan menerima rangsangan taktik seperti bayi yang dilahirkan dengan normal. Selain itu umumnya bayi ini akan kurang siaga karena pengaruh obat-obatan yang diberikan kepada ibu. Maka pijat bayi akan lebih cepat menyatukan orang tua dan bayinya),
- 4) Sakit perut/colik (Colik atau sakit perut pada bayi ditunjukkan oleh bayi secara khas yaitu dengan “tangis sakit” yang melengking. Untuk mengurangi kolik ini, para orangtua dianjurkan untuk memijat bayinya pada kolik berlangsung),
- 5) Asma (Pijat telah menunjukkan keberhasilan untuk melebarkan saluran napas/udara yang menyempit karena salah satu manfaat pijat adalah relaksasi. Sehingga dapat mengurangi gelisah dan depresi),
- 6) Bayi dari ibu HIV positif (Penelitian menyimpulkan bahwa pemijatan pada

bayi dengan HIV-positif menghasilkan kenaikan berat badan, perkembangan motorik yang lebih baik dan mendapatkan skala angka yang lebih pada tes Brazelton),

- 7) Bayi yang dirawat dirumah sakit (Jarum suntik dan pemeriksaan-pemeriksaan yang menyakitkan dirumah sakit telah memberi kesan pada bayi adanya hubungan perabaan dengan rasa sakit. Dengan pijat bayi maka akan mengetahui perabaan juga menyenangkan, menenangkan dan penuh kasih sayang),
- 8) Bayi kurang bulan/prematur infant (Bayi prematur mengalami kehangatan dan kenyamanan dalam waktu yang singkat. Selanjutnya mereka akan lebih sering disuntik dan mengalami pemeriksaan laboratorium yang menyakitkan. Dengan adanya pijat bayi maka mereka akan merasakan bahwa perabaan juga menyenangkan dan penuh kasih sayang).

Hal-hal yang Harus Diperhatikan Dalam Pijat Bayi

Pada bayi usia 0-1 bulan disarankan hanya diberi gerakan usapan halus dan sebelum tali pusat lepas sebaiknya tidak dipijat didaerah perut. Bayi dengan usia 1 -3 bulan sudah dapat diberikan gerakan pijat, namun pijatan halus dengan tekanan ringan. Setelah bayi berusia 3 bulan ke atas bayi sudah dapat diberikan pijat bayi dengan tekanan yang lebih (Roesli, 2010).

Pijat bayi dapat dilakukan pada pagi hari saat orang tua serta bayi akan memulai beraktifitas dan pada sore hari ataupun malam hari sebelum bayi tidur dengan pemberian pijatan akan membuat bayi merasa rileks dan nyamam sehingga dapat tidur dengan nyenyak. Selain waktu, menurut Roesli (2010) ada hal-hal yang harus diperhatikan sebelum melakukan pemijatan, seperti:

- a. Bayi tidak baru saja selesai makan ataupun dalam kondisi lapar

- b. Tangan pemijat harus bersih, tidak berkuku panjang dan tidak menggunakan perhiasan
- c. Ruang untuk saat melakukan pemijatan tidaklah harus khusus cukup diupayakan ruangan hangat tidak terlalu dingin dan sirkulasi udara berjalan dengan lancar
- d. Siapkan waktu kurang lebih 15 menit untuk orang tua ataupun pengasuh bayi untuk memberikan pijatan pada bayi. Orang tua ataupun pengasuh harus dalam kondisi yang sehat dan nyaman tidak dalam kondisi yang stres ketika melakukan pemijatan, karena akan berdampak juga pada bayi yang diberikan pijatan
- e. Baringkan bayi pada permukaan yang rata, lembut dan bersih
- f. Siapkan handuk bayi, popok dan baju ganti, dan minyak bayi (baby oil atau lotion)
 - g. Mintalah izin pada bayi sebelum melakukan pemijatan dengan cara membelai wajah dan kepala bayi sambil mengajaknya bicara. Akhiri dengan perengangan., kemudian pemijatan bisa dimulai.

3. Keterampilan Pijat Bayi

Definisi keterampilan

Keterampilan berasal dari kata terampil yang berarti cakap, mampu, dan cekatan. Keterampilan membutuhkan pelatihan dan kemampuan dasar yang dimiliki setiap orang dapat lebih membantu menghasilkan sesuatu yang lebih bernilai dengan lebih cepat. Praktik atau keterampilan pijat bayi masih belum diketahui oleh masyarakat, hal ini dikarenakan kurangnya keterampilan masyarakat tentang pijat bayi. Untuk itu salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan masyarakat tentang pijat bayi secara mandiri adalah dengan pelatihan pemijatan (Sofiatul, 2013).

Robbins (2005) mengatakan keterampilan dibagi menjadi 4 kategori, yaitu:

- a. Basic Literacy Skill: Keahlian dasar yang sudah pasti harus dimiliki oleh setiap orang

seperti membaca, menulis, berhitung, serta mendengarkan.

- b. Technical Skill: Keahlian serta teknis yang di dapat melalui pembelajaran.
- c. Interpersonal Skill: Keahlian setiap orang dalam melakukan komunikasi satu sama lain seperti mendengarkan seseorang, memberi pendapat dan bekerja secara tim.
- d. Problem Solving: Keahlian seseorang dalam memecahkan masalah dengan menggunakan logika atau perasaannya.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan

Keterampilan merupakan aplikasi dari pengetahuan sehingga tingkat keterampilan. Seseorang berkaitan dengan tingkat pengetahuan, dan pengetahuan dipengaruhi oleh:

- a. Tingkat Pendidikan

Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin baik pengetahuan yang dimiliki. Sehingga, seseorang tersebut akan lebih mudah dalam menerima dan menyerap hal-hal baru. Selain itu, dapat membantu mereka dalam menyelesaikan hal-hal baru tersebut.

- b. Umur

Ketika umur seseorang bertambah maka akan terjadi perubahan pada fisik dan psikologi seseorang. Semakin cukup umur seseorang, akan semakin matang dan dewasa dalam berpikir dan bekerja.

- c. Pengalaman

Pengalaman dapat dijadikan sebagai dasar untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya dan sebagai sumber pengetahuan untuk memperoleh suatu kebenaran. Pengalaman yang pernah didapat seseorang akan mempengaruhi kematangan seseorang dalam berpikir melakukan suatu hal.

4. Kelas Ibu Balita

Kelas Ibu Balita adalah kelas dimana para ibu yang mempunyai anak berusia 0 sampai 5 tahun secara Bersama berdiskusi, tukar pendapat, tukar pengalaman akan pemenuhan pelayanan Kesehatan, gizi dan stimulasi pertumbuhan dan perkembangannya dibimbing oleh fasilitator (Depkes RI, 2015).

Tujuan Kelas Ibu Balita

Meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku ibu dengan menggunakan Buku KIA dalam mewujudkan tumbuh kembang Balita yang optimal. Kelas Ibu Balita diselenggarakan secara partisipatif: artinya para ibu tidak diposisikan hanya menerima informasi karena posisi pasif cenderung tidak efektif dalam merubah perilaku. Oleh sebab itu Kelas Ibu Balita dirancang dengan metode belajar partisipatoris dimana para ibu tidak dipandang sebagai murid, melainkan sebagai warga belajar. Dalam prakteknya para ibu didorong untuk belajar dari pengalaman sesama, sementara fasilitator berperan sebagai pengarah kepada pengetahuan yang benar. Fasilitator bukanlah guru atau dosen yang mengajari, namun dalam lingkup terbatas ia dapat menjadi sumber belajar (Depkes RI, 2015).

Penyelenggaraan Kelas Ibu Balita

1) Pertemuan Persiapan

Sebelum Kelas Ibu Balita dilaksanakan para penyelenggara perlu melakukan pertemuan untuk membicarakan berbagai hal yang berkaitan dengan teknis pengelolaan kelas. Misalnya, siapa yang akan bertugas sebagai fasilitator, fasilitator pembantu, perekam proses (pencatat proses pelaksanaan kelas), pengasuh anak sementara ibu-ibu mengikuti kelas, dan sebagainya.

2) Pelaksanaan Kelas Ibu Balita

a) Membuat kesan yang menyenangkan

Fasilitator dituntut untuk mampu membuat suasana kelas menyenangkan bagi seluruh warga belajar. Untuk itu diperlukan sikap ramah, tabah, dan kemampuan membuat permainan-permainan yang memecah kebekuan (ice breaking) dan mengasyikan.

b) Memilih topik berdasarkan kebutuhan

Topik-topik yang dibahas dalam setiap pertemuan disesuaikan dengan kebutuhan warga belajar. Oleh sebab itu fasilitator perlu mengidentifikasi, baik melalui data maupun diskusi dengan warga belajar, materi apa yang dianggap tepat.

c) Menerapkan metode yang sudah ditentukan

Metode yang ditentukan adalah metode belajar orang dewasa (andragogy) yang menekankan pada partisipasi warga belajar dan penggunaan pengalaman sebagai sumber belajar. Ceramah dibolehkan dalam batas waktu tertentu (tidak lebih 25% dari total waktu). Untuk sesi yang memerlukan praktek, fasilitator menyiapkan materi-materi kebutuhan praktek seperti alat-alat praktek memasak makanan, memberikan pertolongan pertama dan sebagainya. Fasilitator harus memahami sebaik mungkin prosedur, metode dan teknik memfasilitasi orang-orang dewasa dalam belajar. Rekam proses atau pencatatan proses pelaksanaan kelas secara rinci sangat penting dilaksanakan. Hasil rekam proses dapat digunakan sebagai alat untuk mengevaluasi serta meningkatkan kualitas kelas pada masa mendatang.

d) Disiplin waktu

Waktu penyelenggaraan Kelas Ibu Balita harus diatur sedemikian rupa dan ditepati. Dari uji coba di lapangan waktu yang ideal untuk setiap sesi adalah antara 45 sampai 60 menit. Ibu-ibu kehilangan konsentrasi apabila satu sesi menghabiskan waktu lebih dari satu jam. Jika sesi memakan waktu panjang fasilitator diharapkan dapat membuat modifikasi sesuai dengan ketersediaan waktu warga belajar.

Monitoring dan Evaluasi

Monitoring adalah kegiatan pemantauan pelaksanaan Kelas Ibu Balita. Pelaksanaan Kelas Ibu Balita diiringi oleh kegiatan monitoring dan evaluasi berkala dan berkesinambungan. Monitoring dilakukan oleh Tim Kecamatan, Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota beserta sektor dan Dinas Kesehatan Provinsi beserta sektor dengan menggunakan instrumen. Data-data hasil monitoring secara bersama-sama dengan data hasil evaluasi digunakan sebagai acuan untuk memperbaiki kualitas pelaksanaan Kelas Ibu Balita pada tahap berikutnya. Kegiatan monitoring dilakukan secara berkala dan berjenjang mulai dari tingkat kecamatan,

kabupaten/ kota dan provinsi. Agar hasil monitoring dapat terdokumentasi dengan baik diperlukan perangkat monitoring. Dokumentasi hasil monitoring yang baik dapat dijadikan bahan evaluasi guna perbaikan materi dan metode kelas ibu pada waktu-waktu mendatang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain Penelitian True Experimental Design dengan model Pre and Post Test with control group Design yaitu rancangan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kelompok kontrol (Sugiyono,2008). Peneliti memberikan perlakuan terhadap kelompok yang menjadi subyek penelitian dimana kelompok eksperimen diberikan penyuluhan dengan metode ceramah disertai demonstrasi cara pijat bayi menggunakan alat peraga boneka, sedang pada kelompok kontrol peneliti memberikan penyuluhan dengan metode ceramah menggunakan leaflet tentang pijat bayi.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah Ibu yang memiliki bayi usia 0-1 tahun yang ikut serta dalam Kelas Ibu Balita di wilayah UPT Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit 1 Cara pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara Non-random Sampling yaitu Teknik pengambilan data yang berdasarkan pemilihan suatu karakteristik atau ciri-ciri untuk mendapatkan sampel relevan untuk mencapai tujuan penelitian. Jenis Teknik yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan penekanan bahwa calon sampel adalah karena adanya pertimbangan karakteristik atau ciri-ciri tertentu (Notoatmodjo, 2010).

Sampel dari penelitian ini adalah seluruh dari populasi ibu bayi yang berumur 0-1 tahun yang ikut pada kelas Ibu Balita pada 2 kelurahan di wilayah UPT Puskesmas Kecamatan Sumbawa Unit 1 yang memenuhi kriteria sesuai yang ditetapkan peneliti dengan jumlah 15 orang untuk masing-masing kelompok kontrol maupun kelompok

perlakuan sehingga menjadi jumlah total 30 responden.

Uji Keabsahan Data

Uji Validitas

Validitas merupakan instrumen penelitian yang digunakan untuk meneliti. Validitas tidak hanya menghasilkan data yang tepat tetapi juga memberikan gambaran yang sesuai dengan alat ukur dan kasusnya. Data valid memiliki tingkat kesalahan lebih kecil (Arikunto, 2012).

Uji Reliabilitas

Untuk menguji kekuatan instrumen, dilakukan uji reliabilitas konsistensi eksternal dengan teknik ulang atau single test double trial yaitu peneliti menggunakan suatu bentuk instrumen yang kemudian diuji coba kepada responden yang sama sebanyak dua kali dalam rentang waktu tertentu kemudian kedua hasil kuisisioner ini dikorelasikan (Arikunto,2012).

Lembar observasi (check list) tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas karena check list berisi tahapan - tahapan pelaksanaan pijat bayi yang diambil dari buku karya Pedoman Pijat Bayi edisi revisi, karya Roesli, tahun (2001) yang dilindungi hak cipta.

Bahan dan Alat Penelitian

Alat penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data (Notoatmodjo, 2012). Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini menggunakan kuisisioner dan lembar observasi yang menggunakan check list. Bagian pertama lembar kuisisioner yaitu berupa identitas yang diisi sendiri oleh responden seperti nama, umur, pendidikan, pekerjaan dan jumlah anak. Bagian kedua lembar penilaian dilakukan dengan observasi berupa check list yang diisi oleh peneliti tentang keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi sebanyak 40 item terbagi 6 kategori

Analisa Data

Uji statistik yang digunakan untuk melihat pengaruh penyuluhan dan demonstrasi pijat bayi terhadap keterampilan ibu dalam melaksanakan praktik pijat bayi secara mandiri

adalah menggunakan uji statistik Wilcoxon. Sedangkan untuk mengetahui beda pengaruh kelas pijat terhadap keterampilan ibu pada dua kelompok menggunakan uji Mann Whitney Test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Sampel

Kelompok umur sampel pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol memiliki proporsi yang sama masing-masing 50% kelompok umur < 20 tahun dan 20-35 tahun dan tidak ditemukan yang berumur < 20 tahun

Tingkat pendidikan ibu pada kelompok perlakuan lebih banyak yang memiliki tingkat pendidikan Perguruan tinggi baik D3 ataupun S1 yaitu 66,7% sedangkan pada kelompok kontrol lebih banyak ditemukan yang berpendidikan SMA yaitu 58,3% walaupun secara statistik tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p=0,607$ atau $p>0,05$).

Status pekerjaan ibu pada kelompok perlakuan lebih banyak ditemukan ibu yang bekerja yaitu 80% sedangkan, sedangkan pada kelompok kontrol lebih banyak ditemukan ibu yang tidak bekerja (56%), walaupun demikian secara statistik tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p=0,333$ atau $p>0,05$).

Jumlah anak (paritas ibu) pada kelompok perlakuan lebih banyak ditemukan yang memiliki jumlah paritas > 2 anak (57,1%) sedangkan pada kelompok kontrol lebih banyak yang memiliki paritas ≤ 2 anak (52,2%)%, walaupun demikian secara statistik tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p=0,666$ atau $p>0,05$).

Pretest Keterampilan ibu

Tabel 1. Data hasil pretest pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

pretest	Kelompok				Jumlah	
	Perlakuan		kontrol			
	n	%	n	%	n	%
Tidak terampil	1	51,7	1	48,3	2	100,0
Cukup terampil	5	7	4	100,0	9	100,0
Terampil	-	0,0	1	0	1	0
	-	0,0	-	-	-	0,0

Total	15	50,0	15	50,0	30	100,0
-------	----	------	----	------	----	-------

Terlihat bahwa pada kelompok perlakuan keseluruhannya sejumlah 15 responden menunjukkan tidak terampil sedangkan pada kelompok kontrol lebih banyak yang cukup terampil 1 responden dan 14 orang tidak terampil.

Post test Keterampilan ibu

Tabel 2. Data hasil post test kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Post test	Kelompok				Jumlah	
	Perlakuan		kontrol			
	n	%	n	%	n	%
Tidak terampil	-	0,0	1	100,0	1	100,0
Cukup terampil	4	80,0	4	0	4	100,0
Terampil	1	10,0	1	20,0	1	0
	1	0,0	-	0,0	1	100,0
Total	15	50,0	15	50,0	30	100,0

Pada tabel diatas terlihat bahwa pada kelompok perlakuan lebih banyak yang terampil 11 responden, sedangkan pada kelompok kontrol lebih banyak yang tidak terampil 14 responden.

Analisis statistik Keterampilan ibu

Bahwa rata-rata keterampilan sebelum diberikan perlakuan memiliki skor 10,27point dan mengalami peningkatan sebesar 24,26point menjadi 34,53 point, sedangkan pada kelompok kontrol pretest menunjukkan 8,53point meningkat 5 point menjadi 13,53 point, secara statistik dengan menggunakan Wilcoxon match pairs test keduanya menunjukkan peningkatan yang signifikan artinya penyuluhan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan ibu-ibu ($p=0,001$ atau $p<0,05$).

Antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol setelah dilakukan uji statistik dengan uji mann whitney independen test menunjukkan perbedaan yang signifikan $p=0,000$ atau $p<0,05$), artinya kedua kelompok memberikan perbedaan hasil yang signifikan

dengan kata lain bila merujuk kepada selisih peningkatan keterampilan menunjukkan kelompok perlakuan memberikan kontribusi peningkatan lebih besar yaitu 44,22%.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi usia 0-1 tahun sebelum dilakukan penyuluhan dan demonstrasi, pada kelompok perlakuan keseluruhannya 15 responden menunjukkan tidak terampil sedangkan pada kelompok kontrol lebih banyak yang cukup terampil 1 responden.
2. Keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi usia 0-1 tahun setelah dilakukan penyuluhan dan demonstrasi, pada kelompok perlakuan lebih banyak yang terampil 11 responden sedangkan pada kelompok kontrol lebih banyak yang tidak terampil 14 responden.
3. Ada pengaruh penyuluhan dengan demonstrasi pijat bayi terhadap peningkatan keterampilan dibuktikan dengan hasil penelitian setelah dilakukan uji hipotesis secara statistik dengan menggunakan Wilcoxon match pairs test keduanya menunjukkan peningkatan yang signifikan artinya penyuluhan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan ibu-ibu ($p=0,001$ atau $p<0,05$). Sedangkan hasil beda juga menunjukkan dimana antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p=0,000$ atau $p<0,05$), artinya kedua kelompok memberikan perbedaan hasil yang signifikan dengan kata lain bila merujuk kepada selisih peningkatan keterampilan menunjukkan kelompok perlakuan memberikan kontribusi peningkatan lebih besar yaitu 44,22%.

Saran

1. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat khususnya ibu-ibu yang mempunyai bayi yang telah mendapatkan pelatihan tentang pijat bayi diharapkan dapat menerapkan

keterampilannya dalam memijat bayi sendiri di rumah sesuai dengan tahapan yang telah didemonstrasikan.

2. Bagi Instansi Kesehatan

Mengingat penyuluhan dengan demonstrasi pijat bayi menunjukkan peningkatan yang signifikan terhadap keterampilan ibu-ibu pada kelas ibu balita sehingga bisa dipertahankan serta di tindaklanjuti untuk dilaksanakan pada kelas ibu yang lain.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Agar memperbanyak referensi atau Pustaka mengenai materi pijat bayi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan untuk penelitian selanjutnya agar melakukan penelitian terhadap lebih banyak sampel agar mendapatkan hasil yang lebih baik dan diharapkan pula pada penelitian selanjutnya dapat memperbaiki dan mengantisipasi segala kelemahan yang ada dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Siska Dewi, 2016. *Pijat dan Asuhan Gizi Tepat*. Pustaka Baru Press, Yogyakarta
- [2] Roesli, Utami. 2013. *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nisan.
- [3] Prasetyono. 2009. *Teknik – teknik Yang Tepat Memijat Bayi Sendiri*. Jogjakarta: Diva Press.
- [4] Notoatmodjo. 2007. *Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: Offset
- [5] Marzuki, 2012. *Strategi dan model Pelatihan*. IKIP Malang
- [6] Notoatmodjo. 2009. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- [7] Tayar Yusuf dkk, 2000, *Metodologi Pengajaran Agama dan Bahasa Arab*, Jakarta: Raja Grafindo.
- [8] Pius. A. Partanto, dkk. 2001. *Kamus Ilmiah Populer*, Surabaya: Arkola.

-
- [9] Daryanto, 2009. *Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Griya media
- [10] Syaiful Bahri Djamarah dkk, 2010. *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta: Rineka Cipta.
- [11] Santi, Enidya. 2012. *Buku Pintar Pijat Bayi untuk Tumbuh Kembang Optimal Sehat dan Cerdas*. Yogyakarta: Pinang Merah Publisher.
- [12] Riksani, Ria. 2012. *Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi*. Jakarta: Dunia Sehat.
- [13] Suririnah. 2009. *Buku Pintar Mengasuh Balita*. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum.
- [14] Roesli, Utami. 2010. *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta: PT Trubus Agriwidya.
- [15] Robbin,2005. *Manajemen*. Jakarta: Kelompok Gramedia
- [16] Depkes RI, 2009. *Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Balita*, Jakarta
- [17] Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: R&D Alfabeta
- [18] Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [19] *Pengajaran Agama dan Bahasa Arab*, Jakarta: Raja Grafindo.
- [20] Widyatun, 2005. *Ilmu Perilaku*. Cetakan Pertama, Jakarta: Rineka Cipta

HALAMAN INI SENGAJ DIKOSONGKAN