

IBM PIJAT BAYI DALAM UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN BAYI DI NASIYATUL AISYIYAH TALAGENING PURBALINGGA

IBM BABY MASSAGE IN EFFORTS TO IMPROVE BABY HEALTH IN NASIYATUL AISYIYAH TALAGENING PURBALINGGA

¹⁾**Diah Atmarina Yuliani**

Kebidanan D III Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Purwokerto

*Email: yuliani_da@yahoo.com

ABSTRAK

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. Tujuan kegiatan adalah Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu tentang pijat bayi. Tahap-tahap kegiatan diawali survey ke kelompok sasaran, koordinasi dan pengurusan ijin dengan instansi terkait, serta persiapan bahan dan peralatan. Kegiatan pengabdian meliputi pemberian pendidikan kesehatan tentang pentingnya pijat bayi untuk meningkatkan kesehatan bayi. Pendampingan dalam mempraktikkan pijat bayi yang bertujuan ibu yang mempunyai bayi dapat melakukan pijat bayi dengan benar. Follow up kegiatan dilakukan pada bulan keempat kegiatan dengan hasil monitoring ibu –ibu mengerti dapat melakukan pijat bayi pada bayinya sendiri. Pentingnya pengabdian pada masyarakat ini yaitu meningkatnya pengetahuan dan ketrampilan ibu – ibu tentang pijat bayi.

Kata Kunci : pengetahuan, ketrampilan, pijat bayi

ABSTRACT

Baby massage is a fun way to relieve tension and anxiety, especially in babies. Gentle massage will help relax the muscles so that the baby calms and sleeps well. The purpose of the activity is to increase the knowledge and skills of mothers about infant massage. The activity phases begin with a survey to the target group, coordination and management of permits with relevant agencies, as well as preparation of materials and equipment. Devotion activities include giving health education about the importance of baby massage to improve the health of the baby. Assistance in practicing baby massage that aims at mothers who have babies can massage the baby properly. Follow-up activities are carried out in the fourth month of activities with the results of monitoring the mother - the mother understands that she can massage the baby on her own baby. The importance of this community service is increasing the knowledge and skills of mothers about infant massage.

Keywords : knowledge, skills, baby massage

PENDAHULUAN

Promosi kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat melalui pembelajaran dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat, agar mereka dapat menolong dirinya sendiri, serta mengembangkan kegiatan yang bersumber daya masyarakat, sesuai sosial budaya setempat dan didukung oleh kebijakan publik yang berwawasan kesehatan. Kegiatan promosi kesehatan yang diselenggarakan mencakup diantaranya penyebarluasan informasi termasuk penyuluhan kesehatan.

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. Bayi yang diberikan pemijatan akan lebih lelap ketika tidur, sedangkan pada waktu bangun daya konsentrasinya akan lebih penuh. Pemenuhan kebutuhan tidur bayi yang dilakukan melalui teknik pemijatan disebabkan oleh adanya peningkatan

kadar sekresi serotonin yang dihasilkan pada saat pemijatan Sentuhan lembut pada bayi merupakan sarana ikatan yang indah antara bayi dan orang tuanya (Roesli, 2013).

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 adalah gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Pijat bayi merupakan salah satu bentuk rangsang raba. Rangsang raba adalah yang paling penting dalam perkembangan. Sensasi sentuhan merupakan sensori yang paling berkembang saat lahir (Liaw, 2000 dalam Hikmah, 2010).

Nasiyatul Aisyiyah (NA) Ranting Talagening merupakan Ranting NA yang berada di Desa Talagening Kecamatan Bobotsari Kabupaten Purbalingga. Nasiyatul Aisyiyah Talagening merupakan organisasi yang resmi dilantik pada tanggal 15 Januari 2017 oleh Pimpinan Cabang Nasiyatul Aisyiyah. Gerakan Putri Islam yang bergerak di bidang keperempuanan, keagamaan, kemasyarakatan, dan pendidikan. Ranting Nasiyatul Aisyiyah Desa Talagening beranggotakan perempuan muda dan ibu – ibu muda. Usia ini merupakan usia yang tepat untuk diberikan pengetahuan dan ketrampilan pijat bayi. Pengetahuan mereka tentang pijat bayi relatif belum baik.

METODE

Kegiatan - kegiatan yang dilaksanakan pada tahap perencanaan adalah sebagai berikut:

- a. Melakukan pendekatan pada instansi terkait dan stake holder. Pendekatan dilakukan dengan cara mengirim surat permohonan ijin pengabdian kepada Ketua Ranting Nasiyatul Aisyiyah Desa Talagening.
- b. Melakukan identifikasi permasalahan dengan cara melakukan pendataan kebutuhan ibu yang mempunyai bayi dan yang belum mempunyai bayi tentang informasi mengenai kesehatan bayi. Data inilah yang menjadi dasar dalam penentuan rencana tindakan berikutnya.
- c. Penyusunan program peningkatan kesehatan bayi, meliputi penyampaian materi, demonstrasi cara melakukan pijat bayi, melakukan evaluasi.
- d. Pemberian pendidikan kesehatan tentang pentingnya pijat bayi untuk meningkatkan kesehatan bayi.
- e. Pendampingan dalam mempraktikkan pijat bayi yang bertujuan ibu yang mempunyai bayi dapat melakukan pijat bayi dengan benar.

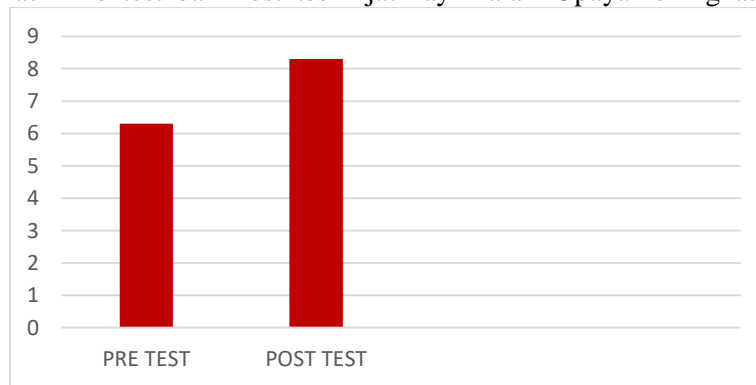
HASIL DAN PEMBAHASAN

Para peserta yang terdiri dari perempuan dan ibu yang tergolong dalam usia muda dan lansia dengan batasan usia antara 16 hingga 40 tahun. Latar belakang pendidikan yang dimiliki oleh perempuan dan ibu tersebut adalah bervariasi, ada yang tamat sekolah menengah pertama dan juga tamat sekolah atas dan ada yang tamat sarjana. Tetapi dari ketiga tamatan tersebut, yang terbanyak adalah tamatan sekolah menengah atas.

Pada awal pelatihan hasil pemberian pre test dan Ranting Nasiyatul Aisyiyah Desa Talagening yang dilakukan, secara umum mengidentifikasi bahwa tentang pijat bayi secara umum masih belum baik.



Diagram Hasil Pre test dan Post tes Pijat Bayi Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Bayi



Hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (1993) dalam Hasanah (2012) yang menyebutkan bahwa tingkat pendidikan juga menentukan mudah tidaknya seseorang memahami pengetahuan yang mereka peroleh, pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang semakin baik pengetahuannya.

Pendampingan praktik pijat bayi pada kegiatan IbM yang dilaksanakan di Ranting Nasiyatul Aisyiyah Desa Talagening berlangsung lancar, perempuan muda dan ibu –ibu mempunyai antusiasme sangat baik.



Kondisi perempuan muda dan ibu –ibu pada saat pelaksanaan sangat antusias dan partisipasinya baik. Hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan tentang pijat bayi, ibu yang datang tepat waktu dan mengikuti kegiatan sampai dengan selesai.



Peningkatan pemahaman dan keterampilan ini secara psikologis membuat ibu lebih siap dan berani melakukan pijat bayi sendiri sehingga dapat meningkatkan kedekatan dan kasih sayang antara ibu dengan bayinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan IbM dapat disimpulkan Pemahaman perempuan muda dan ibu Ranting Nasiyatul Aisyiyah Desa Talagening dapat meningkat melalui pemberian pelatihan dan pendampingan serta praktik tentang Pijat Bayi Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Bayi, serta pemahaman ibu - ibu Ranting Nasiyatul Aisyiyah Desa Talagening dapat meningkat melalui pemberian pelatihan dan pengetahuan tentang Pijat Bayi Pijat Bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- a) Hikmah, E. 2010. Pengaruh Terapi Sentuhan Terhadap Suhu Dan Frekuensi Nadi Bayi Prematur Yang Dirawat Di Ruang Perinatologi RSUD Kabupaten Tangerang. *Tesis*. Fakultas Ilmu Keperawatan Kekhususan Keperawatan Anak Universitas Indonesia. Jakarta.
- b) Maharani, S. 2009. *Pijat Dan Senam Sehat Untuk Bayi*. Penerbit Kata Hati. Yogyakarta.
- c) Rakhmawati, W. 2007. *Pijat Bayi*. Universitas Padjadjaran. Bandung.
- d) Roesli, U. 2009. *Pedoman Pijat Bayi*. Penerbit Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara. Jakarta.
- e) _____. 2013. *Mengenal ASI Eksklusif*. PT Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara. Jakarta.
- Vivian, N. L. D. 2010. *Asuhan Neonatus Bayi dan Anak Balita*. Penerbit Salemba Medika. Jakarta