



Mewujudkan Generasi Emas dengan Optimalisasi *Bounding Attachment* Melalui Pijat Bayi oleh Ibu & Kader Posyandu di Kelurahan Sepanjang Jaya Kecamatan Rawalumbu, Bekasi

Wiwit Desi Intarti^{1*}, Evi Nur Akhriyanti², Lenny Irmawaty³, Puri Kresna Wati⁴, Farida Simanjatak⁵, Renince Siregar⁶, Hainun Nisa⁷, Tetty Rina Aritonang⁸, Marni Br. Karo⁹, Riyeen Sari Manullang¹⁰, Friska Junita¹¹, Rupdi Lumban Siantar¹², Dewi Rostianingsih¹³, Maslan Pangaribuan¹⁴, Siti Munawaroh¹⁵

¹⁻¹⁵ STIKES Medistra Indonesia, Bekasi, Indonesia

*e-mail: wiwit.desti1982@gmail.com¹

DOI : [10.62354/healthcare.v1i1.2](https://doi.org/10.62354/healthcare.v1i1.2)

Received : 31 August 2023 Accepted : 5 September 2023 Published : 30 September 2023

Abstrak

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hal yang sangat penting dan salah satu aspek yang harus diperhatikan secara serius sejak usia dini. Upaya yang dapat dilakukan dalam mengoptimalkan di samping nutrisi yang diberikan oleh ibu dan salah satu cara lain perlu adanya rangsangan stimulasi pijat bayi. Metode kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan cara melakukan pendidikan kesehatan dan praktik mengajarkan pijat bayi untuk optimalisasi *bounding attachment* ibu dan bayi serta keterampilan seputar pijat bayi dan memberikan edukasi mengenai manfaat pijat bayi. Bertempat di Kelurahan Sepanjang Jaya Kecamatan Rawalumbu dan waktu pelaksanaan bulan Desember 2022. Hasil kegiatan terjadi peningkatan Pengetahuan Ibu sebelum dan sesudah Pendidikan Kesehatan dan Mempraktekkan Pijat Bayi Optimalisasi *Bounding Attachment*. Pengetahuan definisi, tujuan dan manfaat pijat bayi hasil pretest sebanyak 60% peserta menyatakan jawaban benar, hasil posttest sebanyak 100% peserta menyatakan benar. Pengetahuan tentang indikasi dan kontraindikasi pijat hasil pretest sebanyak 36,7% peserta menyatakan jawaban benar, hasil *posttest* sebanyak 96,5% peserta menyatakan benar. Pengetahuan persiapan yang dilakukan pijat bayi hasil pretest sebanyak 53,3% peserta menyatakan jawaban benar, kemudian hasil posttest sebanyak 97% peserta menyatakan benar. Pengetahuan prosedur dan tata cara pijat bayi hasil 33,3% peserta menyatakan jawaban benar, kemudian hasil posttest 100% peserta menyatakan benar. Pijat bayi sebagai aplikasi stimulasi sentuhan, karena dalam pijat bayi terdapat unsur sentuhan berupa kasih sayang, perhatian, suara atau bicara, pandangan mata, gerakan, dan pijat.

Kata Kunci: Asuhan, komplementer, pijat bayi, optimalisasi, *bounding attachment*

Abstract

The growth and development of children is very important and an aspect that must be taken seriously from an early age. Efforts that can be made to optimize the nutrition provided by the mother and one other way include the stimulation of baby massage. The method of community service activities is carried out by conducting health education and practicing teaching baby massage to optimize the bonding attachment of mother and baby as well as skills regarding baby massage and providing education about the benefits of baby massage. Located in the Lulu Jaya Subdistrict, Rawalumbu District and the implementation time is December 2022. The results of the activity are an increase in Mother's Knowledge before and after Health Education and Practicing Baby Massage Optimizing Bounding Attachment. Knowledge of the definition, purpose and benefits of baby massage, 60% of participants stated the correct answer in the pretest, and 100% of participants stated

the correct answer in the posttest. Knowledge about indications and contraindications for massage, 36.7% of participants stated the correct answer in the pretest, and 96.5% of participants stated the correct answer in the posttest. Knowledge of preparations for baby massage, 53.3% of participants stated the correct answer in the pretest, then 97% of participants stated the correct answer in the posttest. Knowledge of procedures and procedures for baby massage resulted in 33.3% of participants stating the correct answer, then posttest results 100% of participants stated correctly. Baby massage is an application of tactile stimulation, because in baby massage there are elements of touch in the form of affection, attention, sound or speech, eye gaze, movement and massage.

Keyword: Complementary care, baby massage, optimization, bonding attachment

1. PENDAHULUAN

Upaya kesehatan anak diatur dalam Permenkes Nomor 25 Tahun 2014 bahwa setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh dan berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi, sehingga perlu dilakukan upaya kesehatan anak secara terpadu, menyeluruh, dan berkesinambungan. Upaya kesehatan anak dimulai sejak bayi dari kesehatan bayi terlihat dari penurunan angka kesakitan dan kematian dari tahun ke tahun. Angka Kematian Bayi (AKB) atau *Infant Mortality Rate (IMR)* merupakan indikator yang sangat sensitif terhadap upaya pelayanan kesehatan terutama yang berhubungan dengan bayi baru lahir perinatal dan neonatal. Dari kematian bayi sebesar 3,26/1.000 kelahiran hidup, 82 % terjadi pada saat neonatal (0-28 hari), 17,39 % post neonatal (29 hari -11 bulan) (Gefrianti, 2019).

Dari hasil penelitian yang ada, angka kematian bayi ini tidak berdiri sendiri, melainkan terkait dengan faktor- faktor lain terutama gizi. Bayi atau anak balita yang kekurangan gizi sangat rentan terhadap penyakit-penyakit infeksi, termasuk diare dan infeksi saluran akut, utamanya pneumonia (Notoatmodjo, 2010) dalam (Khairunnisa, 2021). Berat badan adalah salah satu indikator antropometri untuk menilai tumbuh pada bayi atau anak (Marlina & Lestari, 2019) dalam (Khairunnisa, 2021). *World Health Organization (WHO)* 2017 menyatakan angka kejadian berat badan bayi di dunia masih di bawah standar yaitu lebih dari 5% dengan prevalensi underweight di asia tenggara 26,9%, sedangkan prevalensi underweight di dunia secara global sebesar 14% (Carolin, 2020) dalam (Khairunnisa, 2021).

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hal yang sangat penting dan salah satu aspek yang harus diperhatikan secara serius sejak usia dini. Salah satu penyebab permasalahan berat badan adalah nafsu makan anak yang turun. Upaya yang dapat dilakukan dalam mengoptimalkan berat badan pada bayi di samping nutrisi yang diberikan oleh ibu dan salah satu cara lain perlu adanya rangsangan stimulus atau yang biasa dikenal dengan pijat bayi (Roesli, 2016) dalam (Khairunnisa, 2021).

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan cara melakukan pendidikan kesehatan dan praktik pijat bayi untuk optimalisasi *bounding attachment* ibu dan bayi serta keterampilan seputar pijat bayi dan memberikan edukasi mengenai manfaat pijat bayi, kegiatan dilaksanakan oleh Mahasiswa STIKes Medistra Indonesia dan didampingi oleh dosen pengampu dengan memberikan materi yang mudah dimengerti dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh sasaran. Mengajarkan cara melakukan pijat bayi dengan sentuhan yang memperlambat *bounding attachment* bertempat di Kelurahan Sepanjang Jaya Kecamatan Rawalumbu dan waktu pelaksanaan bulan Desember 2022.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan kesehatan dalam bentuk ceramah dan demonstrasi. Untuk mengukur pengetahuan peserta tentang pijat bayi pemateri juga melakukan pretest dan post test. Hasil rekapitulasi pretest sebelum dilakukan penyampaian materi diinterpretasikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Rekapitulasi Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan dan Mempraktekkan Pijat Bayi Optimalisasi *Bounding Attachment*

Pertanyaan	Prosentase Hasil Jawaban Benar (%)	
	Sebelum	Sesudah
Definisi, tujuan, manfaat	60	100
Indikasi dan kontraindikasi	36,7	96,5
Persiapan yang dilakukan	53,3	97
Prosedur dan tata cara	33,3	100

Sumber: Data Olahan Sendiri (Desember, 2022)

Berdasarkan Tabel 1 menyatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan saat sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan serta demonstrasi pijat bayi, hal ini terlihat dari jawaban benar pada peserta pengabdian masyarakat pada saat menjawab pertanyaan sebelum dan sesudah. Pengetahuan tentang definisi, tujuan dan manfaat pijat bayi hasil pretest sebanyak 60% peserta menyatakan jawaban benar, kemudian hasil posttest sebanyak 100% peserta menyatakan benar. Pengetahuan tentang indikasi dan kontraindikasi pijat hasil pretest sebanyak 36,7% peserta menyatakan jawaban benar, kemudian hasil posttest sebanyak 96,5% peserta menyatakan benar. Pengetahuan tentang persiapan apa saja yang dilakukan pijat bayi hasil pretest sebanyak 53,3% peserta menyatakan jawaban benar, kemudian hasil posttest sebanyak 97% peserta menyatakan benar. Pengetahuan tentang prosedur dan tata cara pijat bayi hasil 33,3% peserta kegiatan pengabdian masyarakat menyatakan jawaban benar, kemudian hasil posttest sebanyak 100% peserta menyatakan benar.

Pijat bayi dapat digolongkan sebagai aplikasi stimulasi sentuhan, karena dalam pijat bayi terdapat unsur sentuhan berupa kasih sayang, perhatian, suara atau bicara, pandangan mata, gerakan, dan pijat. Stimulasi ini akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi sel - sel otak (Soedjatmiko, 2006) dalam (Triana, 2017). Pijat bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar bayi. Jika pijat bayi dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak (Riksani, 2018) dalam (Sinaga & Laowo, 2020).

Masa tumbuh kembang bayi merupakan masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang yaitu pada usia 0-12 bulan, masa ini dibutuhkan *bounding attachment* antara ibu dan bayi sejak dini. Dikatakan masa keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali. Dikatakan masa kritis karena pada masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan membutuhkan asupan gizi serta stimulasi yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Kenaikan berat badan anak pada tahun pertama kehidupan apabila anak mendapat gizi yang baik yaitu dari bayi lahir sampai 6 bulan pertama penambahan berat badan setiap minggu 140-200 gram. Berat badan bayi menjadi 2 kali lipat berat badan lahir pada akhir 6 bulan pertama. Sedangkan pada umur 6-12 bulan penambahan berat badan setiap minggu berkisar antara 85-400 gram. Berat badan akan meningkat sebesar 3 kali berat badan lahir pada akhir tahun pertama (Wong, Hockenberry, Wilson, Perry, & Lowdermilk; Hidayat, 2018) dalam (Irva *et al*, 2014).

Pertumbuhan adalah perubahan fisik dan peningkatan ukuran bagian tubuh dari seorang individu yang masing-masing berbeda, sedangkan perkembangan adalah bertambah sempurnanya kemampuan, keterampilan, dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam motorik kasar, motorik halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian yang dimiliki individu untuk beradaptasi dengan lingkungan. Stimulasi pijat bayi merupakan salah satu cara untuk meningkatkan perkembangan pada bayi, agar bayi dapat berkembang dengan baik (Nugrohowati & Nurhidayati, 2015) dalam (Susanti, 2019).

Hasil peningkatan pengetahuan tentang pijat bayi sejalan dengan teori yang disampaikan oleh Roesli (2016) dalam (Khairunnisa, 2021) yang mengemukakan tentang manfaat dari pemijatan bayi yaitu merangsang nafsu makan bayi. Dengan dilakukan pemijatan bayi merangsang aktivitas nervus vagus, di mana saraf ini (saraf otak ke-10) yang akan menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin, sehingga penyerapan makanan akan lebih baik serta meningkatkan peristaltik usus dan pengosongan lambung meningkat yang dapat merangsang nafsu makan bayi

Salah satu mekanisme dasar pijat bayi adalah aktivitas Nervus Vagus meningkatkan volume ASI yaitu penyerapan makanan menjadi lebih baik karena

peningkatan Aktivitas Nervus Vagus menyebabkan bayi cepat lapar sehingga akan lebih sering menyusu pada ibunya. Seperti diketahui, ASI akan semakin banyak diproduksi jika semakin banyak diminta. selain itu, ibu yang memijat bayinya akan merasa lebih tenang dan hal ini berdampak positif pada peningkatan volume ASI (Julianti, 2017) dalam (Harahap, 2019), Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Yuliana, Suharto, dan Handayani (2013) dalam Triana (2017), kepada bayi usia 3-5 bulan didapatkan peningkatan berat badan bayi yang dipijat selama 4 minggu yang dilakukan secara rutin lebih tinggi dibandingkan berat badan bayi yang tidak dipijat. Hal ini terjadi karena hormon stress pada bayi menurun, maka bayi dapat menghisap ASI lebih banyak, sehingga produksi ASI meningkat dan berat badan akan meningkat.

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa 31-49% pijat bayi pada prematur dapat meningkatkan 31- 49% berat badan yang diikuti juga dengan peningkatan besar lingkaran kepala dan tinggi badan. Hasil penelitian yang dilakukan Astriana & Suryani (2017), pada bayi cukup bulan usia 1-6 bulan dipijat 15 menit, dalam dua kali seminggu, akan mengalami kenaikan berat badan lebih baik dari pada bayi yang tidak dipijat. Namun hasil ini tidak sejalan dengan penelitian Fauziyah & Wijayanti (2018) dalam Khairunnisa (2021), yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh pemberian pijat bayi terhadap perubahan berat badan bayi.

4. SIMPULAN

Pengabdian Masyarakat dengan tema “Mewujudkan Generasi Emas dengan Optimalisasi *Bounding Attachment* melalui Pijat Bayi oleh Ibu dan Kader Posyandu di Wilayah Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi” berhasil meningkatkan pengetahuan Ibu dan Kader tentang Optimalisasi *Bounding Attachment* melalui Pijat Bayi.

Daftar Pustaka

- Fida, M. 2012. *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak*. Jakarta : D Medika Gelenia, 2014. *Home Baby Spa*. Jakarta: Prevarication
- Gefrianti, S. (2019) *Profil Kesehatan Jawa Barat*. Bandung.
- Hanifah, L. dan Febriani, M., 2014. *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Perkembangan Bayi*
- Harahap, N.R. (2019) 'Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan', *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(2), p. 99. Available at: <https://doi.org/10.32807/jkp.v13i2.226>.
- Hutasuhut, A.S. (2018) 'Pengaruh Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan (Berat Badan) Bayi Usia 1-3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pematang Pasir Kota Tanjung Balai Tahun 2018', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699
- Irva, T.S., Hasanah, O. and Worfest, R. (2014) 'Pengaruh Terapi Pijat terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi', *JOM PSIK*, 1(2), pp. 1–9.
- Julianti, 2017. *Rahasia Baby Spa*. Jakarta: Writerpreneur Club Kartini. 2014. *Pijat Bayi*. Diakses pada tanggal 25 Januari 2018
- Kaisa, A. (2020) *Hubungan SPA Bayi dengan Perubahan Berat Badan pada Bayi di Ummi Humairah Makassar*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panakkukang Makassar.
- Kementerian Kesehatan RI. 2009. *Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang anak di tingkat pelayanan kesehatan dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369/MENKES/SK/III/ 2007. *Standar Profesi Bidan*. Jakarta: Kepmenkes RI
- Khairunnisa (2021) *Pengaruh Pemberian Stimulasi Pijat Bayi terhadap Berat Badan pada Bayi*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
- Latif, H.H.A. (2017) 'Hubungan Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Bayi Berat Lahir Rendah (Bblr) Di Rskia Ummi Khasanah Yogyakarta', *Journal of Chemical Information and Modeling*, pp. 26–54.
- Lilis Suryani, I. (2017) 'Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Di Bps Masnoni Teluk Betung Utara Kota Bandar Lampung', *The Journal of Holistic Healthcare*, 11(2), pp. 72–76.
- Marni (2019) 'Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan pada Bayi', *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), pp. 12–18.
- Maryunani, Anik. 2011. *Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Muslihatun, Wafi Nur. 2011. *Asuhan Neonatus Bayi dan Balita*. Yogyakarta: Fitramaya
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Noviyanti, I.S. (2017) *Perbandingan Kualitas Tidur Bayi yang dilakukan Pijat (Baby Massage) dan Bayi yang tidak dilakukan Pijat (Baby Massage) (Studi di*

- Mojo Baby Spa Kota Malang dan di Posyandu Bina Sejahtera 04 Desa Wonorejo Lawang). Universitas Muhammadiyah Malang.
- Prasetyono, D. . (2013). Buku Pintar Pijat Bayi. Buku Biru.
- . 2016. Pengaruh Pijat Bayi Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. *Jurnal Ilmiah Kebidanan* 3(1): 77-83.
<https://jurnal.uns.ac.id/placentum/article/viewFile/22834/16948>.
- Prasetyono, D.S. 2017. Buku Pintar Pijat Bayi. Yogyakarta: Buku Biru
- Profil Kesehatan Sumatera Utara. 2012. Tumbuh Kembang Bayi dan Balita. Medan: Dinas kesehatan Sumatera Utara
- Rabbani, L. (2021) Literature Review: Pengaruh Baby Massage terhadap Hyperbilirubinemia pada Bayi Kuning. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Riksani, Ria. 2012. Cara Mudah Dan Aman Pijat Bayi. Jakarta: Dunia Sehat. Suprihatin, Kusmini, Melyana Nurul Widyawati, and Sutarmi. 2014. Mom Massage, Baby Massage and Spa. Semarang: IHCA.
- Setiadi. 2013. Riset dan Penelitian Keperawatan. Jakarta, fitramaya Soetjiningsih.
2014. Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC Rizema, PutraSitiava. 2012. Asuhan Neonatus Bayi dan Balita Untuk Keperawatan Dan Kebidanan. Jogjakarta: D-Medika
- Roesli, Utami. 2001. Pedoman Pijat Bayi (Edisi Revisi). Jakarta: PT Trubus Agriwidya
- Roesli, 2015. Pedoman Pijat Bayi. Jakarta : Trubus Agri Widya.
- Rosalina, Ina. 2007. Fisiologi Pijat Bayi. Bandung: Penerbit Tri Karsa Mulia Shanty, N.M.N. (2020) Efektivitas Baby Massage terhadap Peningkatan Berat Badan pada Bayi Umur 5-6 Bulan. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.
- Sinaga, A. and Laowo, N. (2020) 'Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Pera Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2019', *Excellent Midwifery Journal*, 3(1), pp. 27-31.
- Susila, Ida. 2017. Pengaruh Teknik Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 0-7 Bulan. 9(2): 14-19.
- Susanti, J. (2019) Efektivitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Motorik pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Klinik Hanna Kasih Medan. Institut Kesehatan Helvetia Medan.
- Susanto, R. (2019) 'Modul Metodologi Penelitian (KIP 311)'. Jakarta: Universitas Esa Unggul, pp. 1-22.
- Triana, M. (2017) Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Bayi Usia 1 - 4 Bulan Di Puskesmas Tamalanrea Makassar. Universitas Hasanuddin