

## **PIJAT BAYI SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN BONDING ATTACHMENT MELALUI PEMBERDAYAAN IBU DI POSYANDU BALITA DUSUN MONGGANG, SITIMULYO, PIYUNGAN, BANTUL**

### ***Baby Massage As A Bonding Attachment Enhancement Effort Through Mother Empowerment In Posyandu Balita Dusun Monggang, Sitimulyo, Piyungan, Bantul***

**Rahmah Widyaningrum<sup>1</sup>, Okta Risyafitri<sup>2</sup>, Nur Laila Yuliasih<sup>2</sup>, Siska Anisarani<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Program Studi S1 Keperawatan, STIKes Madani Yogyakarta, 55792, Indonesia

Email: [rahmah.widyaningrum@gmail.com](mailto:rahmah.widyaningrum@gmail.com)

#### **ABSTRAK**

Posyandu Balita Dusun Monggang merupakan tempat kegiatan kesehatan dasar yang diselenggarakan dari, oleh dan untuk masyarakat dusun monggang dalam hal ini adalah kader kesehatan yang dibantu oleh petugas kesehatan setempat. Posyandu Balita Dusun Monggang dipilih sebagai mitra karena sebagai salah satu dusun binaan STIKes Madani Yogyakarta. Kegiatan yang dilaksanakan di posyandu balita dusun monggang antara lain: penimbangan bayi balita, pengisian KMS, konsultasi, pemberian makanan tambahan, dan lain sebagainya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada ibu yang memiliki bayi dan balita terhadap pijat bayi. Metode kegiatan pengabdian masyarakat meliputi: pemeriksaan tinggi badan dan berat badan, pengkajian karakteristik ibu dan bayi, edukasi pijat bayi manfaat dan teknik menggunakan teknik ceramah dan pemberian leaflet. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa karakteristik bayi, dengan jumlah sebanyak 10 bayi, rentang usia 0 – 18 bulan, mayoritas laki-laki sebanyak 60%, keseluruhan bayi balita memiliki status gizi baik (-2 sd samapai +2 sd). Sedangkan karakteristik ibu berupa: usia antar 30 – 39 tahun (60%), pendidikan terakhir Diploma/S1 (50%), dan pekerjaan mayoritas ibu rumah tangga (90%). Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap dan pelaksanaan pijat bayi dalam upaya meningkatkan *bonding attachment* (perlekatan) ibu bayi di dusun monggang.

**Kata Kunci:** Pijat Bayi, *Bonding Attachment*, Pemberdayaan Ibu, Posyandu Balita

#### **ABSTRACT**

*Posyandu Balita or integrated health service for under five age children in Dusun Monggang is a place of basic health activities organized from, by and for the community in the area. The program is conducted by health cadres assisted by local health workers. Posyandu Balita Monggang was chosen as a partner because it is one of the areas assisted by Madani STIKes in Yogyakarta for health services and education. Activities conducted at the Posyandu include: weighing children under five, filling in a record book for children's growth and development namely KMS, consulting, providing supplementary food, and so on. This community service activity aims to provide understanding about infant massage to mothers who have babies and children under five age. Methods of community service activities include: examination of height and weight, assessment of maternal and infant characteristics and education of infant massage benefits and techniques using lecture techniques and giving leaflets. The results of the activity show that the characteristics of the baby, with a total of 10 babies, ranged in age from 0-18 months, the majority of men were 60% and all infants under five had good nutritional status (-2 up to +2 sd). While maternal characteristics include: age between 30-39 years (60%), final education Diploma / Bachelor (50%), and employment of the majority is housewife (90%). This activity is expected to be able to improve knowledge, attitudes and implementation of infant massage in an effort to improve bonding attachments of baby and mothers in Monggang.*

**Keywords:** *Infant Massage, Bonding Attachment, Mother Empowerment, Posyandu*

## PENDAHULUAN

Usia 0 – 12 bulan merupakan masa kritis tumbuh kembang pada bayi, yang berlangsung secara singkat dan tidak akan terulang kembali. Bayi akan sangat peka terhadap lingkungan dan stimulasi baik pada proses pertumbuhan maupun perkembangannya (Kemenkes RI, 2009). Stimulasi yang baik dapat dilaksanakan oleh orang terdekat yakni orang tua. Stimulasi tersebut salah satunya adalah stimulasi taktil dalam bentuk pijat bayi (Adriana, 2013).

Pijat bayi merupakan sentuhan yang lembut dan non mekanis (Mc Grath et al, 2007). Sentuhan khususnya yang mengandung unsur penekanan diketahui memiliki berbagai efek positif seperti menurunkan kebutuhan oksigen serta memberikan perasaan nyaman dan dicintai (Field, 2003). Sebuah meta analisis *Cochrane* menemukan bukti-bukti sugestif bahwa pijat bayi mampu meningkatkan interaksi dan pertalian bayi dengan ibu, memperbaiki kualitas tidur, mengurangi tangisan bayi, dan memiliki dampak menguntungkan terhadap hormon stres. Namun disayangkan belum terdapat bukti yang cukup mendukung dampak positif pijat terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi (Underdown, 2006).

Tujuh puluh persen bayi mempunyai kebiasaan untuk tidur sepanjang malam pada umur 3 bulan, 85% pada 6 bulan dan 95% di akhir tahun pertama (Rudolph, 2002). Pola tidur bayi biasanya muncul pada usia 3 bulan atau 4 bulan. Pada usia 6 bulan bayi akan lebih terpengaruh oleh lingkungan sekitar daripada sebelumnya dan akan tetap terjaga jika sedang marah dan kelelahan (Dowshen, 2001). Bayi yang dipijat dapat tidur lelap, sedangkan pada waktu bangun, daya konsentrasinya akan lebih penuh. Pijat telah dipraktikkan hampir di seluruh dunia, termasuk Indonesia yang telah diajarkan secara turun temurun (Roesli, 2001). Data klinis terbaru menunjukkan bukti – bukti

bahwa pijat bayi mampu mengurangi masalah tidur pada bayi sebesar 47 % (Anna, 2005).

Berdasar keterangan ibu bayi di posyandu dusun monggang tersebut, mayoritas ibu merasa takut untuk memijat sendiri, sehingga membawa bayinya ke dukun pijat. Beberapa ibu dengan ekonomi dan pengetahuan lebih, biasa membawa bayinya ke pemijatan profesional dan terlatih, seperti terapis atau bidan, baik di bidan praktik (BPS) atau di *outlet baby spa*. Penggunaan media audiovisual pijat bayi merupakan salah satu bentuk pengenalan kepada ibu tentang manfaat, tujuan, dan panduan gerakan dalam melaksanakan pijat bayi secara mandiri oleh ibu untuk bayi mereka.

جَعَلَ اللَّهُ الرَّحْمَةَ مِائَةَ جُزْءٍ، فَأَمْسَكَ  
عِنْدَهُ تِسْعَةً وَتِسْعِينَ جُزْءًا، وَأَنْزَلَ فِي  
الْأَرْضِ جُزْءًا وَاحِدًا، فَمِنْ ذَلِكَ الْجُزْءِ  
يَتَرَا حِمُّ الْخَلْقِ حَتَّى تَرْفَعَ الْفَرَسُ  
حَافِرَهَا عَنْ وِلْدَانِهَا خَشْيَةً أَنْ تُصِيبَهُ  
“Allah membagi rahmat (kasih sayang)  
menjadi seratus bagian. Allah menyimpan  
99 bagian di sisi-Nya dan menurunkan  
satu bagian ke muka bumi. Dengan sebab  
satu bagian tersebut makhluk saling  
berkasih sayang, sampai-sampai seekor  
kuda mengangkat kakinya dari anaknya  
karena khawatir menginjak anaknya.”  
(HR. al-Bukhari No. 6000).

Berbuat baik pada anak, salah satunya adalah memenuhi kebutuhan fisik, psikis, dan spiritual anak. Pemenuhan kebutuhan fisik antara lain: pemberian gizi yang baik dan stimulasi tumbuh kembang. Sedangkan kebutuhan psikis adalah pemberian kehangatan, kenyamanan, perhatian, dan sentuhan ke anak. Salah satu bentuk pemberian perhatian, kasih sayang berupa sentuhan pijat bayi. Pijat bayi yang dilaksanakan oleh ibu mampu menciptakan

*bonding attachment* diantara keduanya, sehingga relasi ibu bayi secara psikologis meningkat. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik melakukan pengabdian masyarakat berupa edukasi, roleplay mengenai pijat bayi bagi ibu yang membawa bayinya ke posyandu.

## METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan topik “pijat bayi sebagai upaya peningkatan bonding attachment ibu dan bayi di posyandu balita Dusun Monggang, Srimulyo, Piyungan, Bantul” ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2017.

Metode dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi hal-hal berikut: a) Pemeriksaan Tinggi Badan atau Panjang Badan (TB/PB) dan berat badan (BB), hasil ini kemudian dituangkan dalam Kartu Menuju Sehat (KMS) kemudian menyimpulkan status gizi bayi atau balita tersebut dalam grafik. Pengabdian memberikan kesimpulan status gizi dengan Z Score; b) Mengkaji karakteristik bayi atau balita meliputi: usia, jenis kelamin, status gizi (Z Score) dan karakteristik ibu meliputi: usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, dan penghasilan, c) Memberikan edukasi tentang pijat bayi meliputi: definisi, manfaat, dan teknik pijat bayi dengan gambar dan video, d) mengajarkan teknik pijat bayi dengan metode demonstrasi, dan masing-masing ibu mencoba ke bayinya didampingi oleh tim pengabdian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut hasil pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan, berupa hasil dokumentasi kegiatan serta analisis beberapa data penunjang.



Gambar 1. Edukasi manfaat dan Teknik Pijat Bayi pada Ibu

Tabel 1. Karakteristik Ibu di Posyandu Balita dusun Monggang (n=10)

Karakteristik Ibu	Frek	(%)
1. Usia		
<20 tahun	0	0
20 – 29 tahun	4	40
30 – 39 tahun	6	60
>40 tahun	0	0
2. Pendidikan terakhir		
SMP	1	10
SMA	4	40
Diploma/S1/ S2	5	50
3. Pekerjaan		
IRT	9	90
PNS	1	10
Swasta	0	0

Berdasarkan tabel 1. terkait karakteristik ibu menunjukkan bahwa mayoritas usia ibu rentang 30 – 39 tahun sejumlah 6 orang (60%), sedangkan pendidikan terakhir ibu mayoritas adalah Diploma/S1/S2 yakni 5 orang (50%) dengan pekerjaan hampir seluruhnya sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sejumlah 9 orang (90%).

Tabel 2. Karakteristik Bayi atau Balita di Posyandu Balita dusun Monggang (n=10)

Karakteristik Anak	frek	(%)
1. Usia		
7-12bulan	5	50
7-12 bulan	3	30
13-18 bulan	2	20
2. Jenis Kelamin		
Perempuan	4	40
Laki-laki	6	60
3. Z Score		
<-2 SD	0	0
-2 sd +2 SD	10	100
>+2 SD	0	0

Sumber: Data Primer (2017)

Berdasarkan tabel 2. tentang karakteristik bayi atau balita menunjukkan bahwa mayoritas kategori bayi yakni berusia 0 – 6 bulan sebanyak 5 orang (50%), dengan jenis kelamin mayoritas laki-laki sejumlah 6 orang (60%), dan keseluruhan anak memiliki TB/BB dengan perhitungan Z-score antara -2 sampai dengan +2 SD sejumlah 10 orang (100%).

Berdasarkan hasil pengkajian menggunakan kuesioner mengenai *bonding attachment* ibu dan bayi didapatkan skor rerata 3,85 yakni kategori baik. Pada analisis item terdapat skor rendah pada item: a) pada awal-awal menyusui ibu tidak sabar; b) ibu putus asa saat tidak mampu membuat bayi berhenti menangis; serta c) ibu takut memandikan bayi saat awal-awal menjadi ibu. Hal ini sejalan dengan penelitian Roesli (2001), bahwa pemijatan yang dilakukan pagi hari sebelum mandi, saat orang tua dan bayi memulai hari baru atau malam hari sebelum tidur akan membuat bayi dapat tidur lelap. Pijat bayi juga berfungsi meningkatkan ikatan kasih sayang orang tua dan anak (*bonding attachment*).

Pada perkembangan emosi anak, sentuhan orang tua adalah dasar perkembangan komunikasi, yang akan memupuk terbinanya cinta kasih, dan akhirnya menjadi penentu bagi anak untuk

secara potensial menjadi anak berbudi pekerti baik yang percaya diri.

Keterlibatan orang tua dalam hal ini adalah ibu sangat penting guna pertumbuhan dan perkembangan anak. Adapun manfaat dilaksanakannya pijat bayi antara lain: a) membantu proses pertumbuhan fisik, dimana pijat bayi berperan dalam peningkatan aktivitas nervus vagus dalam pencernaan. Nervus vagus ini membantu pengeluaran hormon-hormon penyerapan makanan dan menstimulasi motilitas lambung; b) meningkatkan fungsi kekebalan tubuh, yakni jumlah *natural killer cells* yang berfungsi melawan sel virus dan kanker; c) meningkatkan perkembangan motorik dan orientasi bayi, dimana nilai rata-rata anak yang sering dipijat 12 – 15 poin lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat berlangsung dengan lancar. Adapun prosedur pengabdian masyarakat meliputi: pengkajian awal karakteristik dan pengetahuan responden, kontrak waktu dan tempat dengan kader kesehatan, serta pada hari pelaksanaan peserta yang hadir cukup banyak dan antusias, acara dimulai terlambat 30 menit menunggu kelengkapan responden yang hadir, yakni dimulai pukul 09.30 WIB dan selesai pukul 11.30 WIB, respon ibu sangat baik dan merasa kegiatan ini bermanfaat.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa jumlah responden adalah 10 pasang ibu dan bayi atau balita, dengan karakteristik ibu mayoritas berusia 30 – 39 tahun sejumlah 6 orang (60%), pendidikan terakhir ibu mayoritas adalah Diploma/S1 yakni 5 orang (50%) dengan pekerjaan hampir seluruhnya sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sejumlah 9 orang (90%).

Karakteristik bayi atau balita menunjukkan bahwa mayoritas masuk ke dalam kategori bayi yakni berusia 0 – 6 bulan sebanyak 5 orang (50%), dengan jenis kelamin mayoritas laki-laki sejumlah 6 orang (60%), dan keseluruhan anak memiliki TB/BB dengan perhitungan Z-score antara -2 sampai dengan +2 SD. Nilai *bonding attachment* ibu dan bayi didapatkan skor rerata 3,85 yakni kategori baik, dengan skor rendah pada beberapa item: a) pada awal-awal menyusui ibu tidak sabar; b) ibu putus asa saat tidak mampu membuat bayi berhenti menangis; serta c) ibu takut memandikan bayi saat awal-awal menjadi ibu.

### Saran

Kedepannya, diperlukan suatu pelatihan yang lebih komprehensif terkait bermacam stimulus yang bisa diberikan ke bayi, selain pijat bayi dalam upaya tumbuh kembang bayi. Hal lain yang diharapkan bisa diupayakan adalah adanya peningkatan pengetahuan kader dan ibu di dusun Monggang. Metode yang dibutuhkan untuk penguatan kader di Posyandu Balita Monggang dengan pendekatan “*community empowerment*” yakni dengan memotivasi keterlibatan dan peran serta masyarakat dalam setiap tahapan kegiatan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adriana, D. 2013. *Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain pada Anak*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Anna, 2005. *Berbagai Masalah Tidur Pada Bayi*. [www.childrenclinic.com](http://www.childrenclinic.com) diakses pada tanggal 1 Maret 2016.
- Dowshen, S.A, Neil I, Elizabeth B. 2001. *Kids Health Guide for Parents Pregnancy to Age 5*. Mc.Graw-Hill Companies, USA.
- Field, T M. 2003. Stimulation of preterm infants. *Pediatr Rev*;24:4-11.

- Kementrian Kesehatan RI. 2009. Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang anak di tingkat pelayanan kesehatan dasar. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- McGrath, J.M, Thillet, M. & Cleave, L.V. 2007. Parent delivered infant massage: are we truly ready for implementation? *Newborn infant Nurs Rev*, 7(1):39-46
- Roesli, U. 2001. *Pedoman pijat bayi prematur dan bayi usia 0 – 3 bulan*. Jakarta: Trubus Agriwidya
- Rudolph, A M; Robert K. Kamey; Kim J. O. 2002. *Rudolph's: Fundamental of Pediatric. Third Edition*, the Mc GrawHill Companies, Inc, USA.
- Underdown A, Barlow J, Chung V, Stewart-Brown S. 2006. Massage intervention for promoting mental and physical health in infants aged under six months. *Cochrane Database Syst Rev*:CD005038.