

PELATIHAN KADER KESEHATAN TENTANG PIJAT BAYI DENGAN TEKNIK TIBBUN NABAWI DI WILAYAH PUSKESMAS SIDOHARJO

Rita Riyanti Kusumadewi¹⁾, Luluk Fajria Maulida²⁾

¹ Kebidanan, Universitas Aisyiyah Surakarta

² Kebidanan, Universitas Sebelas Maret

E-mail : rita.riyanti88@gmail.com

Doi: <https://doi.org/10.30787/gemassika.v5i2.709>

Received: Juni 2021 | Revised: Nopember 2021 | Accepted: Nopember 2021

ABSTRACT

Stimulation that can be given to babies is baby massage. Baby massage as a form of touch language has a positive effect on the growth and development of babies. If this touch stimulation is done regularly it can improve blood circulation and increase the catecholamine hormones (epinephrine and norepinephrine) which will trigger growth and growth stimulation which has benefits for increasing appetite, increasing body weight and stimulating the development of brain structure and function. Health cadres are people who are able to be appointed as movers for the community in the field of health, besides that cadres also become a long arm for health workers in embracing the community to achieve better health status. The outputs produced through this program are: articles on infant massage to health cadres. Implementation methods Improve cadre skills on infant massage procedures that can improve baby's health by providing counseling on baby massage, followed by demonstrations and assistance to cadres how to do baby massage with tibbun nabawi techniques. Results in this activity are the majority of health cadres who follow increased skills. Conclusion there has been an increase in the skills of health cadres mothers on how to massage infants with tibbun nabawi techniques.

Keywords: Health Care; Baby Massage; Tibbun Nabawi.

PENDAHULUAN

Bayi adalah bayi yang dilahirkan dengan masa gestasi lebih dari 37 minggu dengan berat badan rendah lebih dari 2500 gram. Bayi yang lahir dengan berat badan rendah merupakan salah satu faktor resiko yang

mempunyai kontribusi terhadap kematian bayi (Wibowo, 2017). Salah satu dampak dari bayi lahir dengan berat lahir rendah terhadap tumbuh kembang dimana terdapat perlambatan pertumbuhan pada bayi pada saat pengukuran, dengan demikian ukuran

bayi akan lebih kecil dibandingkan dengan bayi yang lahir dengan berat badan normal (Djaali & Eryando, 2010). Upaya yang dilakukan untuk mengurangi angka kematian bayi yang disebabkan karena berat lahir rendah untuk mengoptimalkan pertumbuhan bayi diantaranya seperti metode kangguru, pemberian ASI eksklusif serta memberikan stimulasi pada bayi prematur (Wibowo, 2017).

Stimulasi yang dapat diberikan kepada bayi yaitu pijat bayi. Pijat bayi sebagai salah satu bentuk bahasa sentuhan yang memiliki efek positif untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Jika stimulasi sentuhan ini dilakukan secara teratur dapat melancarkan peredaran darah serta meningkatkan hormon *katekolamin (epinefrin dan neropinefrin)* yang akan memicu stimulasi tumbuh kembang yang mana memiliki manfaat untuk meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak (Riksani, 2012)

Terapi sentuh atau pijat bayi dan anak-anak ini banyak sekali manfaatnya. Terapi sentuh terutama pijat, menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan dan dapat diukur secara ilmiah, antara lain melalui pengukuran kadar kortisol ludah, *kortisol plasma secara Radioimmunoassay*, kadar *hormone stress (Chatecholamine)* air seni dan pemeriksaan *EEG (Electro*

Encephalogram), gambaran gelombang otak (Rismundari & Sumaryani, 2012). Untuk mendapatkan manfaat yang optimal, pemijatan bayi tidak bisa dilakukan sembarangan, ada cara yang harus diperhatikan, pada bayi usia 0 – 3 tahun, gerakan yang dilakukan lebih mendekati usapan-usapan halus, tekanan ringan, dan dengan tekanan, disarankan pemijatan dilakukan sekitar 15 menit, sesuai usia bayi dan waktu yang semakin meningkat (Roesli & Yohmi, 2009).

Kader kesehatan adalah orang yang mampu untuk ditunjuk menjadi penggerak bagi masyarakat di bidang kesehatan, selain itu kader juga menjadi tangan panjang bagi tenaga kesehatan dalam merangkul masyarakat untuk meraih derajat kesehatan yang lebih baik.

Upaya penyuluhan adalah semua usaha secara sadar dan berencana yang dilakukan untuk memperbaiki perilaku manusia sesuai prinsip-prinsip pendidikan dalam bidang kesehatan. Penyuluhan kelompok adalah penyuluhan yang dilakukan pada kelompok sasaran tertentu, misalnya kelompok siswa sekolah, kelompok ibu-ibu pembinaan kesejahteraan keluarga dan lain sebagainya. Penyuluhan massa adalah penyuluhan yang dilakukan dengan sasaran massa seperti pameran, pemutaran film, melalui media massa, cetak dan elektronik.

Pada permasalahan kelompok ini adalah belum mengetahui cara pengaplikasian cara pijat bayi menggunakan tehnik tibbun nabawi dan akan upaya yang dilakukan untuk masalah tersebut dengan memberikan penyuluhan tentang pijat bayi dengan tehnik tibbun nabawi diiringi dengan demonstrasi kepada ibu ibu kader kesehatan.

MASALAH, TARGET DAN LUARAN

Permasalahan tentang pijat bayi yang dilakukan oleh orang tua bayi itu sendiri masih sangat jarang terjadi, dan ditemukan mayoritas masyarakat melakukan pijat bayinya kepada dukun bayi yang ada di daerah setempat. Berdasarkan hasil wawancara kepada 10 kader kesehatan tentang pijat bayi, 7 dari 10 kader tersebut telah mengerti mengenai pijat bayi, namun belum dapat melakukannya sendiri kepada bayi, terutama dengan tehnik tibbun nabawi. Target pada kegiatan ini adalah terselenggaranya kegiatan pelatihan pijat bayi dengan tehnik tibbun nabawi kepada kader kesehatan didaerah mitra. Sedangkan luaran yang dihasilkan pada kegiatan ini adalah peningkatan ketrampilan tentang cara pijat bayi dengan tehnik tibbun nabawi.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui penyuluhan pijat bayi

dilanjutkan dengan demonstrasi tata cara pijat bayi dengan tehnik tibbun nabawi yang dilakukan. Tehnik pengumpulan data yang dilakukan adalah dengan cara mengumpulkan kader kesehatan dalam waktu yang bersamaan. Sebelum pelatihan dimulai dilakukan pretest terlebih dahulu menggunakan media penilaian checklist sebagai dasar penilaian, untuk mengetahui sejauh mana ketrampilan kader kesehatan tentang cara pijat bayi yang benar. Baru setelah pretest dilakukan diberikan pelatihan secara teori maupun demonstrasi dan pendampingan. Dengan bertahap dilanjutkan dengan post test kepada masing masing peserta atau kader kesehatan. Lokasi yang digunakan adalah di wilayah Puskesmas Sidoharjo, Sragen, Jawa Tengah yang dilaksanakan dalam kurun waktu kurang lebih 3 bulan, yaitu bulan

HASIL PEMBAHASAN



Gambar 3.1 penyuluhan pijat bayi



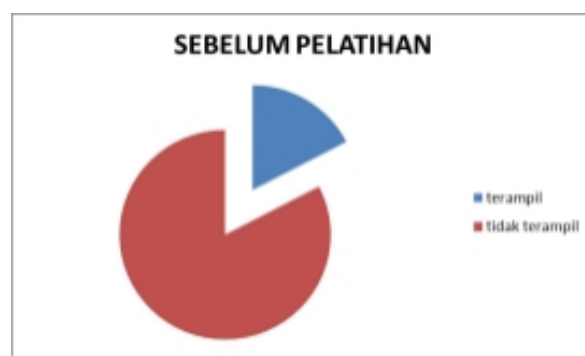
Gambar 3.2 Demonstrasi pijat bayi



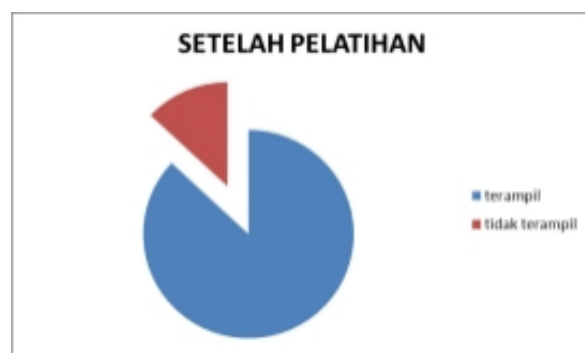
Gambar 3.3 pendampingan pijat bayi

Puskesmas Sidoharjo adalah salah satu Fasilitas Kesehatan tingkat dasar di wilayah Sidoharjo Kabupaten Sragen. Hasil dalam kegiatan ini yaitu 100% ibu kader yang diundang hanya 88% yang datang, sisanya 12% tidak dikarenakan masuk kerja. Jumlah ibu kader kesehatan yang hadir sekitar 23 orang. Sedangkan dari jumlah ibu kader yang hadir yang dapat konsentrasi saat pelatihan hanya 80%, 20% lainnya terganggu karena anaknya rewel saat poses pelatihan berlangsung. Media yang digunakan saat kegiatan pelatihan pijat bayi yaitu LCD, Video

pijat bayi, minyak zaitun, tissue basah, tissue kering, matras, waslap, dan speaker aktif. Tingkat ketrampilan ibu-ibu kader kesehatan tentang cara melakukan pijat bayi dengan menggunakan ceklist penilaian yang dinilai sebelum dilakukan pelatihan kepada kader kesehatan Adapun hasil yang didapatkan pretest dapat dilihat dalam gambar dibawah ini :



Gambar 4.1 ketrampilan kader kesehatan sebelum pelatihan pijat bayi (*pretest*)



Gambar 4.2 Ketrampilan kader kesehatan setelah pelatihan pijat bayi (*posttest*)

Ketrampilan ibu-ibu kader kesehatan setelah diberikan pelatihan tentang cara pijat bayi mengalami peningkatan yaitu yang

terampil 87% dan masih ada ibu-ibu yang belum terampil sekitar 13%.

Dari 23 kader kesehatan setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan serta pendampingan, didapatkan hasil dari penilaian checklist sebagai penilai ketrampilan kader kesehatan bahwa kader kesehatan yang berhasil terampil setelah mengikuti pelatihan pijat bayi adalah 87% dari keseluruhan. Hampir keseluruhan menunjukkan bahwa terampil dalam melakukan pijat bayi dengan teknik tibbun nabawi. Sehingga terjadi peningkatan ketrampilan setelah dilakukan pelatihan cara pijat bayi dengan teknik tibbun nabawi. Hal ini sesuai dengan Machfoedz (2008) bahwa Penyuluhan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Azwar, 1983, dikutip Machfoedz, 2008). Pendidikan kesehatan ataupun pelatihan kesehatan merupakan suatu proses seseorang, keluarga, masyarakat yang mempunyai tujuan akhir perubahan perilaku (Santika, 2014).

Pelatihan yang salah satunya merupakan kegiatan pendidikan kesehatan yang memberikan informasi tentang kesehatan diberikan sebagai upaya memberikan penjelasan kepada

perorangan, kelompok, maupun kalayak ramai, untuk menumbuhkan pengertian, serta kesadaran mengenai cara pijat bayi.

Tujuan pelatihan dengan metode penyuluhan dan demonstrasi serta pendampingan adalah agar orang mampu menerapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri, mampu memahami apa yang dapat mereka lakukan terhadap masalahnya, dengan sumber daya yang ada pada mereka ditambah dengan dukungan dari luar, dan mampu memutuskan tindakan yang tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat.

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini menggunakan metode demonstrasi yang menyajikan suatu prosedur, cara menggunakan alat, dan cara berinteraksi dengan klien. Demonstrasi yang dilakukan adalah dengan memberikan media melalui video dan secara langsung, sehingga audiens atau eserta dapat mendengarkan dan melihat prosedur serta penjelasan mendasar yang lebih ditekankan pada tujuan dan pokok pokok penting yang menjadi fokus perhatian (Santika, 2014). Beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam memberikan penyuluhan, diantaranya adalah: tingkat pendidikan, sosial ekonomi, adat istiadat, kepercayaan masyarakat, ketersediaan waktu (Santika, 2014).

Salah satu bentuk stimulasi pertumbuhan dan perkembangan untuk bayi dan balita adalah dengan pijat bayi (Wibowo, 2017). Pelatihan ini bertujuan meningkatkan ketrampilan kader kesehatan tentang cara pijat bayi dengan teknik tibbun nabawi yang mengedepankan pembacaan ayat suci saat dilakukan pijat bayi, tanpa mengesampingkan komunikasi dua arah antara pemijat dengan bayi. Pelatihan yang dilakukan meliputi pemberian materi tentang pijat bayi. Pemaparan tentang Pijat bayi diberikan penjelasan tentang manfaat pijat bayi yang dapat membuat bayi lebih sehat, mengembangkan komunikasi, mengurangi stress dan tekanan, mengurangi gangguan sakit, mengurangi nyeri, meningkatkan produksi ASI, memahami isyarat bayi, meningkatkan rasa percaya diri (Prasetyo, 2009).

Sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Devi Rismundari di Yogyakarta tahun 2012 yang mendapatkan hasil bahwa pendidikan kesehatan tentang pijat bayi berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri. Dan juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa Keterampilan ibu melakukan pijat bayi sebelum dilakukan pelatihan adalah kurang terampil yaitu (100%). Keterampilan responden setelah dilakukan pelatihan adalah terampil yaitu sebesar (85%). Ada pengaruh

pelatihan pijat bayi terhadap keterampilan ibu dengan hasil uji hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima nilai signifikansi $0,000 < 0,05$.

Penelitian oleh Evasari (2020) menyatakan bahwa bayi diberikan pijat bayi beserta dengan terapi murrotal terlihat adanya kenaikan berat badan yang jauh lebih besar dibandingkan dengan kenaikan berat badan bayi yang tidak dilakukan pijat bayi beserta dengan terapi murrotalnya. Peningkatan berat badan bayi setelah diberikan terapi murrotal atau alunan murrotal mampu merangsang sistem limbik (hipotalamus), kemudian menghasilkan hormon endorpin gelombang otak alfa yang menjadi pusat rileks, sehingga dapat meningkatkan kualitas tidur bayi. Seiring dengan meningkatnya kualitas tidur bayi, maka energi yang dikeluarkan bayi juga minimal, sehingga proses peningkatan berat badan bayi akan lebih maksimal (Evasari & Sari, 2020). Hal ini juga selaras dengan penelitian yang menyampaikan bahwa dengan adanya pijat bayi yang diiringi dengan lantunan murrotal akan membuat bayi lebih tenang dan tidur nyaman sehingga memperpanjang durasi tidur dari bayi yang telah dilakukan pijat dengan lantunan murrotal (Wahyuningtyas, 2021).

Pelaksanaan kegiatan ini mendapatkan dukungan maksimal baik dari Kepala Puskesmas, Kepala Desa, Perangkat Desa,

Bidan Desa, Kader Kesehatan, maupun sasaran. Dukungan dapat dilihat dari antusiasme pihak desa dalam memberikan fasilitas pelaksanaan pengabdian masyarakat, serta respon yang baik dari kader kesehatan yang ada di wilayah Puskesmas Sidoharjo Sragen. Komunikasi dapat terjadi 2 arah yang terjalin dengan baik, beberapa kader bertanya tentang waktu yang tepat untuk melakukan pijat bayi. Kondisi ibu kader yang mengikuti pelatihan pada saat pelaksanaan terbuka, sangat antusias dan partisipasi bagus. Hal ini terlihat dari kedatangan ibu yang datang tepat waktu dan mengikuti kegiatan sampai selesai walaupun ada beberapa anak yang menangis. Dari 23 kader kesehatan yang datang ada yang mengutarakan bahwa selama ini jika ada bayi yang sakit atau kurang sehat hanya dipijat oleh dukun bayi yang masih mengandalkan ilmu lama, bukan dari ilmu tenaga kesehatan bahkan juga tanpa diberikan iringan murrotal. Hasil dari kegiatan ini meningkatnya keterampilan ibu kader tentang pijat bayi. Peningkatan pemahaman dan keterampilan ini secara psikologis membuat ibu lebih siap dan berani melakukan pijat bayi sendiri, memberikan edukasi kepada ibu-ibu yang mempunyai bayi dan tidak menggunakan jasa dukun bayi lagi sehingga dapat meningkatkan

kedekatan dan kasih sayang antara ibu dan bayinya. Kendala dalam kegiatan ini adalah ada beberapa anak yang menangis saat kegiatan sehingga membuat ibu tidak fokus dan konsentrasi dalam mengikuti kegiatan ini, gerakan pijat bayi tidak dapat dipraktikkan sampai selesai dan tidak runtut melakukan gerakannya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pelatihan ini mendapatkan respon positif dan baik dari kader-kader kesehatan yang banyak bertemu dengan bayi dan balita. Telah terjadi peningkatan ketrampilan pada ibu kader kesehatan tentang cara pijat pada bayi dengan teknik tibbun nabawi.

Perlu dilakukan sosialisasi tentang cara pijat bayi dengan teknik tibbun nabawi kepada ibu yang memiliki bayi atau kader kesehatan ditempat lain, sehingga banyak masyarakat yang mengetahui cara pijat bayi sehingga meningkatkan kesehatan bayi.

Perlu adanya pendampingan yang berkesinambungan pada ibu-ibu kader kesehatan sehingga seluruh kader kesehatan dan ibu yang memiliki bayi dapat melakukan pijat bayi secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Djaali, N. A., & Eryando, T. (2010). Bayi Berat Lahir Rendah di Rumah Sakit Umum Daerah Pasar Rebo dan Faktor-Faktor yang Berhubungan. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 5(2), 71–75. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21109/kesmas.v5i2.151>
- Evasari, D., & Sari, P. yanti. (2020). Peningkatan BB bayi pada BBLR melalui Pijat Bayi dan Terapi Murotal. *Jurnal Keperawatan Universitas Andalas Padang*, 12(1), 135–140. <https://doi.org/https://doi.org/10.32583/keperawatan.v12i1.711>
- Prasetyo. (2009). *Tekhnik Teknik Tepat Memijat Bayi Sendiri Panduan Lengkap Dan Uraian Kemanfaatannya*. Diva Press.
- Riksani, R. (2012). Cara mudah dan aman pijat bayi. *Jakarta: Dunia Sehat*.
- Rismundari, D., & Sumaryani, S. (2012). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi terhadap Perilaku Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi secara Mandiri di Posyandu Krikilan Ngaglik Sleman Yogyakarta*. STIKES' Aisyiyah Yogyakarta.
- Roesli, U., & Yohmi, E. (2009). Manajemen laktasi. *Jakarta: IDAI*.
- Santika, D. N. (2014). *Efektifitas Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi dengan Metode Demonstrasi terhadap Tingkat Pegetahuan dan Sikap Ibu di Kelurahan Panggung Kota Tegal*. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO.
- Wahyuningtyas, D. (2021). Review Literature: Mengkaji Pemberian Pijat Bayi Dengan Murottal Al-Qur'an Untuk Meningkatkan Durasi Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist)*, 16(1), 101–105. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v16i1.1023>
- Wibowo, D. A. (2017). Pengaruh Terapi Massage Terhadap Peningkatanberat Badan Bayi Prematur Di Ruang Perinatologi Rumah Sakit Umum Daerah Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi*, 17(1), 41. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v17i1.189>