

## PELATIHAN PIJAT BAYI SEBAGAI UPAYA *BOUNDING ATTACHMENT* DI DESA PANJI TAHUN 2023

Ketut Espana Giri<sup>1</sup>, Hesteria Friska Armynia Subratha<sup>2</sup>, Sumiati<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Prodi Kebidanan, Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha

e-mail: espana.giri@undiksha.ac.id, armynia.subratha@undiksha.ac.id, sumiati@undiksha.ac.id

### Abstrak

Pijat bayi diberikan untuk menimbulkan keterikatan antara ibu dan bayinya (*bonding attachment*) serta mengoptimalkan tumbuh kembang bayi. Desa Wisata Panji dipilih karena ibu-ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan belum mengetahui manfaat dan cara melakukan pijat bayi dengan benar. Tujuan pengabdian yaitu memberikan edukasi tentang manfaat pijat bayi salah satunya sebagai *bonding attachment* dan melatih ibu melakukan pijat bayi dengan tehnik yang benar. Peserta pelatihan sebanyak 30 orang. Pelatihan diberikan melalui 2 tahap, pertama pemberian edukasi pijat bayi dan tahap kedua melatih cara memijat bayi. Hasil pelatihan menunjukkan bahwa pada tahap pemberian edukasi, ibu dapat menjawab pertanyaan dengan benar (100%). Tahap keterampilan menggunakan checklist, ibu dinyatakan terampil setelah tiga kali melakukan tehnik pijat bayi dengan benar dan *bonding attachment* (66,7%). Kesimpulan pengabdian ini adalah ibu dinyatakan terampil setelah melakukan pijat bayi sebanyak tiga kali dan pijat bayi sangat efektif dalam meningkatkan *bonding attachment*.

**Kata kunci:** Pijat Bayi, *Bonding Attachment*

### Abstract

Baby massage is given to create a bond between mother and baby (*bonding attachment*) and optimize the baby's growth and development. Panji Tourism Village was chosen because mothers who have babies aged 0-12 months do not yet know the benefits and how to do baby massage correctly. The aim of the service is to provide education about the benefits of baby massage, one of which is as a *bonding attachment* and training mothers to do baby massage with the correct technique. There were 30 training participants. The training is given in 2 phase, the first is providing education on baby massage and the second phase is training on how to massage babies. The results of the training showed that at the phase of providing education, mothers were able to answer questions correctly (100%). In the skill phase of using a checklist, the mother is declared skilled after performing the baby massage technique three times (.). The conclusion of this service is that the mother is declared skilled after doing baby massage three times and baby massage is very effective in increasing *bonding attachment*.

**Keywords:** Baby Massage, *Bonding Attachment*

## PENDAHULUAN

Permasalahan Angka Kematian Bayi (AKB) di Kabupaten Buleleng masih membutuhkan perhatian khusus. AKB di Kabupaten Buleleng tahun 2020 mengalami peningkatan menjadi 6,9/1.000KH dari 5,8/1.000 KH (tahun 2019) (Buleleng, 2020). AKB sangat berkaitan dengan kemampuan seorang ibu untuk merawat bayinya sejak dilahirkan. Ibu nifas terutama primipara membutuhkan pendampingan dalam merawat bayi, hal ini disebabkan karena belum adanya pengalaman merawat bayi. Hasil penelitian menemukan pentingnya memberikan dukungan kepada ibu nifas dalam menyusui dan merawat bayinya (Shariat & Abedinia, 2017). Selain pengalaman, pengetahuan ibu nifas juga menjadi salah satu faktor penyebab rendahnya kemampuan ibu merawat bayi.

Tumbuh kembang bayi akan optimal apabila kebutuhan pengasuhan (asuh), kasih sayang (asih), dan stimulasi (asah) diberikan secara maksimal. Salah satu stimulasi pada anak adalah dengan memberikan pijatan (Kemenkes RI, 2023). Seiring perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, para pakar kesehatan modern telah membuktikan secara ilmiah bahwa terapi sentuh dan pijat bayi memiliki banyak manfaat terutama bila dilakukan oleh orang tua sendiri. Manfaat pijat bayi memiliki banyak manfaat yang belum diketahui oleh ibu, seperti meningkatkan kualitas tidur anak, melancarkan peredaran darah, membantu metabolisme pencernaan, dan membangun keterikatan ibu dan anak. Pijat bayi merupakan bagian dari terapi sentuhan yang dilakukan dengan kontak tubuh dan memberikan perasaan aman pada bayi dan mempererat tali kasih orang tua dengan bayi (*bounding attachment*) (Saputri, 2019). Stimulasi pijat bayi usia 0-12 bulan dapat merangsang 100 milyar sel otak anak, sehingga pada usia ini disebut sebagai *golden age* (Dewi, 2017). Pijat bayi juga bermanfaat untuk meningkatkan berat badan bayi terutama bayi lahir dengan berat badan rendah. Pijat bayi dapat meningkatkan frekuensi dan durasi menyusui sehingga dapat meningkatkan berat badan dengan cepat (Darma Sakti Tanjung, Ritonga, & Ramadayani, 2022).

Pijat bayi sangat mudah dipelajari dan ekonomis karena hanya memerlukan alas bayi dan minyak atau *baby oil* namun hanya beberapa ibu saja yang dapat melakukan pijat bayi dengan rutin dan teknik yang benar. Kurangnya informasi dan motivasi menjadi penyebab pijat bayi jarang dilakukan. Ibu lebih percaya kepada orang lain seperti jasa baby spa, ibu mertua atau orang yang lebih berpengalaman untuk melakukan pijat bayi. Ibu belum memahami manfaat pijat bayi bagi dirinya sendiri dan bayinya.

Pemerintah sudah melakukan berbagai upaya untuk membantu ibu melakukan *bounding attachment* yaitu dengan memberikan promotif terkait pijat bayi melalui tenaga kesehatan dan kader (Wardani, 2023) Upaya lain yang dapat dilakukan adalah dengan pemberian pelayanan neonatal esensial menurut Permenkes No. 21 Tahun 2021 dimana pelayanan minimal dilakukan sebanyak 3 kali kunjungan, yaitu 1 (satu) kali pada umur 6-48 jam (KN1); 1 (satu) kali pada umur 3-7 hari (KN2); dan 1 (satu) kali pada umur 8-28 hari (KN3) (Permenkes, 2021). Upaya-upaya tersebut masih belum maksimal dilaksanakan di masyarakat karena masih kurangnya pengetahuan ibu tentang pijat bayi karena tidak mendapatkan informasi pijat bayi (Sri & Rosa Susanti, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pengabdian melalui hasil survey mawas diri dalam kegiatan PKL mahasiswa kebidanan dan melalui wawancara dengan bidan desa, diketahui bahwa pelatihan mengenai pijat bayi sebagai upaya *bounding attachment* masih jarang dijumpai dan belum pernah dilakukan di Desa Panji, Kabupaten Buleleng. Berdasarkan hal tersebut, pengabdian tertarik memberikan pelatihan kepada ibu-ibu yang berdomisili di Desa Panji dalam melakukan pijat bayi sebagai upaya *bounding attachment*.

## METODE

Pengabdian diikuti oleh ibu-ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan yang berdomisili di Desa Panji sebanyak 33 orang. Kegiatan pengabdian ini terdiri dari 3 tahap yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Tahap

persiapan dilakukan pada saat penjajagan dan pendekatan kepada Kepala Desa Panji, Bidan Desa Panji dan studi pendahuluan ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 0-12 bulan. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan memberikan informasi tentang pijat bayi dan pelatihan cara melakukan pijat bayi yang benar. Tahap evaluasi dilakukan dengan melakukan penilaian pengetahuan dan keterampilan ibu melakukan pijat bayi sekaligus penilaian *bounding attachment*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap pelaksanaan kegiatan diperoleh hasil sebagai berikut:

### 1. Karakteristik Peserta Pelatihan

Karakteristik ibu-ibu yang mengikuti kegiatan sebagian besar berusia 25-35 tahun yaitu sebanyak 20 orang (66,7%). Usia mempengaruhi ibu melakukan pijat bayi, karena semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir. Usia 20-30 tahun adalah usia yang tepat bagi seorang perempuan untuk melahirkan seorang anak. Usia mempengaruhi keberhasilan *bounding attachment* (Susilawati, Dewayani, Oktaviani, & Subekti, 2020).

Paritas ibu sebagian besar multipara yaitu melahirkan 2-3 anak sebanyak 15 orang (50%). Pada ibu multiparitas sudah memiliki pengalaman mengasuh anak dari sebelumnya. Proses persalinan dan lamanya persalinan hingga komplikasi yang dialami setelah persalinan dapat mempengaruhi psikologis ibu sehingga berpengaruh pada kemampuan ibu melakukan pijat bayi dan *bounding attachment* (Rahmawati, Warsini, & Lismidiati, 2022).

Pendidikan terakhir ibu sebagian besar adalah SMA yaitu 15 orang (50%) dan sebanyak 7 orang (23,3%) perguruan tinggi/akademik. Terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan terakhir ibu dengan melakukan pijat bayi sebagai upaya *bounding attachment* (Sri & Rosa Susanti, 2022).

### 2. Pengetahuan Tentang Pijat Bayi

Peningkatan pengetahuan ibu dilakukan dengan pemberian informasi tentang pijat bayi. Pengabdian

menggunakan *power point* dengan harapan dapat membantu ibu lebih memahami definisi pijat bayi, manfaat, persiapan alat, kapan melakukan pijat bayi, hal-hal yang perlu diperhatikan saat pijat, dan langkah-langkah pijat bayi. Pengetahuan ibu dievaluasi dengan memberikan pertanyaan langsung setelah pemaparan materi. Sebagian besar ibu-ibu sudah memahami tentang pijat bayi, ini dibuktikan dengan pemberian pertanyaan lisan dan dapat dijawab oleh ibu dengan benar. Dari 5 pertanyaan lisan yang diajukan semua terjawab dengan benar. Ini membuktikan bahwa ibu sudah memahami pengertian, manfaat dan kapan boleh melakukan pijat bayi.

Sebagian besar ibu belum mengetahui tentang elemen-elemen serta keuntungan dan hambatan dari *bounding attachment*. Beberapa elemen *bounding attachment* adalah sentuhan, kontak mata, suara, aroma dan kontak dini setelah lahir. Keuntungan *bounding attachment* antara lain bayi merasa dicintai, diperhatikan, mempercayai, dan bayi merasa aman. Hambatan *bounding attachment* adalah kurangnya support sistem, ibu dengan sakit, bayi dengan resiko (BBLR, bayi sakit, bayi cacat) dan bayi tidak diinginkan. Hasil pengabdian ditemukan adanya pengetahuan ibu yang belum memahami tentang pijat bayi sehingga ibu tidak melakukan pijat bayi secara teratur. Semakin tinggi pengetahuan seseorang semakin mudah menerima informasi yang baru, begitupula sebaliknya. Pada hasil sebuah penelitian menyebutkan adanya pengetahuan ibu yang dalam kategori kurang menyebabkan ibu tidak melakukan pijat bayi (Yuliyanti, 2015) (Amri, 2022) padahal dalam penelitian ditemukan banyak manfaat pijat bayi diantaranya dapat membantu bayi menjadi lebih rileks sehingga bayi dapat tenang dan tertidur (Saddiyah Rangkuti, 2021).

### 3. Keterampilan Pijat Bayi

Tim pengabdian mendemonstrasikan cara pijat bayi dengan menggunakan *phantom*. Setelah tim mempraktekkan, diikuti oleh ibu-ibu yang memiliki bayi usia

0-12 bulan dengan mempraktekkan langsung kepada bayinya dan dinilai oleh tim dengan menggunakan *checklist*. Keterampilan ibu dievaluasi dengan penilaian *checklist* pijat bayi. Sebanyak 20 ibu (66,7%) mampu melakukan pijat bayi dengan tehnik yang benar setelah melakukan tiga kali latihan. Penelitian menyebutkan bahwa pengetahuan ibu dapat mempengaruhi keterampilan ibu melakukan pijat bayi (Fauzi, 2023).

#### 4. Keberhasilan Bounding Attachment

Dari 30 peserta yang mengikuti pelatihan, sebagian besar yaitu 20 ibu (66,7%) sudah dapat melakukan pijat bayi sekaligus melakukan *bounding attachment*. Penilaian *bounding attachment* menggunakan *Postpartum Bounding Questionnaire (PBQ)* (Ghahremani et al., 2019) yaitu suatu alat yang digunakan untuk menilai hubungan ikatan kasih sayang ibu terhadap bayinya, jumlah pertanyaan sebanyak 25 pertanyaan dan hasilnya dibagi menjadi 4 kategori yaitu:

- a. Terjalin hubungan yang baik
- b. Ikatan yang rusak
- c. Penolakan dan kemarahan patologis
- d. Kecemasan yang berfokus pada bayi

Dari hasil penilaian PBQ dapat dinyatakan bahwa ibu-ibu yang melakukan pijat bayi termasuk dalam kategori dapat menjalin hubungan yang baik antara ibu dengan bayinya. Pada penelitian juga dinyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pijat bayi dengan *bounding attachment* dan keberhasilan *bounding attachment* didukung oleh kesehatan emosional orang tua, dukungan keluarga, dan kedekatan atau kecocokan bayi dengan orang tua (Wahyuni, Kurniawati, & Rasni, 2018).

Sentuhan orang tua adalah dasar perkembangan komunikasi yang akan memupuk terbinanya cinta kasih dan akhirnya akan menjadi penentu bagi anak secara potensial menjadi anak berbudi pekerti baik dan percaya diri (Rahmah, 2019).



Gambar 1. Pemberian Informasi Pijat Bayi



Gambar 2. Demonstrasi Pijat Bayi

#### KESIMPULAN

Kesimpulan pengabdian ini yaitu:

1. Terjalin kerjasama lintas sektoral dalam memberdayakan perempuan dalam mengoptimalkan *bounding attachment* antara ibu dan bayi melalui pijat bayi.
2. Tumbuhnya partisipasi ibu yang memiliki bayi dan membangun kepercayaan diri dalam merawat anak.
3. Meningkatnya pengetahuan ibu tentang pijat bayi dalam melakukan pijat bayi sebagai upaya *bounding attachment* sehingga tercipta generasi yang sehat dan cerdas.
4. Meningkatnya keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi sehingga dapat mengurangi ketergantungan ibu pada orang lain seperti terapis, ibu mertua dan bidan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amri, S. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Terhadap Pijat Bayi di BPM Wulansari Kecamatan Binjai Timur Kotamadya Binjai tahun 2019. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 5(1), 76–81.
- Buleleng, D. K. K. (2020). Profil Kesehatan Kabupaten Buleleng 2020. *Dinas Kesehatan Buleleng*, 100.
- Darma Sakti Tanjung, R., Ritonga, S., & Ramadayani, D. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Usia 1-6 Bulan Di Klinik Fina Sembiring Kelurahan Sari Rejo Kota Medan Tahun 2022. *Gentle Birth*, 5(2), 78–84.
- Dewi, L. A. P. (2017). Peranan Orang Tua Dalam Pembentukan Karakter Dan Tumbuh Kembang Anak. *Pratama Widya*, 2(2), 83–91.
- Fauzi, D. R. P. A. M. M. H. (2023). Pengaruh Edukasi Dan Keterampilan Dasar Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Pijat Bayi Terhadap Kemampuan Wanita Produktif Di Wilayah Kerja Imperium Rare Kumara Kelurahan Manggarai Kecamatan Tebet Jakarta Selatan Tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1065–1078.
- Ghahremani, S., Arian, H., Ghahremani, S., Rakhshanizadeh, F., Rahimi, R., & Ghazanfarpour, M. (2019). Factorial Structures of Postpartum Bonding Questionnaire (PBQ): A Systematic Review. *International Journal of Pediatrics-Mashhad*, 7(4), 9295–9303. <https://doi.org/10.22038/ijp.2018.36262.3164>
- Kemendes RI. (2023). Pijat Pada Bayi. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Permenkes. (2021). *2021-Permenkes-nomor-21 Tahun 2021\_yan hamil dst.pdf*.
- Rahmah, W. (2019). Baby Massage As A Bonding Attachment Enhancement Effort Through Mother Empowerment In Posyandu Balita Dusun Mongg. *Jurnal Abdimas Madani*, 1(1), 67–71.
- Rahmawati, A., Warsini, S., & Lismidiati, W. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi bonding attachment pada ibu post partum di RSUD Kota Jombang. *Jurnal Keperawatan*, 20(2), 40–50.
- Saddiyah Rangkuti. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Dewi Suyanti Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JURKESMAS)*, 1(1), 34–42. <https://doi.org/10.53842/jkm.v1i1.10>
- Saputri, N. (2019). Pentingnya Manfaat Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3, 49–52. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v3i2.2844>
- Shariat, M., & Abedinia, N. (2017). The Effect Of Psychological Intervention On Mother-Infant Bounding And Breastfeeding. *Iranian Journal of Neonatology*, 8(1), 7–15. <https://doi.org/10.22038/ijn.2017.16673.1191>
- Sri, N., & Rosa Susanti. (2022). Hubungan Pendidikan Dan Informasi Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi. *JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa*, 1(1), 59–64.
- Susilawati, B., Dewayani, E. R., Oktaviani, W., & Subekti, A. R. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Post Partum Blues. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*, 5(1), 77–86.
- Wahyuni, S., Kurniawati, D., & Rasni, H. (2018). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Bounding Attachment di Ruang Dahlia RSD dr. Soebandi Jember. *Pustaka Kesehatan*, 6(2), 323. <https://doi.org/10.19184/pk.v6i2.7782>
- Wardani, I. K. F. (2023). Pelatihan Dan Pendampingan Pijat Bayi Pada Ibu Yang Memiliki Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Bantarjaya Kabupaten Bekasi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(1), 268. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i1.12716>
- Yuliyanti. (2015). *Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Bounding Attachment di BPS Yustina Sudarwati, AM. Keb. Tangen, Sragen*.