

**Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi dan Balita pada Kader Posyandu  
di Gang Aman RT. 22 Kelurahan Baru Tengah  
Kota Balikpapan Tahun 2023**

*Nur Fadillah Mulidah<sup>1</sup>, Ninik Christiani<sup>2</sup>, Retno Sari Oktapianti<sup>3</sup>, Nabila Tiara Putri<sup>4</sup>*

<sup>1</sup>Universitas Ngudi Waluyo, *nurfadillahmulidah88@gmail.com*

<sup>2</sup>Universitas Ngudi Waluyo, *christianininik@gmail.com*

<sup>3</sup>Universitas Ngudi Waluyo, *retnooktapianti92@gmail.com*

<sup>4</sup>Universitas Ngudi Waluyo, *nabliatiaraputri@gmail.com*

*Korespondensi Email: nurfadillahmulidah88@gmail.com*

---

**Article Info**

*Article History*

*Submitted, 2023-10-18*

*Accepted, 2023-12-16*

*Published, 2023-12-28*

---

*Keywords: Baby*

*Massage, The Cadres,  
Knowledge*

**Kata Kunci:** Pijat Bayi ,  
Pendidikan Kesehatan

---

**Abstract**

*Baby are a golden age in growth and development, so the Babies are a golden period of growth and development, so that the optimal quality of baby growth and development will become the basic capital of a nation. Babies can grow and develop well if their basic needs are met, namely care, love and nurturing. Sharpening needs are the need for early stimulation. Providing appropriate early stimulation will allows the formation of ethics and personality good, intelligence, independence, good skills and productivity. Massage therapy is one of the stimulation suggestions for insiders that was developed to stimulate the growth and development of babies and toddlers (Ellyzabeth Sukmawati, 2020). Baby massage is very important to support a child's growth and development and is better done regularly by parents/caregivers/people who have special training. Baby massage is done with a loving touch, allowing for communication with the baby. Baby massage with a touch of love can provide visual, auditory, language and visual stimulation. The aim of this community service is to provide complementary therapy for healthy baby massage to cadres through booklets distributed during counseling which will then be put into practice by the cadres. The method used is counseling. The conclusion obtained after this community service was that the pre-test results of respondents in the good knowledge category were 83.33%, the sufficient category was 16.67% and the post-test results were 100% of cadres in the good knowledge category. Apart from that, the skills of the posyandu cadres are also in the good category indicated by evaluation results with a value of >80*

**Abstrak**

Bayi adalah masa keemasan dalam pertumbuhan dan perkembangan, sehingga kualitas tumbuh kembang bayi yang optimal akan menjadi modal dasar suatu bangsa. Bayi dapat tumbuh dan berkembang dengan baik jika

kebutuhan dasarnya terpenuhi, yaitu asah, asih dan asuh. Kebutuhan asah adalah kebutuhan akan stimulasi dini. Pemberian stimulasi dini yang sesuai memungkinkan terbentuknya etika, kepribadian yang baik, kecerdasan, kemandirian, keterampilan dan produktivitas yang baik. Terapi pijat adalah salah satu saran stimulasi bagi orang dalam yang dikembangkan dalam merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita (Sukmawati, 2020). Pijat bayi sangat penting untuk menunjang tumbuh kembang anak dan lebih baik dilakukan secara rutin oleh orang tua/pengasuh/orang yang mendapatkan pelatihan khusus. Pijat bayi yang dilakukan dengan sentuhan cinta, memungkinkan adanya komunikasi dengan bayi. Pijat bayi dengan sentuhan cinta dapat menjadi stimulasi visual, pendengaran, bahasa dan visual. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk memberikan terapi komplementer pijat bayi sehat pada kader melalui media leaflet yang dibagikan saat penyuluhan kemudian akan dipraktikkan oleh para kader. Metode yang digunakan adalah penyuluhan. Kesimpulan yang didapatkan setelah pengabdian masyarakat ini adalah hasil pre-test responden dalam kategori pengetahuan baik 83,33%, kategori cukup 16,67% dan hasil post-test 100% kader dalam kategori pengetahuan baik. Selain itu, keterampilan para kader posyandu juga dalam kategori baik ditunjukkan dengan hasil evaluasi dengan nilai >80

---

## **Pendahuluan**

Posyandu (pos pelayanan terpadu) merupakan wujud peran serta masyarakat dalam kemandirian melaksanakan kegiatan dalam bidang kesehatan yang salah satunya kegiatannya mencakup pemantauan pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita. Masa dua tahun pertama anak-anak merupakan masa emas pertumbuhan otak atau disebut dengan Golden Age. Anak balita dengan morbiditas tinggi akan lebih sering sakit dan dapat mengakibatkan nafsu makan turun. Balita membutuhkan 3 hal untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal yaitu asuh (nutrisi dan lingkungan), asih (kasih sayang) dan asah (stimulasi), (Marthalena, 2019). Memantau dan merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi adalah salah satu tugas bidan. Sesuai dengan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369 / Departemen Kesehatan / SK / III / 2007 tentang Standar Bidan Profesional. Terapi pijat adalah salah satu saran stimulasi bagi orang dalam yang dikembangkan dalam merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita (Sukmawati, 2020). Orang tua diharapkan dapat melakukan kegiatan pijat untuk anak-anak di rumah sehingga mereka dapat mendukung program upaya Indonesia Sehat dengan mempromosikan upaya promotif dan preventif dengan pemberdayaan Masyarakat, selain itu pijat bayi adalah alat yang berguna untuk meningkatkan keterampilan ibu dalam berinteraksi dengan bayi.

Pijat bayi dan balita lebih bermanfaat di antara penambahan berat badan, pola tidur-bangun yang lebih baik, peningkatan perkembangan neuromotor, perlekatan ikatan emosional yang lebih baik, mengurangi tingkat infeksi nosokomial dan dengan demikian, mengurangi angka kematian pada bayi prematur yang dilahirkan. Pijat bayi dan balita adalah pemijatan yang dilakukan lebih mendekati usapan-usapan halus atau rangsangan raba (taktil) yang dilakukan dipermukaan kulit, manipulasi terhadap jaringan atau organ

tubuh bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf otot, dan sistem pernafasan serta memperlancar sirkulasi darah. Pijat bayi dan balita adalah terapi sentuhan tertua yang dikenal manusia dan yang paling populer.

(Bunga, 2020) Sejalan dengan teori yang mengatkan bahwa salah satu manfaat pijat bayi yaitu dapat menaikkan berat badan bayi dengan pijat dapat menimbulkan efek biokimia dan fisik yang positif . Karena, bayi mendapatkan pijatan pada bagian abdomen dimana pemijatan ini dapat memperlancar proses pencernaan bayi. Pijat bayi menyebabkan peningkatan aktivitas nervus vagus dan akan merangsang hormon pencernaan antara lain insulin dan gastrin. (Christiani,2022) manfaat dari pemijatan bayi dan balita yaitu merangsang nafsu makan bayi dan balita. dengan dilakukan pemijatan bayi dan balita maka akan 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 persialtik usus dan pengosongan lambung meningkat yang dapat merangsang nafsu makan bayi dan balita.

Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk memberikan terapi komplementer pijat bayi dan balita sehat pada kader melalui media *leaflet* yang dibagikan saat penyuluhan kemudian akan dipraktikan oleh para kader. Metode yang digunakan adalah penyuluhan. Manfaat pijat bayi dan balita sudah banyak dibuktikan melalui penelitian, diantaranya, pemberian intervensi pijat bayi dapat mempertahankan serta meningkatkan kualitas tidur bayi (Minarti, 2012) dan pemberian terapi pijat berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi dan balita . Selain itu dengan pijat bayi dan balita juga dapat melancarkan sistem peredaran darah, menstimulasi saraf otak, meningkatkan daya tahan tubuh, mengurangi stress, mengurangi nyeri, dan lain-lain

Berdasarkan analisis observasi saat proses diskusi dengan mitra kader di posyandu RT 22 kelurahan baru tengah didapatkan beberapa permasalahan yang dihadapi oleh mitra dalam proses pelaksanaan pijat bayi dan balita ini, hal ini dikemukakan oleh salah satu ketua kader dari posyandu tersebut bahwa belum maksimal nya teknik pijat bayi dan balita yang dikuasai oleh para kader hal ini disebabkan karena belum ada pertemuan lanjutan untuk melakukan praktek kembali oleh kader dan bidan wilayah tersebut, sebagai bahan evaluasi dari sosialisasi awal tentang praktik pijat bayi dan balita.

Dalam pengabdian Masyarakat ini diharapkan dapat menjadi tindak lanjut proses pemahaman kader terhadap praktik pijat bayi dan balita agar lebih menguasai baik dalam teori atau pun praktik nya. Tujuan lainnya adalah agar kader dapat menjadi perantara tenaga Kesehatan dalam mengedukasi para ibu bayi dan balita di wilayah posyandu RT 22 agar dapat lebih mandiri dalam melakukan praktik pijat bayi dan balita yang sangat berguna dan memiliki mafaat dalam proses tumbuh kembang bayi dan balita nya

### **Metode**

Tahap persiapan yaitu analisis masalah didapatkan kurangnya pengetahuan dan keterampilan kader tentang pijat bayi dan balita sehat. Pada tahap pelaksanaan dilakukan di halaman posyandu tepatnya di Gang Aman RT 22 Kelurahan Balikpapan Tengah Kecamatan Balikpapan Barat tanggal 9 Desember 2023 yang dihadiri oleh 6 kader, 1 bidan desa, 1 dosen pembimbing dan 3 mahasiswa. Metode yang digunakan yaitu penyuluhan pijat bayi dan balita sehat yang dalam hal ini langsung di contohkan dengan beberapa bayi dan balita yang hadir dalam proses penyuluhan tersebut. Proses pelaksanaan diawali dengan pre-test menggunakan kuisisioner yang terdiri dari 20 pernyataan dengan pilihan jawaban benar atau salah. untuk mengetahui gambaran pengetahuan kader tentang pijat bayi dan balita sehat.

Tahap selanjutnya adalah pemaparan materi dan demonstrasi, metode ini dilakukan untuk memperjelas apa itu pijat bayi balita dan bagaimana cara melakukan pijat bayi dan balita dengan benar. Demonstrasi ini dilakukan dengan menggunakan media *leaflet* pijat bayi dan balita, sehingga para kader akan lebih mudah mengingat gerakan – gerakan apa

saja yang harus dilewati dalam pijat bayi dan balita. Setelah itu para kader dapat latihan melakukan pijat bayi dan balita dengan mempraktikkan langsung kepada bayi dan balita. Para kader sangat antusias dalam mendengarkan, melihat, dan praktek melakukan pijat bayi dan balita. Tahap akhir yaitu evaluasi gambaran pengetahuan kader setelah diberikan penyuluhan menggunakan kuisioner sebagai post-test yang terdiri dari 20 pernyataan dengan pilihan jawaban benar atau salah, sedangkan untuk evaluasi keterampilan menggunakan checklist dimana saat penyuluhan berlangsung data kader sejumlah 12 orang, namun saat pelaksanaan hanya diwakili oleh 6 kader yang saat itu bertugas sesuai jadwal pembagian posyandu bulanan

### Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat tentang pelatihan pijat bayi dan balita sehat pada kader posyandu melalui lima tahap. Dari 5 tahap tersebut didapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu mengenai pijat bayi dan balita sehat. Hasil tersebut didapat dari penilaian pre-test dan pos-test menggunakan kuisioner untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan menggunakan checklist evaluasi untuk menilai keterampilan kader terkait pijat bayi sehat.

Tabel 1. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan kader tentang pijat bayi dan balita sehat

Penilaian	Kategori Pengetahuan	Jumlah	Presentasi (%)
Pre-test	Baik	15	83,33
	Cukup	5	16,67
	Kurang	0	0
	Jumlah	20	100
Post-test	Baik	20	100
	Cukup	0	0
	Kurang	0	0
	Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil pre-test sebelum diberikan penyuluhan yaitu sebanyak 83,33% kader dalam kategori pengetahuan baik dan 16,67 % dalam kategori cukup, sedangkan hasil post-test setelah diberikan penyuluhan didapatkan hasil 100% kader dalam kategori baik. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader sebelum dan setelah diberikan penyuluhan pijat bayi dan balita sehat.

Tabel 3. Hasil Penilaian Keterampilan Kader Pijat Bayi dan balita Sebelum Demonstrasi

No Responden	Nilai
1	66,25
2	62,48
3	67,35
4	79,45
5	84,68
6	87,91

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil penilaian keterampilan pijat sebelum dilakukan demonstrasi dengan nilai terendah 62,48 dan nilai tertinggi 87,91. Hasil tersebut menunjukkan kurangnya ketrampilan kader dalam melakukan pijat bayi dan balita sebelum dilakukan demonstrasi pijat bayi dan balita.

Tabel 4. Hasil Penilaian Keterampilan Kader Pijat Bayi dan balita Setelah Demonstrasi

No Responden	Nilai
1	93,75
2	91,66
3	97,91

No Responden	Nilai
4	100
5	100
6	100

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil penilaian keterampilan pijat dengan nilai terendah 91,66 dan nilai tertinggi 100. Responden yang nilainya kurang dari 100 mengalami beberapa kendala seperti ada beberapa bayi dan balita yang terlihat rewel dan tampak tidak nyaman, dan adapula beberapa kader kesulitan dalam melakukan beberapa gerakan pijat bayi pada bagian perut di gerakan bulan matahari dan semut kecil. Mengatasi hal tersebut tim melakukan dengan cara memilih bayi dan balita yang siap untuk dilakukan demonstrasi pijat serta *follow-up* kepada kader dengan melakukan demonstrasi ulang dibagian gerakan *Indian,swedian* dan bulan matahari dan dipandu oleh tim yang selanjutnya kader melakukan redemonstrasi dan didapatkan hasil kader mampu melakukan gerakan tersebut dengan benar. Hal ini menunjukkan bahwa responden sangat memperhatikan demonstrasi pijat bayi dan melakukan redemonstrasi dengan sungguh-sungguh sehingga didapatkan hasil evaluasi keterampilan pijat bayi dan balita dengan nilai baik dengan standar nilai >80. Hasil nilai tersebut dapat disimpulkan bahwa kader memahami dan mampu melakukan pijat bayi dan balita sehat.

Adapun dengan dilakukannya Pendidikan Kesehatan pijat bayi dan balita ini juga dapat bermanfaat selain memberikan pengetahuan kepada ibu juga ada beberapa manfaat lain yang dapat dirasakan antara lain memberikan efek biokimia, memberikan perubahan fisik dengan mengubah gelombang otak secara positif, sehingga pernafasan dan sirkulasi darah menjadi lebih baik, peningkatan berat badan bayi usia 6-12 bulan berkisar antara 85-400 gram meningkat setiap bulannya, rangsangan taktil dan konsentrasi bayi menjadi meningkat sehingga kualitas tidur bayi menjadi lebih baik (Phillips, 2013). Selain itu pijat bayi dan balita juga dapat meningkatkan sirkulasi darah dan kelenjar getah bening, termasuk ke saluran pencernaan, yang menyebabkan sistem pencernaan menjadi lebih lancar dan proses penyerapan nutrien oleh jaringan tubuh bayi menjadi lebih sempurna (Horta, 2019)





Gambar 1.1 Dokumentasi Kegiatan

### Simpulan

Pijat bayi dan balita adalah stimulasi dengan sentuhan-sentuhan untuk melancarkan peredaran darah sesuai dengan tumbuh kembang anak, menambah nafsu makan, membuat bayi terasa nyaman dan rileks dengan tehnik yang aman bagi bayidan balita dilakukan oleh terapis yang kompeten.

Pengabdian masyarakat melalui pelatihan pijat bayi dan balita sehat pada kader posyandu didapatkan hasil pre-test responden dalam kategori pengetahuan baik 83,33%, kategori cukup 16,67% dan hasil post-test 100% kader dalam kategori pengetahuan baik. Selain itu, keterampilan para kader posyandu juga dengan nilai baik ditunjukkan dengan hasil evaluasi dengan nilai >80. Jadi, kesimpulannya adalah adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader tentang pijat bayi dan sehat.

### Saran

Hendaknya sebelum melaksanakan kegiatan edukasi ini perlu dilakukan kerjasama tim dengan persiapan yang matang, melakukan tugas sesuai tanggung jawab, aktif serta tidak bergantung dengan temannya. Melakukan pendekatan yang baik kepada sasaran sehingga ibu-ibu kader tertarik untuk mengikuti update kegiatan dan edukasi dalam diskusi. Para kader diharapkan menyebarkan mengenai pijat bayi dan balita sehat kepada para ibu-ibu saat kegiatan posyandu.

### Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Instansi Perguruan Tinggi Universitas Ngudi Waluyo yang telah menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat dan pemberdayaan masyarakat yang berbudaya sehat, bereputasi internasional dan unggul dalam pelayanan kebidanan komplementer.
2. UPTD Puskesmas Baru Tengah yang telah bersedia menerima mahasiswa kebidanan Universitas Ngudi Waluyo untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat di wilayah Kelurahan Baru Tengah.
3. Ibu Ninik Christiani, S.SiT, M.Kes selaku dosen pembimbing Praktek Kebidanan yang telah membimbing dan memberikan arahan dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat.
4. Kader posyandu wilayah Baru Tengah yang telah bersedia menjadi Responden Pendidikan kesehatan pijat bayi dan balita sehat.
5. Tim penyusun yang telah bekerja sama dalam pelaksanaan kegiatan pelatihan pijat bayi dan balita sehat yang dilakukan di wilayah Kelurahan Baru Tengah.

**Daftar Pustaka**

- Christiani, Ninik., darwati, Putri., (2022). *Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 3-6 Bulan di Wilayah Kecamatan Kedawung Kabupaten Sragen Jawa Tengah Tahun 2022*. 4(2), 384.
- Horta, (2019). *Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi*. Jakarta : Dunia Sehat Rusdiyanto. Indonesia Dignity, Buku Panduan Baby Massage & Spa Versi 2022
- Marthalena, Happy (2019). *Pengaruh Pijat Terhadap Tingkat Kesulitan Makan Balita Usia 1 Tahun*. Media Informasi Jurnal Kebidanan. 15(2), 96-97
- Minarti, R., (2012). *Teknik-teknik Tepat memijat Bayi Sendiri Panduan Lengkap dan Uraian Kemanfaatannya*. Jogjakarta : Diva Press
- Philips, M., (2015). *Hubungan Antara Frekuensi Baby Spa Dengan Pola makan bayi*
- Sukmawati, E., , Norif Didik, N., (2019). *Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi*. Jurnal kesehatan Al-Irsyad. 13(1), 12-13
- Tiara, Bunga., Suprihatin., Clara, A., (2020). *Pijat Bayi dapat Menstimulus Peningkatan Berat Badan pada Bayi*. Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia. 10(2), 29