

Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat

Vol. 3, No. 3, Desember 2019, Hal. 355-

ISSN: 2580-2569; e-ISSN: 2656-0542

DOI: <https://doi.org/10.12928/jp.v3i3.1168>

Pelatihan dan pendampingan pijat bayi pada kader POSYANDU sebagai stimulasi tumbuh kembang balita di Tegalrejo, Kota Yogyakarta

Reni Merta Kusuma, Silvia Ari Agustina, Dwi Susanti

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Ringroad Barat, Ambarketawang,
Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55294

Email: join.reni@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan tumbuh kembang bayi dan balita terjadi di wilayah Tegalrejo. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini untuk memecahkan masalah tumbuh kembang bayi di Kelurahan Bener dan Kelurahan Kricak, Kecamatan Tegalrejo, Kota Yogyakarta. Masalah yang ditemukan banyaknya anak yang mengalami sulit makan yang merupakan awal masalah terjadinya gizi buruk bagi anak. Masalah gizi buruk dapat diantisipasi sejak masih bayi. Salah satunya dengan memberikan stimulasi dengan terapi sentuhan yaitu pijat bayi. Pijat bayi yang dilakukan secara berkala dan berkelanjutan akan merangsang nervus vagus bayi dan menimbulkan nafsu makan. Agar bayi dapat dipijat secara berkala dan bersinambungan, maka tenaga kesehatan membutuhkan perpanjangan tangan yaitu mengoptimalkan peran kader. Kader dibekali dengan pelatihan dan pendampingan pijat bayi selama 3 bulan. Kemampuan kader dalam melakukan pijat bayi dapat meningkat dari sebelum pelatihan dan pendampingan. Pengetahuan kader posyandu balita juga bertambah sehingga persepsi dan perlakuan terhadap bayi menjadi lebih baik. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat ini kemampuan kader melakukan pijat semakin meningkat, beberapa bayi yang mengalami masalah pertumbuhan dan perkembangan dapat diketahui lebih awal, bayi semakin sehat, tenaga kesehatan dan tokoh masyarakat menyambut baik karena ada salah satu langkah yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah gizi pada balita.

Kata kunci: pijat bayi, kader, stimulasi

ABSTRACT

Growth problems for infants and toddlers occur in the Tegalrejo region. The purpose of community service is to solve the problem of growth and development of infants in the Village of Bener and Village Kricak, District Tegalrejo, Yogyakarta City. The problem found by many children who have difficulty eating is the beginning of the problem of malnutrition for children. Malnutrition problems can be anticipated since I was a baby. One of them by providing stimulation with touch therapy is baby massage. A regular and ongoing baby massage will stimulate the baby's vagus nerve and cause appetite. So that the baby can be massaged regularly and continuously, then health workers need an extension of the hand that is optimizing the role of cadres. Cadres are equipped with training and assistance for infant massage for 3 months. The ability of cadres to do baby massage can improve from before training and mentoring. The knowledge of posyandu toddlers is also increasing so that the perception and treatment of babies is better. The results of community service have increased the ability of cadres to massage, some babies who experience growth and development problems can be known earlier, babies are healthier, health workers and community leaders are welcomed because there is one step that can be done to overcome nutritional problems in toddler.

Keywords : *baby massage, cadre, stimulation*

PENDAHULUAN

Seorang anak membutuhkan dukungan agar dapat melalui masa tumbuh kembangnya secara normal. Tumbuh kembang anak dimulai sejak dalam kandungan. Program 1000 Hari Pertama Kehidupan menyebutkan bahwa pertumbuhan dan perkembangan anak dimulai sejak terjadi konsepsi sampai 2 tahun pertama kelahirannya. Dalam program tersebut, sejak dalam kandungan anak sudah mulai diperhatikan kecukupan asupan nutrisi yang sehat guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan. Setelah bayi lahir, selain nutrisi yang diberikan juga diberikan stimulasi untuk mendukung perkembangannya.

Pertumbuhan dan perkembangan anak dipantau sesuai dengan usianya. Pemantauan tersebut bertujuan untuk mendeteksi secara dini jika ditemukan masalah. Anak usia kurang dari 2 tahun untuk perkembangannya dipantau setiap 3 bulan sekali. Setelah anak berusia 2 tahun pemantau perkembangan dilakukan setiap 6 bulan sekali. Pemantauan pertumbuhan anak dilakukan setiap bulan sekali (Kementerian Kesehatan RI, 2015).

Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan di dalam masyarakat dilakukan dalam kegiatan posyandu balita. Posyandu dalam hal ini adalah perpanjangan tangan dari puskesmas, sehingga program dari kementerian kesehatan dapat diimplementasikan sampai ke masyarakat melalui kegiatan posyandu. Namun sayangnya tidak semua posyandu memberikan pelayanan pendeteksian dini tumbuh kembang balita.

Menurut hasil Pemantauan Gizi Nasional tahun 2016 di Indonesia sebanyak 3,4% balita mempunyai status gizi buruk dan 14,4% balita mempunyai status gizi kurang, sedangkan di Daerah Istimewa Yogyakarta ada 2,1 % mengalami gizi buruk dan 13,8% mengalami gizi kurang (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Pada tahun 2016 kasus gizi buruk terbanyak berada di Kota Yogyakarta yakni 96 orang, kedua Kabupaten Bantul 43 orang, kemudian Sleman 32 orang, Kulonprogo 31 orang, dan Gunungkidul 27 orang. Balita yang mengalami gizi buruk di Kota Yogyakarta tahun 2014 sebesar 0,67%. Angka tersebut lebih besar dari tahun sebelumnya (Dinas Kesehatan DIY, 2017).

Kota Yogyakarta terdiri dari 14 kecamatan. Salah satunya adalah Kecamatan Tegalrejo. Wilayah Tegalrejo termasuk perkotaan dengan padatnya bangunan perumahan dan pertokoan serta pusat-pusat bisnis dan pendidikan. Kecamatan Tegalrejo sendiri terdiri dari 4 Kelurahan memiliki 46 RW dan 188 RT. Keempat kelurahan tersebut adalah Kelurahan Kricak, Kelurahan Karangwaru, Kelurahan Tegalrejo, dan Kelurahan Bener. Pengabdian kepada masyarakat ini akan dilaksanakan di Kelurahan Bener dan Kelurahan Kricak.

Di Kelurahan Bener dan Kelurahan Kricak terdapat balita yang mengalami permasalahan pertumbuhan. Masalah pertumbuhan yang tidak diperhatikan dapat berakhir pada gizi buruk dan gizi lebih. Balita harus diupayakan untuk dapat terus dalam gizi normal. Permasalahan yang ditemukan dari hasil wawancara dengan beberapa orang tua anak adalah anak sulit makan. Kesulitan makan yang terjadi di desa tersebut dimulai sejak anak berusia 7-12 bulan. Masalah kesulitan makan ini terus berlanjut sampai masa balita. Banyak yang telah dilakukan oleh orang tua agar anak mau makan, namun perubahan pola makan anak tidak terlalu signifikan. Padahal jika anak mengalami sulit makan ini dapat berdampak pada pertumbuhan anak. Jika orang tua tidak perhatian kepada anak secara khusus, maka anak dapat masuk pada kriteria gizi buruk. Gizi buruk terindikasi dari berat badan anak berada di bawah garis merah pada grafik buku KIA (Kesehatan Ibu dan Anak). Pertumbuhan yang terganggu juga akan memengaruhi perkembangan anak.

Kesulitan makan dapat diantisipasi sejak usia anak 0-12 bulan atau masa bayi. Sewaktu anak masuk pada masa bayi, anak diberi stimulasi agar terjadi peningkatan *tonus nervus vagus* yang berhubungan dengan berat badan dan keinginan makan. Stimulasi yang dimaksudkan adalah terapi sentuh atau dikenal dengan pijat bayi. Pijat bayi dapat menstimulasi banyak nervus salah satunya *nervus vagus*. *Nervus vagus* adalah saraf otak ke-10 yang dapat menyebabkan terjadinya peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin. Stimulasi

pada *nervus vagus* dapat dilakukan dengan melakukan pijat bayi. Pijat bayi yang dilakukan secara berkelanjutan akan berdampak baik bagi kinerja *nervus vagus* yang akhirnya dapat mengurangi masalah sulit makan pada anak (Roesli, 2016).

Pemijatan bayi tidak hanya berdampak pada peningkatan nafsu makan yang dapat mendukung pertumbuhan bayi, tetapi juga sebagai salah satu stimulasi dini perkembangan bayi. Perkembangan balita terutama harus dapat terdeteksi secara dini. Jika seorang terdeteksi secara dini mengalami keterlambatan perkembangan, maka penanganannya dapat diberikan lebih dini sehingga kegagalan perkembangan dapat dihindarkan.

Stimulasi sentuh yang diberikan kepada anak berkaitan juga dengan kemampuan bersosialisasi. Sentuhan yang diberikan kepada bayi terdapat makna mengajarkan komunikasi kepada bayi. Komunikasi yang diajarkan lebih kepada komunikasi non verbal. Proses tersebut yang dapat memberikan kemampuan bersosialisasi. Sentuhan yang diberikan dapat berupa belaian lembut sebagai ekspresi kasih sayang dan perhatian dari orang tua dan sentuhan. Kemampuan bersosialisasi merupakan salah satu aspek penting yang dinilai dalam tahap perkembangan anak (Kementerian Kesehatan RI, 2015; Heath, Alan dan Bainbridge, Nikki, 2006).

Terapi sentuh yang dilakukan kepada bayi dapat memberikan stimulasi. Stimulasi dalam bentuk pijat bayi ini dapat bermanfaat untuk meningkatkan kesadaran fisik, kekuatan otot-otot dan membuat persendian lebih lentur. Kekuatan otot-otot dan kelenturan sendi yang terstimulasi dapat mendukung perkembangan bayi untuk menguasai kemampuan motorik halus dan motorik kasar. Penguasaan dari motorik halus dan motorik kasar juga menjadi bagian aspek penilaian perkembangan anak. Aspek-aspek penguasaan perkembangan terdapat dalam KPSP atau Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (Kementerian Kesehatan RI, 2015; Heath, Alan dan Bainbridge, Nikki, 2006).

Berdasarkan uraian di atas, pengabdian kepada masyarakat yang akan dilakukan di Kelurahan Bener dan Kelurahan Kricak adalah pemberian pelatihan kepada kader terkait dengan pijat bayi dan dampak pijat bayi yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pada akhirnya para kader yang dilatih dapat melakukan pijat bayi secara mandiri dan percaya diri. Kader diberi kewajiban untuk mengajarkan pijat bayi dan mendampingi ibu-ibu di Kelurahan Bener dan Kelurahan Kricak, Kecamatan Tegalrejo, Kota Yogyakarta yang memiliki bayi usia 3-12 bulan agar mampu melakukan pijat bayi kepada anaknya masing-masing.

Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini untuk meningkatkan pemahaman kader tentang arti penting sentuhan bagi bayi usia 3-12 bulan, melatih pijat bayi kepada kader posyandu balita, dan mendampingi kader saat mengajarkan ibu-ibu yang memiliki bayi 3-12 bulan melakukan pijat bayi. Manfaat dari pengabdian kepada masyarakat ini bagi kader dapat lebih memahami pentingnya arti sentuhan kepada bayi dan mampu melakukan pijat bayi untuk memotivasi orang tua yang memiliki bayi agar bayi diberi terapi sentuh atau pijat bayi guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan, bagi ibu mampu menumbuhkan *bonding attachment* antara ibu dan bayi serta mampu mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi, dan bagi profesi menjadi salah satu upaya pemberdayaan masyarakat agar derajat kesehatan dapat ditingkatkan dengan cara memberikan stimulasi mulai dari bayi untuk mendukung tumbuh kembang bayi.

METODE

Metode pengabdian dilakukan dengan pengetahuan dan pelatihan sebagai solusi permasalahan yang ada di masyarakat. Solusi dari permasalahan di Kelurahan Bener dan Kelurahan Kricak, Kecamatan Tegalrejo, Kota Yogyakarta dimulai dari tahap pengetahuan sampai tahap kemampuan melakukan dan mengajarkan pijat bayi kepada ibu yang memiliki bayi. Berikut tahapan solusinya:

1. Penanaman konsep pentingnya setuhan kepada bayi

Penanaman konsep tentang bayi lengkap dengan pertumbuhan dan perkembangan merupakan langkah awal yang wajib dikerjakan. Seseorang dapat melakukan suatu tindakan sesuai dengan tujuan, jika orang tersebut memahami dengan benar bahwa tindakan yang dilakukan merupakan tindakan yang wajib dikerjakan (Priyoto, 2014).

Demikian juga yang akan dilakukan oleh kader. Awalnya kader akan dikumpulkan untuk diberi pemahaman tentang *Gold Period* yang terjadi pada masa balita. Penanaman konsep tersebut dikemas dalam bentuk penyuluhan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Dalam materi penyuluhan kepada kader akan disampaikan materi sebagai berikut konsep tentang bayi, tahap pertumbuhan dan perkembangan bayi, stimulasi yang tepat diberikan kepada bayi, dan konsep tentang terapi sentuh atau pijat bayi. Penyuluhan dikemas dalam bentuk ceramah dan tanya jawab. Tanya jawab lebih ke arah diskusi bersama antara pengabdian dan kader. Di dalam penyuluhan disediakan waktu untuk melakukan tanya jawab agar semua yang ingin diketahui oleh kader dapat terungkap dan dibahas dalam penyuluhan tersebut.

Penyuluhan dan diskusi yang dilakukan sebagai salah upaya dari pengabdian agar konsep tentang *Gold Period* ini dapat tersampaikan dengan jelas dan terjadi internalisasi di dalam diri kader. Pada saat peserta melakukan diskusi berarti masuk pada tahap partisipasi. Peserta secara aktif mengikuti pembelajaran sehingga 70% materi yang dapat diingat. Tujuh tahap ini digunakan untuk memunculkan fase internalisasi dari materi yang disampaikan. Internalisasi tersebut menjadi salah satu dasar dalam pelaksanaan pijat bayi tidak ada yang salah atau benar. Hal tersebut dikarenakan inti dari pijat bayi adalah kebersamaan dan saling bersentuhan secara fisik dan emosi (Heath, Alan dan Bainbridge, Nikki, 2006).

2. Demonstrasi pelaksanaan pijat bayi

Penanaman konsep yang sudah dilakukan dilanjutkan dengan demonstrasi pelaksanaan pijat bayi. Berdasarkan piramida pembelajaran menurut Edgar Dale dalam Anderson, pembelajaran dengan cara demonstrasi merupakan pembelajaran pasif. Peserta ajar secara pasif menerima informasi dari pengajar. Retensi dari pengalaman belajar jenis demonstrasi ini hanya 50% dari materi yang didengar dan dilihat. Model pembelajaran demonstrasi ini lebih dititikberatkan dari penerimaan secara visual (Anderson, Heidi Milia, 2018).

Peserta diajak untuk mengikuti demonstrasi pijat bayi. Peserta menyaksikan pelaksanaan pijat bayi mulai dari persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi dari tindakan yang telah dikerjakan. Harapannya 50% dari materi yang diterima melalui pendengaran dan penglihatan dapat diingat untuk bekal praktik pijat bayi (Anderson, Heidi Milia, 2018).

Tahap demonstrasi ini merupakan salah satu tahap yang penting agar peserta pelatihan dapat melakukan pijat bayi secara benar. Dalam demonstrasi, pemateri akan memberikan contoh pelaksanaan pijat bayi. Di dalam proses demonstrasi tersebut dimungkinkan juga terjadi diskusi, ulasan teori, dan contoh pelaksanaan pijat bayi.

3. Praktik melakukan pijat bayi

Edgar Dale dalam Anderson menuliskan bahwa praktik merupakan salah satu jenis metode pembelajaran aktif bagi peserta. Peserta diminta untuk melakukan tindakan yang mirip dengan keadaan aslinya (*simulating the real experience*). Peserta diminta untuk melakukan pijat bayi, sehingga harapannya 90% pengalaman belajar dari pelaksanaan pijat bayi dapat tersimpan dalam pikiran peserta (Anderson, Heidi Milia, 2018).

Peserta secara aktif ikut serta dalam proses pembelajaran. Peserta melakukan pijat bayi dengan phantom bayi. Peserta mempraktikkan pijat bayi sesuai teori yang telah diberikan oleh pemateri mulai dari langkah pertama sampai langkah terakhir.

Tahap praktik pijat bayi pada *phantom* bayi ini penting dilakukan agar kesalahan dalam melakukan pijat bayi dapat minimalisir, meskipun para ahli mengemukakan bahwa tidak ada yang benar dan salah dalam memijat bayi. Setidaknya prinsip-prinsip penting tetap dipegang untuk melaksanakan pijat bayi, sehingga membawa dampak yang baik bagi bayi.

Tahap praktik ini merupakan bagian berkelanjutan untuk peserta agar peserta benar-benar siap dalam melaksanakan pijat bayi dengan bayi sesungguhnya. Selain itu tahap praktik ini dapat menambah kepercayaan diri peserta dalam melakukan pijat bayi.

4. Penilaian dan evaluasi pelaksanaan pijat bayi

Agar semua tahap pembelajaran untuk mampu melakukan pijat bayi benar-benar tersampaikan kepada peserta, pengabdian dan pemateri akan memberikan penilaian dan evaluasi pijat bayi. Penilaian dilakukan secara teori dan praktik. Untuk penilaian teori, peserta diminta untuk menjawab pertanyaan dari teori pijat bayi sudah diberikan. Penilaian praktikum dilakukan dengan cara peserta diminta melakukan pijat bayi dan tindakan yang dilakukan dicocokkan dengan tahap pelaksanaan pijat bayi.

Hasil dari penilaian akan disampaikan secara garis besar kepada peserta. Ketidaktepatan dalam melakukan pijat bayi menjadi bahan evaluasi dan pembahasan bersama agar hal-hal yang kurang sesuai atau menyalahi prinsip pijat bayi dapat dihindarkan atau jika sulit dapat dimimalisir.

5. Pendampingan kader melakukan pijat bayi

Setelah kader mendapatkan pelatihan bersertifikat tentang pijat bayi mulai dari teori pijat bayi sampai praktik melakukan pijat bayi, langkah selanjutnya adalah kader melakukan pijat bayi langsung kepada bayi usia 3-12 bulan yang ada di dalam wilayah posyandu kader tersebut. Kader mulai mempraktikkan pijat bayi kepada bayi yang sesungguhnya, bukan *phantom* bayi lagi. Langkah-langkah pijat bayi yang dilakukan kepada bayi yang sesungguhnya sama dengan pelatihan pijat bayi, hanya bedanya ekspresi dan emosional kader harus lebih diperlihatkan.

Tahap ini merupakan tahap kader mulai benar-benar menerapkan tentang filosofi pijat bayi, yaitu tidak ada yang salah dan benar dalam melakukan pijat bayi. Penerapan prinsip tidak ada salah dan benar dalam melakukan pijat bayi bukan berarti melakukan dengan cara sembarangan. Pemijatan kepada bayi dilakukan sesuai dengan teori namun tidak ada keharusan selama proses memijat bayi.

6. Pemberdayaan kader mendampingi ibu melakukan pijat bayi

Selain melakukan pijat bayi, kader juga diminta mengajarkan cara melakukan pijat bayi kepada orang tua bayi terutama kepada ibu. Kader diminta untuk memberikan dukungan agar orang tua bayi bersedia memijat bayi secara berkala. Pendampingan dan pengajaran pijat bayi oleh kader kepada ibu (tidak terlalu fokus kepada ayah bayi) dengan alasan di dalam kebiasaan masyarakat setempat masih kental dengan budaya patriakal.

Budaya patriakal memberi pemahaman kepada masyarakat bahwa tugas seorang ayah adalah mencari nafkah dan tugas seorang ibu mendidik dan mengasuh anak di rumah. Terlepas dari budaya tersebut, kader diminta untuk mendukung dan memotivasi orang tua agar orang tua secara berkelanjutan dan konsisten berkala memberikan pijatan kepada bayinya masing-masing.

Dukungan dan motivasi kepada orang tua ini menjadi salah satu poin penting dalam pengabdian kepada masyarakat ini karena tidak semua orang tua berani memijat bayinya sendiri. Ketidakterampilan yang dialami oleh orang tua bukan semata-mata orang tua tidak mau melakukan, tetapi boleh jadi karena orang tua tidak tahu filosofi memijat bayi. Filosofi memijat bayi yaitu tidak ada salah dan benar dalam memijat bayi, tetapi yang terutama adalah kebersamaan dan saling bersentuhan secara fisik dan emosional (Heath, Alan dan Bainbridge, Nikki, 2006).

Dukungan dan motivasi yang diberikan kader kepada orang tua. Dalam hal ini tidak hanya kepada ibu tetapi juga ayah. Beberapa penelitian menyatakan bahwa bayi yang mendapatkan pijatan dari ayahnya cenderung memiliki emosional lebih stabil. Semaksimal mungkin kader diminta agar juga mendukung keterlibatan ayah bayi dalam melakukan pijat bayi, meskipun nanti realisasinya kebanyakan ibu yang menjadi sasaran melakukan pijat bayi.

Solusi permasalahan dilakukan secara bertahap dan terstruktur agar masalah yang ada di dalam masyarakat dapat terselesaikan dengan baik. Hasil akhir dari pelatihan dan pendampingan pijat bayi kepada kader ini agar kader sebagai perpanjangan tangan dari puskesmas setempat dengan rela hati, mau, dan mampu melakukan pijat bayi sebagai salah satu upayaantisipasi anak mengalami sulit makan. Pengabdian kepada masyarakat ini mengikutsertakan 3 mahasiswa kebidanan semester 6. Mahasiswa bertugas membantu kelengkapan peralatan, administrasi, dan pendampingan kepada 13 kader. Pendampingan dilakukan selama 3 bulan yang dilakukan setiap seminggu sekali.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

1. Pelatihan Pijat Bayi kepada Kader

Pelatihan pijat bayi sudah dilaksanakan pada Senin-Selasa, 24-25 Juni 2019 dari pukul 08.00-16.00 (jadwal terlampir). Pelatihan pijat bayi kepada kader Kelurahan Bener dan Kricak dapat terlaksana setelah mendapat izin dari pihak kelurahan. Pelatihan dibuka oleh Camat Tegelrejo hanya didampingi oleh Lurah Bener karena Lurah Kricak berhalangan hadir. Jumlah kader yang mengikuti sebanyak 13 orang dari Kelurahan Bener dan Kricak. Kepala Puskesmas Tegelrejo yang diwakili oleh bidan koordinator menyambut baik pelatihan pijat bayi ini. Berdasarkan kegiatan, Bidan Koordinator menyampaikan bahwa di Kelurahan Bener dan Kricak belum pernah ada pelatihan pijat bayi yang diadakan dari puskesmas.

Lurah Bener memberikan apresiasi dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini karena merupakan salah satu langkah membangun kesehatan warga yang dimulai dari pemeliharaan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain memberi apresiasi, Lurah Bener juga memberikan salah satu ruang di kelurahan untuk dapat dioptimalkan sebagai tempat pijat bayi secara rutin setelah pelatihan dan pendampingan pijat bayi ini berakhir.

Selama pelatihan pijat bayi, para kader mengikuti pelatihan dengan antusias. Para kader menyimak penjelasan pemateri dengan seksama. Hal ini terlihat dari ekspresi dan banyaknya pertanyaan yang diajukan kepada pemateri. Di dalam pelatihan terjadwal melakukan praktikum, semua kader melakukan praktikum pijat bayi dengan baik. Tim pengabdian menyediakan phantom bayi sejumlah peserta yang hadir, sehingga semua kader dapat berlatih dan melakukan praktikum sendiri-sendiri.

Pelatihan pijat bayi yang diberikan kepada kader dimaksudkan untuk mengelola pengetahuan, sikap, dan keterampilan kader. Pelatihan dimanfaatkan untuk menambah pengetahuan kader tentang pijat bayi, membangun sikap yang positif saat melakukan pijat bayi, dan melatih keterampilan melakukan pijat bayi. Materi yang akan diberikan untuk menambah pengetahuan kader adalah kondisi dan kebutuhan bayi sehat, stimulasi motorik pada bayi, filosofi pijat, dan pijat bayi. Selama pemberian materi, kader dipersilakan untuk menyimak dan memperhatikan, serta bertanya jika ada hal yang mengganjal di dalam pikiran kader. Pemberian materi dikemas dalam bentuk ceramah tanya jawab.

Materi tentang pijat bayi akan dipraktikkan. Praktik pijat bayi dilakukan secara bertahap agar pelaksanaan tiap langkah pijat bayi dapat dipahami dengan jelas oleh para kader. Pelaksanaan praktik pijat bayi disusun secara bertahap mengingat latar belakang

Pendidikan kader posyandu di Kelurahan Bener dan Kelurahan Kricak, Kecamatan Tegalrejo, Kota Yogyakarta beragam. Agar penerimaan materi dan langkah pelaksanaan pijat bayi dapat diterima dan dicerna dengan mudah oleh semua kader, maka pelatihan dikemas secara bertahap

Kader sebelum mengikuti pelatihan diminta untuk mengerjakan pre-test, kemudian mendapat pelatihan berupa teori dan praktik. Langkah terakhir sebelum masuk pada tahap pendampingan pijat bayi, kader diminta mengerjakan post-test. Berikut ini hasil *pre-test* dan *post-test* ditunjukkan oleh table 1 dan 2.

Tabel 1. Hasil *Pre-Test* Kader

No	Kategori	Jumlah	Persentase
1.	Baik	10	76,92
2.	cukup	3	23,08

Tabel 2. Hasil *Post-Test* Kader

No	Kategori	Jumlah	Persentase
1.	Baik	14	93,33
2.	cukup	1	6,67

Praktik pijat bayi ini dilakukan dengan menggunakan *phantom* bayi atau boneka yang menyerupai bayi. Penggunaan *phantom* bayi dimaksudkan untuk meminimalisir terjadinya kesalahan atau pencideraan kepada bayi saat melakukan pijat bayi. Penggunaan *phantom* bayi memiliki kelebihan dan kekurangan. Kelebihan penggunaan *phantom* bayi di antaranya tahap pijat bayi yang belum benar dapat diulang-ulang sampai peserta pelatihan atau dalam hal ini kader dapat memahami dan melakukan dengan benar. Tahap pijat bayi yang belum dikuasai kader dapat diulang sampai kader mampu tanpa ada rasa bersalah menyakiti bayi karena latihan diaplikasikan kepada *phantom* bayi.

Di dalam kelebihan, ditemukan juga kekurangan pada *phantom* bayi diantaranya karena *phantom* tergolong boneka atau benda mati maka pengabdian dan kader tidak bisa mengukur tingkat kekuatan pijat yang diberikan oleh kader. Pada saat memijat tentu ada tekanan dan kekuatan pijatan dari tangan pemijat kepada bayi yang dipijat, tekanan dan kekuatan pijatan yang diberikan sudah nyaman bagi bayi terlihat dari ekspresi dan reaksi bayi terhadap pijatan tersebut. Selain itu, ditemukan kekakuan atau kelembekan yang dijumpai saat dilakukan pemijatan. Hal tersebut tergantung dari bahan dasar *phantom*. Pada umumnya *phantom* bayi dengan bahan dasar dari karet akan lebih sering ditemukan kekakuan saat pemijatan. Jika *phantom* bayi terbuat dari bahan kain dan dakron atau kapas, maka akan sering ditemukan kelembekan saat melakukan pijat. Kekurangan juga ditemukan terkait dengan ukuran *phantom* bayi yang seringnya tidak sama dengan ukuran bayi pada umumnya. Lepas dari semua itu selama proses pelatihan, penggunaan *phantom* bayi saat berlatih melakukan pijat bayi dinilai lebih baik daripada harus dipraktikkan kepada bayi secara langsung.

Penguasaan keterampilan pijat bayi dilakukan secara bertahap, yaitu:

a. Demonstrasi tahap pijat bayi

Teknis pelaksanaan demonstrasi tiap tahap pijat bayi dilakukan oleh pelatih. Tiap tahap pemijatan dilakukan mulai dari kaki, tangan, dada dan perut, muka, dan punggung. Di dalam proses pijat bayi ada diselipkan juga senam bayi atau *baby gym*. Salah satu bagian *baby gym* yang digabungkan dalam pijat bayi adalah peregangan. Peregangan lengan, peregangan kaki, dan peregangan lengan dan kaki yang disilangkan (Roesli U, 2016).

Kader pada tahap demonstrasi diberi tugas untuk menyimak dan memperhatikan cara melakukan tahapan pijat bayi. Kader diberi kesempatan jika ada tahapan

pelaksanaan pijat bayi yang kurang jelas. Harapan dari tahap demonstrasi ini adalah kader memahami tahapan pemijatan sehingga semua peserta mampu melakukan atau mengaplikasikan pijat bayi pada *phantom*.

Proses membangun pemahaman pada taksonomi Bloom masuk pada tingkat ke-2 dan setelah dapat dipahami maka masuk pada tingkat ke-3 yaitu mengaplikasikan tindakan (Anderson, Lorin W dan Krathwohl, David R. 2011). Demikian juga yang dilakukan pada tahap pelatihan pijat bayi ini. Harapannya pembelajaran pijat bayi secara bertahap ini dapat internalisasi dan dijadikan pegangan bagi para kader.

b. Praktik pijat bayi dalam kelompok kecil

Setelah selesai mengikuti demonstrasi pijat bayi, para peserta dijadwalkan untuk masuk pada praktik pijat bayi dalam kelompok kecil. Didamping oleh pengabdian maka setiap kader diwajibkan mencoba melakukan sendiri cara memijat bayi sesuai dengan tahapan yang telah didemonstrasikan.

Setiap kelompok terdiri dari 3 peserta pelatihan. Setiap anggota kelompok diminta untuk memperhatikan salah satu anggotanya yang sedang praktik. Praktik di kelompok kecil memungkinkan antar anggota kelompok saling mengingatkan jika ada tahapan pijat bayi yang terlupakan atau kurang tepat saat dipraktikkan ke *phantom* bayi. Jika di dalam kelompok terdapat permasalahan yang diperdebatkan maka salah satu anggota kelompok mengangkat tangan untuk meminta bantuan pengabdian mengurai dan menjelaskan lebih lanjut permasalahan yang dihadapi kelompok.

Dengan adanya kelompok kecil diharapkan kader mampu memperdalam kemampuan melakukan pijat bayi. Masukan dan penilaian juga dilakukan oleh anggota dalam kelompok kecil tersebut, sehingga mengurangi rasa malu atau kecil hati jika mengalami kesalahan selama praktik.

Dalam praktik kelompok kecil terdapat tahap penilai kemampuan kader dalam melakukan pijat bayi. Cara penilaian dilakukan di dalam kelompok kecil sama seperti praktikum kelompok kecil, namun anggota kelompok memiliki tugas berbeda. Jika di dalam kelompok praktikum, anggota kelompok bertugas mengingatkan dan mendiskusikan bila ada langkah pemijatan yang tidak benar, sedangkan pada saat tahap penilaian, setiap anggota kelompok yang terdiri dari 3 kader memiliki tugas sebagai penilai.

Penilai pijat bayi memegang daftar tilik. Dengan daftar tilik tersebut, 2 anggota kelompok yang bertugas penilai memberikan tanda centang pada kolom benar atau salah. Pemberian tanda benar atau salah sesuai dengan langkah dilakukan oleh anggota kelompok yang sedang dinilai. Penilaian 1 anggota kelompok berdasarkan total penilaian yang diberikan dari kedua anggota kelompok lainnya. Total nilai dari 2 anggota kelompok akan dijumlahkan dan dibagi 2 sehingga muncullah nilai akhir.

Model penilaian ini dibuat agar setiap kader timbul rasa percaya diri. Rasa percaya diri yang dibangun mulai dari pemberian materi, demonstrasi, dan praktik dalam kelompok kecil sampai dinilai dan menjadi penilai dalam melaksanakan pijat bayi. Proses ini dilalui juga bertujuan untuk menginternalisasikan pijat bayi kepada kader.

2. Pendampingan Kader Melakukan Pijat Bayi

Tahap selanjutnya setelah kader dinyatakan mampu melakukan pijat bayi yaitu pendampingan kader untuk melakukan pijat bayi. Pendampingan kader melakukan pijat bayi dimulai dari 28 Juni 2019 sd 13 September 2019 yang dilaksanakan di Kelurahan Bener. Tahap ini kader tidak menggunakan *phantom* bayi tetapi menggunakan bayi secara langsung.

Teknis dalam pendampingan kader melakukan pijat bayi dengan cara kader:

- a. Kader sudah menyiapkan ibu yang memiliki bayi yang akan dipijat
- b. Pengabdian dan kader datang ke rumah ibu untuk melakukan pijat bayi
- c. Pemijatan akan dilakukan oleh kader dengan didampingi oleh pengabdian

Proses pemijatan diharapkan sesuai dengan materi yang diajarkan kepada kader. Kata diharapkan sesuai dengan materi karena tidak ada yang benar atau salah di dalam pijat bayi. Hal yang terpenting adalah adanya kontak kulit atau sentuhan lembut sebagai ekspresi kasih sayang dari pemijat dan bayi (Heath, Alan dan Bainbridge, Nikki, 2006).

Pada tahap pendampingan kader dalam melakukan pijat bayi ini merupakan salah satu jembatan agar kader mampu mengajarkan ibu melakukan pijat bayi. Tahap ini dilalui agar memudahkan kader mengajarkan kepada ibu dan ibu mampu memijat bayi dengan kesadaran dan sentuhan lembut.

Tujuan pendampingan pijat bayi adalah kader yang telah mendapatkan pelatihan pijat bayi didampingi melakukan pijat bayi selama 10-12 kali kepada bayi. Pendampingan ini bertujuan agar kader dapat melakukan pijat bayi dengan benar karena menghadapi bayi akan berbeda dengan penanganan kepada orang dewasa. Kader selain didampingi melakukan pijat bayi dengan benar juga didampingi cara menangani bayi yang rewel dan mungkin tidak kooperatif.

Pendampingan kader ini sangat penting karena selain membangun keterampilan kader, juga membangun mental kader saat menghadapi bayi yang sulit diberi pijat bayi. Karena pentingnya pendampingan ini, maka kader diminta wajib mengikuti pendampingan setidaknya 10-12 kali. Keterampilan kader dalam melakukan pijat bayi meningkat menjadi 92,31%.

Kader dengan disiplin dan setia memotivasi ibu yang memiliki bayi untuk mengikuti pijat bayi setiap Jumat pagi. Waktu pendampingan berdasarkan kesepakatan tim pengabdian dan kader. Komunikasi yang baik dapat mendukung kerjasama yang saling menguntungkan antara kader, ibu bayi, dan tim pengabdian.

3. Pendampingan Kader Mengajarkan Pijat Bayi

Tahap selanjutnya adalah pendampingan kader mengajarkan pijat bayi kepada ibu. Pada tahap akhir ini, kader diharapkan mampu mengajarkan pijat bayi secara mandiri kepada ibu. Kader dibekali kemampuan pijat bayi dengan tujuan jika ada ibu yang ingin bisa memijat bayinya sendiri dapat belajar dari kader yang telah dilatih.

Teknis pendampingan kader mengajarkan pijat bayi adalah:

- a. Kader sudah menyiapkan ibu yang memiliki bayi yang akan dipijat
- b. Ibu yang akan diajari adalah ibu yang sama pada pemijatan sebelumnya
- c. Pengabdian dan kader datang ke rumah ibu untuk melakukan pijat bayi
- d. Kader mengajarkan pijat bayi kepada ibu
- e. Ibu melakukan pijat bayi didampingi kader dan pengabdian

Jika pada pendampingan kader sebelumnya, kader yang melakukan pijat bayi, untuk tahap ini kader mengajarkan pijat bayi kepada ibu sehingga ibu sendiri yang memijat bayinya. Pemberdayaan ibu melakukan pijat bayi sendiri bertujuan agar terjadi bonding attachment antara ibu dan bayinya. Interaksi tersebut dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Dalam Program Kemitraan Masyarakat ini, tim pengabdian bekerja sama dengan kader sebagai mitra sasaran. Kader sangat kooperatif dalam menjalankan pendampingan yang dilakukan selama 3 bulan. Hal itu sangat terlihat manakala ruang kelurahan sedang digunakan, beberapa kader tetap meminta pendampingan pijat bayi dilaksanakan. Dengan alasan karena sudah menjadi kebiasaan setiap Jumat pada ada pendampingan. Kader juga menawarkan rumah pribadi untuk dijadikan tempat pendampingan jika kantor kelurahan sedang ada acara.

Sebagian besar kader semangat dan tekun mengikuti pendampingan pijat bayi dimulai dari mencari bayi yang akan dipijat, beberapa kader harus menjemput ibu dan bayi untuk dibawa ke kelurahan agar terlaksananya pendampingan pijat bayi dapat terlaksana. Sebanyak 92,3% kader melakukan pendampingan secara rutin selama 3 bulan.

Kader yang sudah menjalani pendampingan minimal 6 kali dimotivasi untuk dapat mengajarkan kepada ibu tentang manfaat pijat bayi dan cara melakukan pijat bayi. Kader diminta untuk aktif berkomunikasi selama melakukan pijat bayi agar bayi bisa mendapatkan beberapa stimulasi, diantaranya stimulasi sentuhan, stimulasi suara, dan stimulasi agar bayi dapat belajar berkomunikasi.

Pada umumnya kader mampu berkomunikasi dengan ibu bayi, namun konten komunikasi perlu diarahkan kepada hal-hal yang kesehatan. Cara kader berkomunikasi dapat dilihat dari saat kader mengajak dan menghimbau ibu bayi untuk memijatkan bayinya dan melakukan pijat bayi sendiri di rumah.

Pijat bayi ini penting disosialisasikan kepada ibu bayi karena pijat merupakan salah satu cara stimulasi agar bayi dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal. Pertumbuhan dikaitkan dengan kenaikan berat badan bayi. Perkembangan dikaitkan dengan stimulasi sentuhan dan suara yang membuat bayi lebih mampu melakukan fungsi tubuhnya.

4. Pertanggungjawaban kepada Perangkat Desa

Tahap akhir dari pelatihan dan pendampingan ini akan melaporkan hasil pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan dan pendampingan pijat bayi kepada kader di Kelurahan Bener dan Kelurahan Kricak, Kecamatan Tegalrejo, Kota Yogyakarta. Selain laporan pertanggungjawaban kepada perangkat desa, juga diserahkan modul dan video tutorial pijat bayi kepada setiap kader. Untuk kepentingan dokumen dan arsip, modul dan video tutorial pijat bayi juga akan diserahkan kepada kepala desa. Hal ini dimaksudkan agar setiap pihak yang ingin belajar pijat bayi setidaknya terbantu dengan belajar dari modul dan video tutorial tersebut.

Tahap ini sangat penting untuk memberdayakan kader mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi di desa masing-masing. Selain latihan dan pendampingan kader sehingga mampu melakukan pijat bayi, pengabdian juga mengadvokasi kepala desa dan bidan desa agar ada keberlanjutan dari pelatihan dan pendampingan kader yang telah dilakukan ini. Keberlanjutan pijat bayi akan diserahkan kepada kebijakan kepala desa dan pemantauan bidan desa di Kelurahan Bener dan Kelurahan Kricak, Kecamatan Tegalrejo, Kota Yogyakarta.

Laporan pertanggungjawaban dilakukan setelah selesai masa pendampingan pijat bayi kepada Camat Tegalrejo, Lurah Bener, dan Lurah Kricak dilakukan bersamaan dengan penutupan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Laporan pertanggungjawaban juga diakhiri dengan penyerahan alat dan bahan pijat bayi, sertifikat telah mengikuti pelatihan dan pendampingan pijat bayi kepada kader, dan peresmian Grya Pijat Bayi Bener "Sinu Suminar". Grya pijat bayi saat ini dikelola oleh kader posyandu balita dari Kelurahan Bener dan Kricak sebagai keberlanjutan kegiatan PKM pijat bayi sebagai salah satu stimulasi tumbuh kembang bayi.

SIMPULAN

Simpulan dari PKM pelatihan dan pendampingan pijat bayi kepada kader yaitu pemahaman kader tentang pentingnya sentuhan dan pijat bayi bagi bayi, pelatihan pijat bayi sudah terlaksana sehingga terlihat ada peningkatan pengetahuan kader (93,33%), dan

pendampingan pijat bayi sudah terlaksana sehingga kader menjadi terampil melakukan pijat bayi (92,31%).

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami menyampaikan terima kasih kepada Kementerian Riset dan Pendidikan Tinggi atas hibah Program Kemitraan Masyarakat (PKM) tahun 2019, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, seluruh tokoh masyarakat dan kader Kelurahan Bener dan Kricak untuk kerja samanya selama PKM 2019 dilaksanakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, Heidi Milia. (2018). Dale's Cone Experience. http://www.queensu.ca/teachingandlearning/modules/active/documents/Dales_Cone_of_Experience_summary.pdf. 20 Agustus 2018
- Anderson, Lorin W, Krathwohl, David R. (2011). *A Taxonomy for Learning Teaching and Assessing: a Revision of Bloom Taxonomy of Educational Objectives*. Longman: New York
- Dinas Kesehatan DIY. (2017). *Profil Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: Dinkes DIY
- Heath, Alan dan Bainbridge, Nikki., (2006). *Baby Massage; Kekuatan Menenangkan dari Sentuhan*. Jakarta: Dian Rakyat
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). *Stimulasi Deteksi Intervensi Dini Tumbuh Kembang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Kemendes RI. (2017). *Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Tahun 2016*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Priyoto. (2014). *Teori Sikap dan Perilaku dalam Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika,
- Roesli, Utami. (2016). *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta: Trubus Agriwidya

