



SOSIALISASI *BABY MASSAGE* DAN SKRINING PERTUMBUHAN BAYI DI POSYANDU MAWAR

Kiki Rezki Faradillah¹, Eko Prabowo², Farahdina Bachtiar³, Agustiyawan Agustiyawan⁴, Heri Wibisono⁵, Rabia Rabia⁶, Hasna Salwa Ramdani⁷, Aqilla Adriani⁸
^{1,2,3,4,5,6,7,8}Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta
E-mail: ¹kikirezki@upnvj.ac.id

Article History:

Received: 10-03-2023

Revised: 15-04-2023

Accepted: 21-04-2023

Keywords:

Baby massage, skrining, pertumbuhan, bayi

Abstract: *Salah satu kesehatan yang penting yaitu kesehatan anak. Di Indonesia, permasalahan kesehatan anak ialah salah satu jadi atensi permasalahan kesehatan karena anak merupakan generasi penerus bangsa indonesia. Sejak dini perlu diberikan stimulasi untuk memicu dan meningkatkan sedini mungkin keterampilan sensorik, emosional serta kognitif anak ialah dengan menerapkan pijat bayi atau baby massage. Baby massage mempunyai manfaat yang besar seperti untuk menambahkan kesehatan bayi, menambahkan kepintaran, memelihara kesehatan, memperlancar sirkulasi darah, menambah mutu tidur, menambah berat badan serta membantu memaksimalkan pertumbuhan bayi. Selain baby massage, salah satu hal yang sungguh penting dilakukan yaitu skrining tumbuh kembang yang bertujuan untuk mengetahui kesehatan anak dan dapat mengetahui adanya ketidaknormalan sebagai petunjuk dini adanya permasalahan kesehatan pada anak. Skrining tumbuh kembang bayi yang telah dilakukan terdiri dari pengukuran pertumbuhan (berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas dan lingkaran kepala) yang dilakukan kepada 12 bayi laki-laki dan 11 bayi perempuan.*

PENDAHULUAN

Kesehatan ialah suatu kondisi sehat seorang baik secara psikologis, fisik, sosial ataupun spiritual yang menyebabkan orang dapat hidup produktif baik secara ekonomis ataupun sosial berdasarkan Undang-Undang No.36 tahun 2009 (“Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan” 2009). Sementara itu menurut WHO, yang dimaksud dengan kesehatan bukan hanya bebas dari penyakit maupun kelemahan namun orang yang mempunyai kondisi raga, psikologis maupun sosial yang sempurna (Dr Otorokpa 2022).

Salah satu kesehatan yang penting yaitu kesehatan anak. Di Indonesia, permasalahan kesehatan anak ialah salah satu jadi atensi permasalahan kesehatan karena anak merupakan generasi penerus bangsa indonesia (Rosidi dan Purnamasari 2021). Kesehatan anak terkait



pertumbuhan dan perkembangan yang sangat menentukan kesehatan anak. Pertumbuhan dan perkembangan dilihat dari masa bayi anak. Masa bayi penting karena ini adalah golden period serta masa kritis pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Dua tahun awal kehidupan dari waktu dalam kandungan sampai bayi berusia 2 tahun ialah periode emas anak yang sungguh berarti berhubungan dengan perkembangan dan pertumbuhan anak (Kementrian Kesehatan RI 2016).

Periode bayi ialah periode keemasan dan periode kritis dalam perkembangan dan pertumbuhan, karena pada periode ini bayi mempunyai perasaan yang sangat peka pada lingkungan sekitar (Rosidi dan Purnamasari 2021). Bila keperluan dasarnya terwujud ialah asah, asih serta asuh maka bayi bisa bertumbuh dan berkembang secara sehat. Kebutuhan asah ialah kebutuhan stimulasi atau perangsangan. Sejak dini perlu diberikan stimulasi untuk memicu dan meningkatkan sedini mungkin keterampilan sensorik, emosional serta kognitif anak ialah dengan menerapkan pijat bayi (Rakhmawati 2007). Perlunya stimulasi yang dilakukan guna memaksimalkan perkembangan serta pertumbuhannya. Contoh salah satu stimulasi ialah dengan menerapkan baby massage atau pijat bayi. Baby massage mempunyai manfaat yang besar seperti untuk menambahkan kesehatan bayi, menambahkan kepintaran, memelihara kesehatan, memperlancar sirkulasi darah, menambah mutu tidur, menambah berat badan serta membantu memaksimalkan pertumbuhan bayi (Hadi, Wahyuni, dan Gailea 2021)

Bayi sehat akan bertumbuh jadi anak yang sehat. Hal ini tergantung dari metode menjaga serta memperhatikan perkembangannya baik perkembangan fisik, emosional dan perkembangan otak yakni dengan metode berhubungan secara langsung seperti pijat, membelai dan mengajak bercanda ke bayi (Subekti dan Rizky 2008).

Selain baby massage, salah satu hal yang sungguh penting dilakukan yaitu skrining tumbuh kembang. Skrining pertumbuhan ialah perihal yang sangat berguna untuk dilakukan agar dapat menunjang dalam mengenali permasalahan ataupun penyimpangan dari segi pertumbuhan anak paling utama pada periode awal kehidupan (Chiu dan DiMarco 2010). Berdasarkan Batasan WHO, skrining merupakan suatu metode yang relative sederhana, cepat serta ekonomis buat populasi yang asimtomatik namun memiliki resiko besar ataupun dicurigai memiliki masalah (Soedjatmiko 2016). Orang tua khususnya seorang ibu memiliki kontribusi yang penting dalam perkembangan dan pertumbuhan bayinya. Namun, di masyarakat perilaku ibu belum melakukan pijat bayi secara mandiri karena ibu masih berpendapat pijat bayi merupakan hal biasa dan berpendapat jika pijat bayi tidak berguna. Selain itu, tidak semua ibu memperhatikan tahapan pertumbuhan bayinya. Seperti halnya di kelurahan Limo, kurangnya sosialisasi pijat bayi serta skrining pertumbuhan bayi menjadi atensi kami. Hal ini diperoleh dari pengamatan yang dilakukan dan data dari warga setempat.

Berlandaskan hal itu sehingga dilaksanakan aktivitas pengabdian kepada masyarakat dalam wujud sosialisasi baby massage dan skrining pertumbuhan bayi guna mendukung tumbuh kembang bayi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan guna memberikan penjelasan serta praktek mengenai baby massage pada masyarakat khususnya ibu yang mempunyai bayi sehingga ibu dapat menerapkan baby massage ke anaknya secara mandiri. Selain itu, skrining pertumbuhan bayi dilaksanakan untuk mengetahui kesehatan anak dan dapat mengetahui adanya ketidaknormalan sebagai petunjuk dini adanya permasalahan kesehatan pada anak.



METODE

Sosialisasi penyuluhan baby massage dan skrining pertumbuhan pada anak dengan menggunakan poster. Kemudian kegiatan demonstrasi *baby massage* yang dilakukan oleh dosen fisioterapi dan dilanjutkan praktik *baby massage* secara serentak oleh *volunteer* di Posyandu Mawar. *Baby massage* dilakukan kepada 12 bayi laki-laki dan 11 bayi perempuan. Tahapan pijat bayi (*baby massage*) yaitu:

1. Pijat bayi bagian bawah. Pastikan ruangan bayi hangat dan tenang. Mulailah memijat sesudah tidur siang, setelah mandi lakukanlah pijatan bayi selama 10-30 menit. Kemudian oleskan beberapa tetes *baby oil* atau lotion bayi yang hangat lalu pijat telapak kaki secara lembut dan lambat dari tumit hingga ujung kaki (jaga tangan bayi). Apabila ada tanda alergi karena minyak, bersihkan dan temui dokter. Selanjutnya lakukan sapuan halus panjang pada kaki bayi dengan cara pijat pergelangan kaki hingga paha dan diatas pinggul. Pijat kaki sekaligus atau satu per satu. Hindari area genital. Pegang kaki bayi di bawah lutut dan tekan perlahan ke arah perut untuk membantu melepaskan angin.
2. Pijat bagian atas untuk bayi. Pijat bagian bahu bayi dengan tangan secara lembut. Mulai pijat tubuh bagian atas dengan tangan di bahu bayi, lakukanlah sapuan lembut ke arah dada. Kemudian pijat lengan bayi dari bahu ke pergelangan tangan. Pijat dengan membelai dari bahu hingga ke arah pergelangan tangan. Usahakan agar minyak tidak mengenai tangan bayi. Jika ya, bersihkan jari-jari bayi sebelum bayi mengisapnya. Selanjutnya pijat perut bayi dengan gerakan melingkar arah jarum jam. Pijat perut bayi hingga terasa lembut. Jika bayi gelisah, lanjutkan ke Langkah berikutnya. Hindari area pusar jika tali pusat bayi belum sembuh dan jangan menekan area antara puting dan perut bayi.
3. Pijat wajah dan punggung bayi. Gunakan bantalan jari untuk memijat wajah bayi dengan cara usap dari tengah dahi bayi, turun ke bagian luar wajah mereka dan ke arah pipi mereka. Pijat kulit kepala dalam lingkaran kecil. Jika bayi rileks maka tengkurapkan untuk memijatnya. Tengkurapkan bayi secara perlahan lalu berikan sapuan panjang dan halus dari ujung kepala hingga ujung kaki. Pastikan bayi merasa nyaman. Gunakan sentuhan yang menenangkan. Hentikan pijatan jika bayi merasa tidak nyaman. Hindari pijatan jika kita tegang atau jika bayi kesal atau memberontak, dan pastikan kuku Anda pendek.

Kemudian setelah dilakukan demonstrasi dan praktek serentak pijat bayi dilanjutkan skrining pertumbuhan seperti berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas dan lingkaran kepala. Skrining pertumbuhan ini bertujuan untuk mengetahui kesehatan anak dengan mengetahui adanya ketidaknormalan sebagai petunjuk dini adanya permasalahan kesehatan pada anak.

HASIL

Telah dilakukannya *baby massage* kepada 12 bayi laki-laki dan 11 bayi perempuan yang dilakukan oleh dosen fisioterapi dan volunteer di puskesmas Mawar, kelurahan Limo. Kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya yaitu melakukan skrining pertumbuhan yang terdiri dari pengukuran berat badan (kg), tinggi badan (cm), lingkaran lengan atas (LILA) (cm) dan lingkaran kepala (cm). Hasil skrining pertumbuhan bayi sebagai berikut:



Tabel 1. Hasil skrining pertumbuhan bayi

No.	Inisial bayi	Jenis kelamin	Umur	Berat badan (Kg)	Tinggi badan (cm)	LILA (cm)	Lingkar kepala (cm)
1	M R	Laki - Laki	2 Bulan	6,3	60	15,5	38
2	U A	Laki - Laki	3 Bulan	6,1	60,2	15,5	37
3	M	Perempuan	6 Bulan	7,6	66	13,5	40
4	Z	Perempuan	4 Bulan	5,9	59,5	14,5	38
5	S	Laki - Laki	6 Bulan	7,8	65	15	44
6	M N	Laki - Laki	5 Bulan	7,9	65	15	41
7	S	Perempuan	2 Bulan	4	55	13	35
8	F	Perempuan	5 Bulan	7,2	64	16	43
9	L	Perempuan	1 Tahun 2 Bulan	8,7	73	15	45
10	A	Perempuan	9 Bulan	8,7	69	16	41
11	M	Laki - Laki	1 Tahun 2 Bulan	8,7	69	16	43
12	A	Perempuan	1 Tahun 1 Bulan	9,5	75	15	41
13	R	Laki - Laki	1 Tahun 1 Bulan	9,5	79	15	43
14	M	Perempuan	1 Tahun 1 Bulan	10,9	73	17	45
15	R	Perempuan	7 Bulan	15,8	80	16	43
16	D S	Perempuan	8 Bulan	16	90	16	42
17	H	Laki - Laki	9 Bulan	12	79	15	43
18	H	Laki - Laki	9 Bulan	13	79	16,6	46
19	M R	Laki - Laki	9 Bulan	11,3	80	16	45
20	D	Perempuan	1 Tahun 11 Bulan	10	81	14	45
21	M Z	Laki - Laki	1 Tahun 7 Bulan	9,7	80	14	43
22	M R	Laki - Laki	1 Tahun 5 Bulan	10,6	87,8	15,4	45
23	M M	Laki - Laki	1 Tahun 8 Bulan	16,5	88,5	15	48
24	L	Perempuan	1 Tahun 6 Bulan	10,9	84,3	15	47



Gambar 1. Sosialisasi skrining pertumbuhan bayi



Gambar 2. Demonstrasi baby massage





DISKUSI

Baby massage atau pijat bayi adalah suatu pemijatan yang dilakukan dengan tangan seseorang dengan cara memberikan belaian lembut pada permukaan kulit bayi, guna menciptakan efek terhadap otot, saraf, sistem pernafasan serta peredaran darah (Subekti dan Rizky 2008).

Tujuan *baby massage* yaitu untuk mengurangi rasa sakit, ketakutan dan kecemasan pada anak-anak yang membuat anak rewel dan tidak nyaman. Selain itu *baby massage* mempunyai peranan penting dalam perkembangan fisik, perkembangan kognitif serta salah satu upaya dalam pencegahan penyakit atau keterlambatan tumbuh kembang pada bayi (Murtiningsih, Wijaya, dan Permadi 2019). *Baby massage* yang diberikan kepada bayi akan memperoleh stimulasi terarah serta teratur sehingga bayi bakal lebih cepat berkembang dibanding bayi yang tidak mendapatkan atau kurang mendapatkan stimulasi (Murtiningsih, Wijaya, dan Permadi 2019).

Manfaat baby massage

Menurut (Alan Heath dan Nicki Bainbrige 2006), pijat bayi memiliki banyak manfaat bagi bayi, yakni :

1. Menambah imun tubuh. Hal ini dikarenakan bertambahnya kegiatan neuro transmitter serotonin yang akan menambahkan kapasitas sel reseptor yang mengikat glucocorticoid (adrenalin). Sehingga mengakibatkan pengurangan kadar hormon adrenalin (hormon stress), serta berikutnya akan menambahkan imun tubuh paling utama IgM serta IgG.
2. Menambah fokus bayi serta bayi tidur lebih nyenyak. Pijatan menyebabkan gelombang alpha menurun dan menambah gelombang betha dan tetha.
3. Mempengaruhi mekanisme absorpsi makanan. Pijatan pada bayi dapat menyebabkan kenaikan tonus saraf vagus sehingga terjadinya kenaikan kadar enzim absorpsi gastrin dan insulin. Dengan begitu, ekstrak makanan yang diserap tubuh jadi lebih baik dan bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan berat badan dibandingkan bayi yang tidak dipijat.
4. Terjalannya kasih sayang orang tua dengan anak. Adanya sentuhan dan tatapan cinta orang tua pada bayinya dapat mengalirkan kekuatan jalinan kasih diantara orang tua dan anak.
5. Menambah produksi ASI

Adanya aktivitas saraf vagus bisa menambah volume ASI sebab terdapatnya absorpsi makanan yang lebih bagus mengakibatkan bayi menjadi lebih cepat lapar serta akan selalu menyusui sehingga produksi ASI bakal bertambah.

Perencanaan *baby massage* menurut (Gatot 2010), sebelum melakukan pijat bayi maka harus memperhatikan hal-hal berikut ini yakni tangan bersih, memotong kuku yang panjang, melepaskan perhiasan yang terdapat di tangan, bayi sedang tidak lapar dan telah selesai makan, ruangan untuk pijat bayi diusahakan tidak pengap dan hangat. Selain itu, sediakan handuk, pakaian ganti serta minyak bayi. Pengaplikasian *baby massage* sangat efisien apabila dilakukan saat anak dalam kondisi rileks serta tenang.

Perkembangan serta pertumbuhan saling berkaitan pada masa bayi, apabila terjadi gangguan maka dapat menimbulkan bermacam kendala pada tahap kehidupan berikutnya. Salah satu gangguan pertumbuhan pada masa bayi yaitu *stunting* dimana *stunting* menjadi masalah nasional di Indonesia (Kemenkes RI 2016). Maka dari itu pentingnya melakukan



skrining pertumbuhan. Skrining pertumbuhan ialah perihal yang sangat berguna untuk dilakukan agar dapat menunjang dalam mengenali permasalahan ataupun penyimpangan dari segi pertumbuhan anak paling utama pada periode awal kehidupan (Chiu dan DiMarco 2010).

Skrining tumbuh kembang bayi terdiri dari pengukuran pertumbuhan (berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas dan lingkaran kepala). Pengukuran pertumbuhan merupakan salah satu indikator paling penting yang menunjukkan kesehatan anak dan dapat mengetahui adanya ketidaknormalan sebagai petunjuk dini adanya permasalahan kesehatan pada anak. Untuk menilai pertumbuhan maka harus mengetahui parameter pertumbuhan anak seperti nilai-nilai normal berdasarkan usia dan jenis kelamin serta hasil-hasil pengukuran pertumbuhan sebelumnya pada anak yang sama. Skrining dilakukan pada usia tertentu (Lynn S. Bickley 2012).

Tindakan skrining pada anak salah satunya meliputi pemeriksaan parameter pertumbuhan. Komponen yang penting dalam pemeriksaan fisik pada anak meliputi pengukuran besar tubuh (tinggi badan, berat badan dan lingkaran kepala). Skrining ini untuk melihat ada tidaknya penyimpangan dari nilai-nilai normal yang mungkin merupakan indikator pertama dan satu-satunya menunjukkan penyakit (Lynn S. Bickley 2012).

KESIMPULAN

Telah dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk sosialisasi *baby massage* dan skrining pertumbuhan bayi guna mendukung tumbuh kembang bayi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan guna memberikan penjelasan serta praktek mengenai *baby massage* pada masyarakat khususnya ibu yang mempunyai bayi sehingga ibu dapat menerapkan *baby massage* ke anaknya secara mandiri. Selain itu, skrining pertumbuhan bayi telah dilaksanakan untuk mengetahui kesehatan anak dan dapat mengetahui adanya ketidaknormalan sebagai petunjuk dini adanya permasalahan kesehatan pada anak.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Alan Heath dan Nicki Bainbrige. 2006. *Baby Massage*. Jakarta: Dian Rakyat.
- [2] Chiu, Sheau-Huey, dan Marguerite A. DiMarco. 2010. "A Pilot Study Comparing Two Developmental Screening Tools for Use With Homeless Children." *Journal of Pediatric Health Care* 24, no. 2 (Maret): 73–80. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2009.01.003>.
- [3] Dr Otorkpa. 2022. "World Health Organization (WHO) Definition Of Health." 2022. <https://www.publichealth.com.ng/world-health-organizationwho-definition-of-health/>.
- [4] Gatot. 2010. *Penyembuhan Alternatif Pijat Bayi Dan Anak*. Jombang: Lintas Media.
- [5] Hadi, Selasih Putri Isnawati, Sri Wahyuni, dan Anggrain S Gailea. 2021. "Edukasi Online 'Baby Massase' Untuk Meningkatkan Kesehatan Bayi dan Anak."
- [6] Kemenkes RI. 2016. "Situasi Balita Pendek 2016."
- [7] Kementerian Kesehatan RI. 2016. "Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi, dan intervensi tumbuh kembang anak."
- [8] Lynn S. Bickley. 2012. *Buku Ajar Pemeriksaan Fisik & Riwayat Kesehatan*. 8 ed. EGC.
- [9] Murtiningsih, Muji, I Putu Darma Wijaya, dan Agung Wahyu Permadi. 2019. "PIJAT BAYI UNTUK MENINGKATKAN MOTORIK KASAR DUDUK DAN MERANGKAK



- MANDIRI PADA BAYI USIA 9 BULAN DI UPT KESMAS SUKAWATI I.” *Jurnal Kesehatan Terpadu* 3, no. 1 (Juni). <https://doi.org/10.36002/jkt.v3i1.710>.
- [10] Rakhmawati. 2007. *Pijat Bayi*. Bandung: Universitas Padjadjaran.
- [11] Rosidi, Indah Yun Diniaty, dan Lili Purnamasari. 2021. “Sosialisasi dan Simulasi Tentang Pemijatan Bayi Untuk Mendukung Tumbuh Kembang Bayi.” *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4, no. 1 (Februari): 63. <https://doi.org/10.35914/tomaega.v4i1.492>.
- [12] Soedjatmiko, Soedjatmiko. 2016. “Deteksi Dini Gangguan Tumbuh Kembang Balita.” *Sari Pediatri* 3, no. 3 (Desember): 175. <https://doi.org/10.14238/sp3.3.2001.175-88>.
- [13] Subekti dan Rizky. 2008. *Panduan Praktis Memijat Buah Hati Anda*. Yogyakarta: Nusa Pressindo.
- [14] “Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan.” 2009.