

Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi Usia 0-12 Bulan

Rusmala Dewi*, Intania Josepin, Regina Dyah Aulia, Nipande Gede Gebby f
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panca Bhakti, Lampung, Indonesia
*e-mail : rusmala@pancabhakti.ac.id

Abstract

Infants are children aged 0-12 months. This age is a crucial period for growth and development. Optimizing the growth and development of infants aged 0-12 months is essential for optimal growth and development. This community service activity provides education on optimizing the growth and development of infants aged 0-12 months through infant massage. The community service activity was conducted in Bagelen Village, Gedongtataan, Pesawaran Regency, with 11 mothers with infants aged 0-12 months participating. Participants were able to explain infant massage and demonstrate the steps for proper infant massage. Parents are advised to stimulate their infants with infant massage and to integrate their infants' growth and development so that any discrepancies in their growth and development can be detected early.

Keywords: *Infants, Infant Massage, Stimulation*

Abstrak

Bayi adalah anak berusia 0-12 bulan. Usia ini merupakan usia yang menentukan dalam pertumbuhan dan perkembangan. Optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 0-12 bulan sangat diperlukan agar tumbuh kembang bayi menjadi optimal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah edukasi tentang optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 0-12 bulan dengan pijat bayi. Pengabdian Masyarakat dilaksanakan di Desa Bagelen, Kecamatan Gedongtataan,, Kabupaten Pesawaran dengan jumlah peserta 11 ibu yang memiliki bayi 0-12 bulan. Peserta dapat menjelaskan tentang pijat bayi dan dapat mempraktekkan langkah-langkah pijat bayi dengan baik dan benar. Saran terhadap orangtua agar dapat menstimulasi bayi dengan pijat bayi, selain itu juga memantau pertumbuhan dan perkembangan bayinya agar dapat diketahui secara dini jika ada ketidaksesuaian pertumbuhan dan perkembangannya

Kata Kunci : Bayi, Pijat Bayi, Stimulasi

PENDAHULUAN

Bayi adalah anak usia 0 – 12 bulan. Pertumbuhan dan perkembangan bayi sangat pesat pada masa ini (Soetjningsih & Ranuh, 2017). Usia satu bulan kenaikan minimal berat badan (KMB) adalah 800gram, usia dua bulan KMB adalah 900gram, tiga bulan 800gram, empat bulan 699gram, 5 bulan 500gram, 6 dan 7 bulan 400 gram, 8-11 bulan 300 gram, 12-60 bulan 200 gram (Kemenkes, 2024). Pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dioptimalkan dalam pemberian makanan pada bayi. Standar emas dalam pemberian makanan pada bayi dan anak terdiri dari inisiasi dini, asi eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dan terus memberikan ASI sampai dua tahun atau lebih (Kemenkes, 2018).

Pertumbuhan dan perkembangan bayi juga dapat distimulasi dengan pijat bayi. Pediatri Sosial Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) mengembangkan bahwa peran pijat merupakan bentuk stimulasi pada bayi. Stimulasi pijat mengkombinasi bentuk stimulasi raba (taktil) dan gerak (kinestetik). Pijat bayi dapat menstimulasi *auditory* dan *visual*. *Auditory* atau pendengaran dengan cara mengajak bayi berbicara pada saat di lakukan pijat. Stimulasi visual atau penglihatan dengan cara mengadakan kontak mata pada saat memijat (Medise, 2014).

Pijat bayi di Indonesia sudah dikenal masyarakat sejak lama. Pijat bayi mengkombinasi antara Kesehatan, seni dan juga kasih sayang dikarenakan unsur utama pada pijat bayi ini merupakan sentuhan. Sentuhan yang diberikan kepada bayi ini dapat menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi (Fitri,dkk, 2023). Sejalan dengan penelitian Merida & Hanifa (2022) bahwa terdapat pengaruh antara penerapan pijat bayi dan pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Berdasarkan hal inilah pengabdian melakukan pengabdian Masyarakat berupa edukasi tentang optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 0-12 bulan di Desa Bagelen, Kecamatan Gedongtataan, Kabupaten Pesawaran.

METODOLOGI

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa edukasi tentang optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 0-12 bulan yang dilaksanakan di Desa Bagelen, Kecamatan Gedongtataan, Kabupaten Pesawaran. Peserta terdiri dari ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan sebanyak 11 peserta. Metode kegiatan adalah ceramah, diskusi, dan demonstrasi. Alat

bantu yang digunakan adalah pantom bayi, handuk kecil, minyak, lcd, proyektor, laptop. Media yang digunakan dalam edukasi adalah leaflet dan power point tentang optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 0-12 bulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan tahap pengkajian kebutuhan masyarakat, kemudian penentuan kegiatan. Setelah menentukan kegiatan, dibuat perencanaan kegiatan seperti persiapan materi yang diberikan, menyiapkan media yang digunakan seperti leaflet dan power point tentang materi yang diberikan, persiapan tempat, alat yang digunakan dan menyiapkan peserta yang diundang untuk mengikuti kegiatan.

Edukasi tentang optimalisasi tumbuh kembang bayi usia 0-12 bulan dilaksanakan di Desa Bageen, Kecamatan Gedongtataan, Kabupaten Pesawaran. Jumlah peserta 11 ibu yang memiliki bayi usia 0 – 12 bulan. Materi yang diberikan adalah materi tentang optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 0-12 bulan, demonstrasi yang dilakukan adalah praktik pijat bayi. Setelah demonstrasi, diminta peserta untuk melakukan redemonstrasi apa yang sudah di demonstrasikan. Hasil evaluasinya adalah peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan, terdapat banyak pertanyaan dan peserta menyimak dengan baik. Peserta dapat menjelaskan kembali tentang pijat bayi serta dapat mempraktekkan langkah-langkah pijat bayi dengan baik dan benar.

Pijat bayi adalah memberikan stimulasi pada kulit dan jaringan dengan berbagai teknik gerakan untuk meningkatkan sirkulasi, relaksasi, stimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi (Tim Pokja Pedoman SPO DPP PPNI, 2021). Pijat bayi dilakukan dengan meminimalkan terjadinya trauma yang diakibatkan proses dari pemijatan pada bayi. Waktu pemijatan dapat dilakukan di pagi hari sebelum bayi mandi atau dimalam hari sebelum bayi tidur agar bayi dapat tidur dengan lebih berkualitas. Pijat bayi bisa dilakukan oleh ibu, ayah, atau anggota keluarga lainnya. Pijat bayi dapat dilakukan mulai dari usia bayi 0 bulan. Usia bayi 0-1 bulan disarankan agar gerakannya mengusap halus, usia bayi 1 – 3 bulan disarankan gerakannya halus disertai tekanan ringan dalam waktu yang lebih singkat, usia bayi diatas 3 bulan disarankan gerakannya dilakukan tekanan dan waktu yang lebih meningkat dibandingkan pijatan pada usia sebelum 3 bulan dan disarankan sekitar 15 menit(Akhiriyanti & Nisa, 2020; Dewi, 2020; Yuanita, 2012).

Pertumbuhan dan perkembangan pada bayi memerlukan berbagai stimulasi sesuai dengan tingkat maturitas sarafnya. Macam-macam stimulasi adalah sensorik, motorik, kognitif, self help, emosi, moral-spiritual dan multi modal. Stimulasi sensorik seperti taktil, auditori, visual, bau dan rasa Soetjiningsih & Ranuh, 2017). Menurut Medise (2014) bahwa pijat merupakan stimulasi sensorik dengan menstimulasi taktil, auditori, dan visual.

Terdapat pengaruh yang signifikan antara penerapan pijat bayi dan kenaikan berat badan (Astria & Suryani, 2017; Fitriyanti, Arsyard & Sumiaty, 2019; Harahap, 2019; Siauta., & Yesika, 2024). Hasil penelitian lain oleh Sartika, Herlina & Komariah (2023) bahwa terdapat pengaruh antara pijat bayi dengan pertumbuhan bayi, hal ini menunjukkan bahwa dengan pijat bayi, dapat juga meningkatkan pertumbuhan bayi. Hasil penelitian lain bahwa ada pengaruh yang signifikan antara penerapan pijat bayi dengan pertumbuhan dan perkembangan bayi (Merida & Hanifa, 2022), hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pijat bayi dapat juga menstimulasi perkembangan bayi.



Gambar 1. Edukasi Tentang Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi Usia 0-12 Bulan Di Desa Bagelen, Kecamatan Gedongtataan, Kabupaten Pesawaran



Gambar 2. Foto Bersama Edukasi Tentang Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi Usia 0-12 Bulan Di Desa Bagelen, Kecamatan Gedongtataan, Kabupaten Pesawaran

KESIMPULAN

Pengabdian Masyarakat ini berupa edukasi tentang optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 0-12 bulan melalui pijat bayi. Peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan, terdapat banyak pertanyaan dan peserta menyimak dengan baik. Peserta dapat menjawab pertanyaan tentang pijat bayi dan dapat mempraktekkan langkah-langkah pijat bayi dengan baik dan benar. Saran terhadap orangtua agar dapat menstimulasi bayi dengan pijat bayi, selain stimulasi dapat juga memantau pertumbuhan dan perkembangan bayinya agar dapat diketahui secara dini jika ada ketidaksesuaian pertumbuhan dan perkembangannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhiriyanti,E.N., & Nisa,H. (2020). *Mengenal Terapi Komplementer Dalam Kebidanan Pada Ibu Nifas, Ibu Menyusui, Bayi dan Balita*. Jakarta: Trans Info Media
- Astriana., & Suryani, I.L. (2017).Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi di BPS Masnoni Teluk Betung Utara Kota Bandar Lampung. *Holistik Jurnal Kesehatan*. Vol 11 (2).
<https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/view/102>
- Dewi,S. (2020). *Pijat dan Asupan Gizi Tepat*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Fitri,dkk. (2023). *Pijat dan Spa Baby*. Jawa Barat: Media Sains Indonesia.
- Fitriyanti,Y.E., Arsyard,G., Sumiaty. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan. *Jurnal Bidan Cerdas*. Vol 1 (3).
<https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JBC/article/view/257>

- Harahap,N.R. (2019). Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Prima*. Vol 13 (2). <https://jkp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home/article/view/226>
- Siauta, J.A., & Yesika,R. (2024). The Effect Of Baby Massage On The Weight Of Babies Aged 3-6 Months In The PMB Of The Kelapa Gading Region, North Jakarta. *International Journal of Midwifery and Health Sciences*. Vol2 (1). <https://share.google/fOSrkvUVQklkmwRxo>
- Kemendes. (2018). *Strategi Khusus Pemberian Makanan Bayi dan Anak*. <https://kemkes.go.id/id/%20strategi-khusus-pemberian-makanan-bayi-dan-anak>
- Kemendes. (2024). *Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak: Panduan Lengkap Untuk Mewujudkan Ibu dan Anak Sehat*. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Medise,B.E. (2014). *Stimulasi pijat: Keamanan dan Manfaat*. <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/stimulasi-pijat-keamanan-dan-manfaat>
- Merida., & Hanifa. (2022). Pengaruh Pijat Bayi dengan Tumbuh Kembang Bayi. *Jurnal Kesehatan*. Vol 10 (2). <https://jurnal.uym.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/200>
- Sartika., Herlina., Komariah. (2023). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Bayi. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*. Vol 15 (1). <https://juriskes.com/index.php/jrk/article/view2213>
- Soetjningsih., & Ranuh,IG.N.G. (2017). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Tim Pokja Pedoman SPO DPP PPNI. (2021). *Pedoman Standar Prosedur Operasional Keperawatan*. Jakarta: DPP PPNI
- Yuanita, A. (2012). *Super Lengkap Perawatan Bayi dari A-Z*. Yogyakarta: Araska.