

Penyuluhan Edukasi Massage Bagi Komunitas Ibu dan Anak Di Posyandu ILP Ngijo: Meningkatkan Kemampuan Ibu Dalam Meningkatkan Berat Badan Anak

Laila Romadhona¹Atika Yulianti²Nanik Zainiyah^{3*}

^{1,2,3*}Program Studi Profesi Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah
Malang Kota Malang, Indonesia

laila.dhona@gmail.com¹⁾atika@umm.ac.id²⁾nanizainiyah3@gmail.com^{3*)}**Kata Kunci:**

[Kemampuan
Ibu, Pijat bayi,
Meningkatkan
berat badan]

Abstrak: Posyandu ILP Ngijo terletak di Kecamatan Karang Ploso, Kabupaten Malang, dan menjadi mitra dalam pengabdian masyarakat ini. Banyak ibu yang belum memahami pentingnya massage bayi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan, terutama dalam meningkatkan berat badan anak. Padahal, massage bayi secara rutin dapat membantu mengatasi masalah seperti perut kolik atau kembung, meningkatkan kualitas tidur, dan mendukung relaksasi tubuh. Selain itu, massage juga bermanfaat untuk memperbaiki nafsu makan anak, khususnya jika didahului dengan stretching. Kegiatan ini bertujuan untuk mensosialisasikan edukasi tentang teknik massage bayi kepada ibu-ibu di Posyandu ILP Ngijo guna meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kemampuan mereka dalam melakukan massage yang benar untuk membantu meningkatkan berat badan anak. **Metode pengabdian masyarakat** yang digunakan meliputi promosi kesehatan dengan penyampaian materi menggunakan media poster, demonstrasi langsung teknik massage, serta sesi tanya jawab interaktif. Data dikumpulkan melalui wawancara sebelum dan sesudah penyuluhan, serta observasi partisipasi ibu selama kegiatan. Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menilai perubahan pemahaman dan kemampuan ibu dalam melakukan massage bayi. **Hasil pengabdian** menunjukkan peningkatan pemahaman dan kemampuan ibu-ibu dalam melakukan massage bayi di rumah. Partisipasi aktif terlihat dari antusiasme ibu selama penyampaian materi, termasuk dalam sesi tanya jawab. Setelah penyuluhan, ibu-ibu mampu mempraktikkan teknik massage yang telah didemonstrasikan dengan benar. **Kesimpulan**, kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan massage bayi untuk mendukung peningkatan berat badan anak. Metode promosi kesehatan berbasis poster dan demonstrasi langsung efektif dalam meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat di Posyandu ILP Ngijo. Kegiatan ini memberikan kontribusi positif dalam mendukung tumbuh kembang anak melalui pemberdayaan ibu sebagai pendukung utama kesehatan anak.

Published by:



Copyright © 2024 The Author(s)

This article is licensed under CC BY 4.0 License



Pendahuluan

Salah satu penyebab permasalahan berat badan adalah nafsu makan anak yang menurun. Dengan demikian rangsangan dan stimulasi yang dianjurkan adalah pijat bayi (Harahap, 2019). Hal terpenting dalam tumbuh kembang anak adalah adanya rangsangan atau stimulus (Revine Siahaan & Juniah, 2022). Pijat bayi telah dilakukan di Indonesia sejak dahulu kala, turun temurun tanpa diketahui bagaimana pijatan atau sentuhan berdampak positif bagi tubuh manusia. Bagian sentuhan adalah kulit, yaitu bagian yang terluas dari tubuh manusia, bayi dapat merasakan fungsi ini sejak dari kandungan. Ujung saraf pada permukaan kulit akan langsung bereaksi terhadap sentuhan yang diberikan. Beberapa kasus dengan bayi lahir prematur juga sangat efektif untuk dilakukan sentuhan lembut (Putro, 2019). Pijat bayi tidak hanya untuk meningkatkan berat badan anak, bisa untuk rileksasi, perut kolik atau kembung, kemudian untuk membantu meredakan sakit batuk pilek, dan dalam pertumbuhan perkembangan pada bayi atau anak. Pijat bayi mempunyai banyak manfaat diantaranya merangsang system pertahanan hidup bayi, meningkatkan kenaikan berat badan, meningkatkan pertumbuhan, dan meningkatkan hubungan emosional dengan orang tua (Mariyam et al., 2021).

Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis pertumbuhan dan perkembangan. Disebut masa keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang Kembali (Safitri et al., 2021). Beberapa faktor yang mempengaruhi proses pertumbuhan bayi, baik berat badan maupun tinggi badan diantaranya adalah keturunan dan lingkungan (Widiyawati & Idayanti, 2020). Penanganan untuk mengoptimalkan pertumbuhan bayi prematur yaitu baby massage / pijat bayi (Martalena, 2022). Kenaikan berat badan juga sangat berkesinambungan dengan asupan nutrisi yang diberikan ibu, menurut Profil Kesehatan Indonesia pada tahun 2017 presentase status gizi yang disebabkan oleh berat badan pada usia (0-23 bulan) presentase gizi kurang sebesar 11,3%. Sedangkan dibandingkan pada tahun 2018 presentase kasus gizi kurang sebesar 11,4%. Hal ini menunjukkan terjadinya peningkatan status gizi kurang pada tahun 2017 hingga tahun 2018 (Carolyn et al., 2020). Hal ini terjadi tidak hanya massage saja tetapi kebutuhan gizi seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan juga sangat penting. Menjadi ibu yang harus meningkatkan kemampuan dan pemahaman dalam meningkatkan berat badan anak.

Salah satu mekanisme baby massage memiliki banyak manfaat, dan salah satunya adalah membantu bayi menambah berat badan. Hal tersebut terjadi dikarenakan ketika bayi diberi pijat, nada enzim yang membantu tubuh menyerap gastrin dan insulin naik. Hal ini membuat tubuh lebih mudah menyerap makanan, sehingga berat badan bayi bertambah lebih cepat dibandingkan bayi yang tidak dipijat (Masruroh & Laloda, 2024). 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 diminumkan. selain itu, ibu yang memijat bayinya akan merasa lebih tenang dan hal ini berdampak positif pada peningkatan volume ASI (Harahap, 2019). Adanya rasa nyaman ketika badan anak rileks setelah di massage, menimbulkan keinginan untuk mengisi asupan makanan.

Menurut penelitian terdahulu Ida Susila yang berjudul —Pengaruh Teknik Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 0-7 Bulan Di Bps Ny. Aida Hartatik Desa Dlanggu Kecamatan Deket Kabupaten Lamongan Tahun 2017 bahwa hasil penelitian dari 31 responden banyak yang berat badannya naik 21 bayi (67,7%), dan berat badannya

tetap 10 bayi (32,3%). Hasil uji menggunakan Uji statistic Wilcoxon Sign Rank Test menunjukkan nilai p sign Z tabel sehingga terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 1-7 bulan ([Harahap, 2019](#)).

Dampak positif yang ditimbulkan dari pijat bayi umumnya bayi yang mendapat pijatan secara teratur akan lebih rileks dan tenang. Melalui sentuhan pemijatan terhadap jaringan otot, peredaran darah dapat meningkat makin lancar, ataupun posisi otot dapat dipulihkan dan diperbaiki otomatis dapat meningkatkan fungsi-fungsi organ tubuh dengan sebaik-baiknya. Sedangkan dampak negatif yang ditimbulkan bila pijat bayi dilakukan pemijatan dengan cara yang salah dan tidak sesuai dengan ketentuan medis, efek sampingnya adalah pembengkakan, terdapatnya lebam, adanya rasa sakit pada bayi sehingga bayi menjadi rewel ([Safitri et al., 2021](#))

Permasalahan meningkatkan pengetahuan ibu mengenai cara meningkatkan berat badan anak, menjadi kendala pertumbuhan anak apabila tidaktahuan ibu untuk meningkatkan berat badan anak. Pijat bayi memang dipercaya dapat menjaga kesehatan dan mampu merangsang dan mengoptimalkan tumbuh kembang bayi ([Safitri et al., 2021](#)). Oleh karena itu, kelompok Profesi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Malang memberikan solusi berupa edukasi mengenai massage meningkatkan berat badan anak yang dapat dilakukan ibu kepada anaknya.

Metode Pelaksanaan

Posyandu ILP Ngijo terletak di Kecamatan Karang Ploso, Kabupaten Malang, dan menjadi mitra dalam pengabdian masyarakat ini. Banyak ibu yang belum memahami pentingnya massage bayi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan, terutama dalam meningkatkan berat badan anak. Padahal, massage bayi secara rutin dapat membantu mengatasi masalah seperti perut kolik atau kembung, meningkatkan kualitas tidur, dan mendukung relaksasi tubuh. Selain itu, massage juga bermanfaat untuk memperbaiki nafsu makan anak, khususnya jika didahului dengan stretching. Kegiatan ini bertujuan untuk mensosialisasikan edukasi tentang teknik massage bayi kepada ibu-ibu di Posyandu ILP Ngijo guna meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kemampuan mereka dalam melakukan massage yang benar untuk membantu meningkatkan berat badan anak. Metode pengabdian masyarakat yang digunakan meliputi promosi kesehatan dengan penyampaian materi menggunakan media poster, demonstrasi langsung teknik massage, serta sesi tanya jawab interaktif. Data dikumpulkan melalui wawancara sebelum dan sesudah penyuluhan, serta observasi partisipasi ibu selama kegiatan. Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menilai perubahan pemahaman dan kemampuan ibu dalam melakukan massage bayi.

Hasil dan Pembahasan

1. Pelaksanaan Kegiatan ini diadakan dengan edukasi penyuluhan tentang mengenai pentingnya meningkatkan kemampuan ibu dalam maningkatkan berat badan anak. Media pendekatan menggunakan poster, mempraktikkan bagaimana cara massage untuk meningkatkan berat badan anak dan sesi tanya jawab. Materi yang disampaikan mengenai pengertian, cara mencegah, dan massage untuk meningkatkan berat badan anak. Berikut dokumentasi mengenai penyuluhan yang disampaikan :



Gambar 1. Penyampaian Materi



Gambar 2. Poster Materi

2. Poster Untuk Media Edukasi

Mengenai edukasi fisioterapi meningkatkan berat badan anak di posyandu ILP Ngijo, Kecamatan Karang Ploso berjalan dengan baik. Pada kegiatan edukasi, ada 6 ibu yang mengikuti sosialisasi penyuluhan meningkatkan kemampuan ibu dalam meningkatkan berat badan anak, ibu-ibu antusias dengan materi yang disampaikan melalui media gambar pada poster dan melibatkan ibu untuk mengikuti cara praktik mendemonstrasikan dengan baik. Penyampaian edukasi meningkatkan kemampuan ibu dalam meningkatkan berat badan anak sangat penting diberikan karena untuk mencegah gizi buruk pada anak, hal ini dikarenakan ibu belum mengetahui bagaimana cara untuk massage dengan baik dan massage untuk meningkatkan berat badan dalam proses perkembangan dan pertumbuhan anak. Kegiatan sosialisasi ini menjadi rancangan upaya untuk menerapkan massage dengan baik sehingga dapat dilakukan massage yang benar dan baik. Diadakannya sesi tanya jawab untuk ibu yang belum faham tentang sosialisai yang sudah diberikan dan dipersilahkan jika ibu bertanya seputar keluhan lainnya.

Berdasarkan sosialisasi mengenai meningkatkan kemampuan ibu dalam meningkatkan berat badan anak dianjurkan untuk menerapkan massage pada anak dikarenakan pijat bayi sangat bermanfaat dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak, diantaranya adalah meningkatkan penyerapan makanan sehingga bayi lebih cepat lapar dan bayi akan lebih sering menyusu kepada ibunya, sehingga bisa meningkatkan berat badan pada bayi. Selain itu bayi yang rutin dilakukan pemijatan juga akan terjadi peningkatan kualitas tidurnya, yaitu bayi tidur lebih lelap (Marni, 2019). Hasil kegiatan terlihat bahwa adanya perbedaan pengetahuan ibu ketika dilakukan penyuluhan sebelum dan sesudah setelah diberikan informasi mengenai materi. Hasil ini menunjukkan meningkatnya dalam pengetahuan dan pemahaman mengenai massage yang baik untuk anak dan pencegahan dari gizi buruk.

Kesimpulan

Keberhasilan kegiatan penyuluhan edukasi massage fisioterapi komunitas di Posyandu ILP Ngijo menunjukkan bahwa program ini berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif. Diharapkan, seluruh ibu yang memiliki bayi dapat mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh mengenai teknik massage bayi untuk

membantu meningkatkan berat badan anak. Selain itu, kegiatan ini memberikan pemahaman baru kepada ibu-ibu bahwa massage bayi dapat dilakukan secara rutin di rumah setiap hari. Dengan penerapan rutin ini, diharapkan pada kunjungan Posyandu setiap bulan akan terlihat peningkatan berat badan bayi, sekaligus membantu mencegah terjadinya gizi buruk. Selain mendukung tumbuh kembang anak, massage bayi juga dapat mengubah perilaku ibu ke arah yang lebih sehat, meningkatkan relaksasi bayi, serta membantu bayi tidur lebih nyenyak.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih setulus-tulusnya kepada semua individu dan institusi yang telah berkontribusi dalam penyelesaian naskah ilmiah ini. Khususnya, ucapan terima kasih disampaikan kepada Universitas Muhammadiyah Malang, UPT Puskesmas Karang Ploso, Ibu-ibu yang mengikuti posyandu anak, serta semua pihak yang terlibat dalam proses penyusunan naskah ini yang tidak dapat disebutkan secara individual. Penulis mengakui bahwa naskah ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat menghargai kritik dan masukan untuk meningkatkan kualitas naskah ini. Dengan diterbitkannya artikel ini, penulis berharap dapat memberikan peningkatan pengetahuan dan diterapkan untuk pertumbuhan anak bahkan bisa bermanfaat bagi para ibu.

Referensi

- Carolyn, B. T., Syamsiah, S. S., & Khasri, M. M. (2020). PIJAT BAYI DAPAT MENINGKATKAN BERAT BADAN BAYI. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(3). <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i3.2745>
- Harahap, N. R. (2019). Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(2). <https://doi.org/10.32807/jkp.v13i2.226>
- Mariyam, M., Pohan, V. Y., Alfiyanti, D., Samiasih, A., & Sulistyawati, E. (2021). Optimalisasi Kesehatan Bayi Melalui Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Tentang Pijat Bayi. *SALUTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 14. <https://doi.org/10.26714/sjpkm.v1i1.8681>
- Marni, M. (2019). PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN PADA BAYI. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1). <https://doi.org/10.36419/jkebin.v10i1.240>
- Martalena, H. (2022). *Babu Massage Bblr*. 15(1), 27–32.
- Masruroh, N., & Laloda, R. A. (2024). Baby Massage terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 1-24 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Dan Kesehatan (JIBI)*, 2(1), 31–36. <https://doi.org/10.36590/jibi.v2i1.913>
- Putro, N. saputri. (2019). Pentingnya Manfaat Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v3i2.2844>

- Revine Siahaan, E., & Juniah. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. *Jurnal Keperawatan Bunda Delima*, 4(1), 83–89. <https://doi.org/10.59030/jkbd.v4i1.28>
- Safitri, M., Siti Latifah, N., Octaviani Iqmy, Lady, & Studi DIV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati, P. (2021). Maya Safitri, Neneng Siti Latifah, Lady Octaviani Iqmy PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN NEONATUS. *Pijat Bayi*, 1(2).
- Widiyawati, R., & Idayanti, T. (2020). Upaya Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 6 – 12 Bulan Dengan Baby massage Di Desa Pungging Kecamatan Pungging Mojokerto. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 176–179. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i2.60>