

PEMBERDAYAAN IBU BATITA DALAM UPAYA OPTIMALISASI PERTUMBUHAN ANAK MELALUI PROGRAM *BABY MASSAGE* DI DESA NAMBO TAHUN 2024

Nuur Falaah Wicaksono¹, Dwi Agustina^{1*}, Andy M.A Harijanja, Achwan, Achwan,
Alma Nela Srihandayani¹, Elita Tiara Putri, Ilham Rafi Syahbana, Haudhi Silmi
Mujahidah, Sekar Cipta Agustiani

¹Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Jakarta III

E-mail¹: dwiagustinaslamet65@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.59946/jpmfki.2024.330>

Abstract

Introduction: Undernutrition refers to several conditions including acute and chronic malnutrition, as well as micronutrient deficiencies. Common occurrences of undernutrition in children are stunting, wasting and underweight. The results of problem identification show that the problem of child growth and development faced by mothers of toddlers in Nambo Village is undernutrition. **Objective:** This activity aims to increase the knowledge of mothers of toddlers about child growth and development, balanced nutrition, and baby massage to. **Methods:** Empowerment activities were carried out at PAUD Tunas Pertiwi in Nambo Village from February to March 2024 with the target of 26 mothers. Activity stages include problem identification, counseling, practice, monitoring, and evaluation. **Results:** The average knowledge of mothers before and after empowerment increased from 7.4 to 9.1. **Conclusion:** Empowerment activities significantly improved the knowledge of mothers of toddlers.

Keywords: balanced nutrition; baby massage; growth and development

Abstrak

Pendahuluan: *Undernutrition* mengacu pada beberapa kondisi meliputi kekurangan gizi akut dan kronis, serta kekurangan zat gizi mikro. Kejadian undernutrition yang umum terjadi pada anak adalah stunting, wasting dan underweight. Hasil identifikasi masalah menunjukkan masalah tumbuh kembang anak yang dihadapi Ibu Batita di Desa Nambo adalah *undernutrition*. **Tujuan:** Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan Ibu batita mengenai tumbuh kembang anak, gizi seimbang, dan *baby massage* kepada. **Metode:** Kegiatan pemberdayaan dilaksanakan di RW 004 Desa Nambo pada bulan Februari s/d Maret 2024 dengan sasaran 26 Ibu. Tahapan kegiatan meliputi identifikasi masalah, penyuluhan, praktik, monitoring, dan evaluasi. **Hasil:** Rerata pengetahuan Ibu sebelum dan sesudah pemberdayaan meningkat dari 7,4 menjadi 9,1. **Simpulan:** Kegiatan pemberdayaan secara signifikan berhasil meningkatkan pengetahuan Ibu batita.

Kata Kunci: gizi seimbang; *baby massage*; tumbuh kembang

Pendahuluan

Bayi di bawah 5 tahun atau biasa disingkat dengan balita, menurut hasil survei sosial ekonomi nasional (Susenas) anak usia dini diperkirakan mencapai 30,2 jiwa dan 60,15% anak usia balita di Indonesia pada maret 2023. Balita dapat mengalami kurang gizi atau gizi buruk yang disebut dengan wasting (Direktorat Statistik Kesejahteraan Rakyat, 2023). Data wasting di Indonesia menurut Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 mencapai 7,7% dan 6% diantaranya anak terdapat di Jawa Barat (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Wasting merupakan kategori status gizi pada anak berdasarkan indeks berat badan menurut panjang badan atau tinggi badan (BB/PB atau BB/TB), IMT

menurut umur (IMT/U) dengan z-score -3 SD sd <-2 SD. Wasting atau balita kurus merupakan gabungan dari kategori status gizi kurus (wasted) dan sangat kurus (severely wasted) (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Wasting dapat terjadi karena periode keadaan gizi kurang yang relatif lebih singkat dan dapat pulih dengan cepat (Grantham-McGregor & Baker-Henningham, 2005). Masalah wasting dipastikan dapat mengancam kesehatan jiwa, baik dari segi gizi buruk atau kelaparan maupun dampak terhadap suatu penyakit. Anak-anak yang menderita wasting memiliki kekebalan tubuh yang lemah, menghambat perkembangan dan juga meningkatkan risiko kematian. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Olofin et al., 2013) menyatakan bahwa semua tingkatan malnutrisi baik itu undernutrition (gizi kurang), wasting, dan stunting (balita pendek) secara signifikan memiliki hubungan yang kuat terhadap peningkatan angka kematian pada balita, namun wasting memiliki asosiasi yang lebih kuat terhadap peningkatan angka kematian balita dari pada stunting. Selain itu, wasting pada awal kehidupan anak terutama pada periode dua tahun pertama, dapat menyebabkan kerusakan yang permanen. Pada periode tersebut merupakan fase penting pertumbuhan dan perkembangan anak yang sering disebut sebagai periode “*Golden Period*”.

Baby massage dapat mengurangi resiko wasting dan stunting dengan meningkatkan nafsu makan. Menurut penelitian (Oktaviani & Ajeng, 2024) *baby massage* yang dilakukan secara teratur akan meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan maupun struktur fungsi otak. *Baby massage* sudah dikenal sejak berabad-abad yang lalu, pada berbagai bangsa dan kebudayaan, dengan berbagai bentuk terapi dan tujuan. *Baby massage* dapat melibatkan keluarga-keluarga terdekat untuk mendekatkan hubungan emosional, misalnya ayah, nenek, kakek. Naluri seorang bayi akan merespon dari ibunya sebagai ucapan rasa cinta, perlindungan dan perhatian (Roesli, 2009).

Baby massage merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh atau biasa disebut dengan stimulus touch yang dapat diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi serta pengungkapan rasa kasih sayang antara orang tua dengan anak. Sentuhan pijatan dengan usapan-usapan halus pada permukaan kulit bayi yang mengandung unsur kasih sayang, suara, kontak mata, dan gerakan akan menghasilkan efek terhadap syaraf, otot, sistem pernafasan serta sirkulasi darah. Sentuhan cinta pada *Baby massage* sebagai salah satu stimulasi multisensori, dapat mendorong perkembangan dan pertumbuhan bayi secara optimal, terutama jika dilakukan pada masa *Golden Period* 1000 hari pertamanya (Roesli, 2009).

Permasalahan kesehatan terutama pada balita salah satunya adalah masih terdapat 41% dari 61 anak yang memiliki gizi kurang. Fisioterapi memiliki peran penting dalam mengatasi masalah tersebut, melalui pemberian *baby massage*. Berkenaan dengan hal itu, Fisioterapi Komunitas di bawah naungan Poltekkes Kemenkes Jakarta III akan memfokuskan program dalam memberdayakan ibu balita melaksanakan *baby massage* secara mandiri.

Metode

Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Nambo, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. kegiatan ini dilaksanakan pada 16 Februari - 8 Maret 2024. Sasaran kegiatan pemberdayaan ini adalah Ibu dengan anak usia 0 - 5 tahun (balita). Kegiatan yang

dilakukan diawali dengan koordinasi bersama kader Desa Nambo, kemudian pengurusan perizinan dengan pengiriman surat izin resmi pelaksanaan kegiatan kepada Kepala Desa Nambo yang ditembuskan kepada ketua RW, RT, dan para kader. Adapun kegiatan ini dilakukan dalam 4 tahapan sebagai berikut:

1. Identifikasi Masalah

Kegiatan identifikasi dilakukan oleh seluruh mahasiswa Fisioterapi semester 6 dengan metode wawancara dan pengukuran berat badan serta tinggi badan. Kegiatan ini bertujuan untuk mendapatkan data demografi, serta data status gizi. Pengukuran tinggi badan dilakukan dengan menggunakan *microtoise*. Pengukuran berat badan dilakukan dengan menggunakan timbangan digital untuk anak usia 2-5 tahun, serta *baby scale* untuk anak usia 0-1 tahun.

2. Penyuluhan

Penyuluhan dilakukan di PAUD Tunas Pertiwi dengan sasaran ibu balita di RT 007 dan RT 008, RW 004, Desa Nambo. Adapun tema penyuluhan adalah “optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan anak 0-3 tahun”. Materi yang diberikan dalam penyuluhan meliputi tumbuh kembang anak, gizi seimbang, dan *baby massage*. Materi tumbuh kembang terdiri dari pengertian, tinggi dan berat badan anak yang sesuai dengan usianya, serta perkembangan anak yang dapat dilakukan saat berusia 0-36 bulan. Sedangkan gizi seimbang membahas komponen makanan bergizi untuk anak dan pemberian makanan pengganti ASI (MPASI) untuk anak usia 6-36 bulan. Materi terakhir yaitu *baby massage*, berisikan manfaat *baby massage*, persiapan sebelum melakukan *baby massage*, dan teknik melakukan *baby massage* serta kontra indikasi *baby massage*. Metode yang digunakan dalam penyuluhan adalah ceramah interaktif dan diskusi menggunakan slide power point.

3. Praktik *Baby Massage*

Praktik *baby massage* dilakukan di tempat yang sama setelah penyuluhan diberikan. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah demonstrasi teknik *baby massage* yang dilanjutkan dengan mempraktekkan *baby massage* secara langsung kepada bayi oleh para ibu batita dengan pengawasan instruktur/mahasiswa. Selain itu, ibu batita juga dibekali *leaflet* yang berisikan teknik *baby massage* (gambar 1) dan *baby oil*, untuk dimanfaatkan ibu batita dalam melaksanakan *baby massage* secara mandiri di rumah.



Gambar 1 Leaflet Teknik Baby Massage
(Sumber:Johnson's, 2019)

4. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dilakukan hanya kepada 26 ibu batita yang mengikuti penyuluhan dengan status gizi anak *wasting*. *Monitoring* menggunakan metode *door to door* ke rumah 7 ibu batita setiap hari selama 4 hari. Saat monitoring, dipastikan agar para orang tua melakukan pijat bayi secara mandiri kepada anaknya dirumah. Jika ada yang belum/tidak melakukan, akan dijelaskan kembali pentingnya *baby massage* sambil melakukan *baby massage* bersama-sama dengan ibu.

Untuk mengukur keberhasilan program, dilakukan *pre-test* dan *post-test* menggunakan kuesioner yang berisikan 10 pertanyaan pilihan ganda yang terdiri dari 4 pertanyaan tentang tumbuh kembang anak, 3 pertanyaan tentang gizi seimbang, dan 3 pertanyaan tentang *baby massage*. *Pre-test* dilakukan sebelum penyuluhan dilaksanakan sedangkan *post-test* setelah diberikan penyuluhan pada saat monitoring. Selain itu dilakukan juga survei kepuasan

ibu batita terhadap program menggunakan kuesioner berisikan 5 pertanyaan terkait program.

Hasil

Masalah Gizi Anak

Masalah utama yang ditemui dari responden 61 anak batita, setelah kami olah dan kategorikan, adalah tingginya persentase gizi kurus pada anak berusia 0-3 tahun yaitu 41% (25 anak). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini:

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Status Gizi Anak di Desa Nambo

No	Status gizi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Gizi kurang	25	41
2	Gizi normal	27	44
3	Gizi lebih	9	15

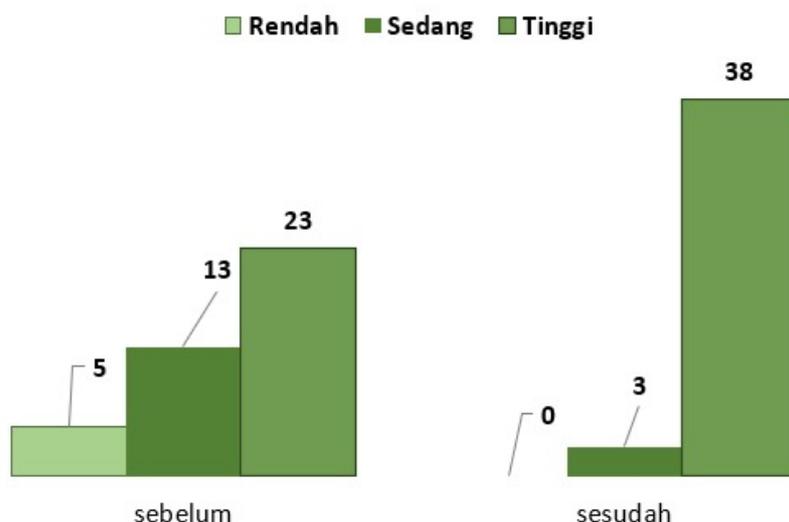
Pengetahuan Ibu

Berdasarkan hasil pengukuran pengetahuan ibu sebelum dan sesudah penyuluhan, diketahui terdapat peningkatan pada nilai mean dari 7,4 menjadi 9,1 atau sebesar 17%, seperti pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2
Pre-test dan post-test

Pengetahuan	Min	Max	Mean
Sebelum	5	10	7,4
Sesudah	6	10	9,1

Tingkat pengetahuan dengan pengkategorian skor 1-5 (rendah), 6-7 (sedang), dan 8-10 (tinggi), pada saat pre-test dan post-test juga memperlihatkan pergeseran. Sebelum penyuluhan, masih terdapat ibu batita yang memiliki tingkat pengetahuan rendah (12,2%) dan hanya (56,1%) yang tinggi. Setelah penyuluhan, sebagian besar ibu batita memiliki Tingkat pengetahuan tinggi (92,7%) dan hanya (7,3%) yang sedang. Gambar 2 berikut ini menunjukkan distribusi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan.



Gambar 2

Grafik tingkat pengetahuan pre-test dan post-test

Implementasi Baby massage secara mandiri oleh ibu batita

Berdasarkan hasil dari monitoring *door to door*, didapatkan sebagian besar ibu batita yang melakukan praktek *baby massage* di rumah yaitu 41%, hanya 22% ibu yang tidak melakukan praktek *baby massage*, sedangkan 37% sisanya kadang-kadang melakukan. Alasan ibu terbanyak yang tidak melakukan *baby massage* dikarenakan bayi menangis ketika dipijat, bayi tidak bisa diam saat dipijat, dan banyak juga ibu yang sibuk dengan urusan lain sehingga tidak sempat untuk melakukan *baby massage*.

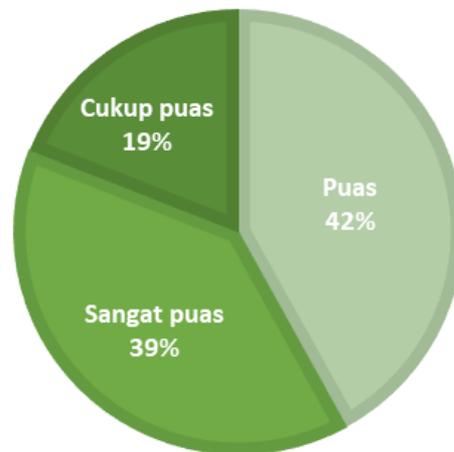


Gambar 3

Grafik Pelaksanaan *Baby Massage* Mandiri oleh Ibu Batita di Rumah

Kepuasan Ibu

Hasil survey kepuasan ibu terhadap program dapat dilihat pada gambar 4 berikut ini:



Gambar 4
Distribusi Survei Kepuasan Ibu Batita

Berdasarkan gambar 4, diketahui selain berdampak terhadap peningkatan pengetahuan peserta, kegiatan penyuluhan dan pemberdayaan ini juga memberikan kepuasan untuk masyarakat. Kepuasan Masyarakat yang mengikuti kegiatan ini diukur berdasarkan keramahan mahasiswa, materi yang disampaikan, kejelasan materi, keterkaitan materi dengan kebutuhan masyarakat, dan juga manfaat kegiatan. Kepuasan masyarakat ini tercermin dari tingginya persentase ibu batita yang merasa puas (42%) dan sangat puas (39%), hanya 19% saja yang cukup puas.

Pembahasan

Kegiatan Fisioterapi Komunitas dilakukan pada masyarakat di Desa Nambo, Kecamatan Kelapa Nunggal, Kabupaten Bogor, Jawa Barat pada tanggal 14 februari - 08 maret 2024. Pada kegiatan ini dilakukan penyuluhan yang berisikan materi tentang tumbuh kembang anak, gizi seimbang, dan *baby massage* menggunakan media power point dan leaflet. Penyuluhan yang dilaksanakan berhasil meningkatkan pengetahuan sebesar 17% dari rerata 7,4 menjadi 9,1. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang telah diberikan membantu masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan mereka mengenai tumbuh kembang anak, gizi seimbang, dan praktik *baby massage*. Hasil ini sesuai dengan kegiatan penyuluhan yang dilakukan oleh Iyong et al., (2020). Penyuluhan kesehatan dibuat dengan tujuan agar terjadi perubahan dari perilaku yang kurang sehat menjadi sehat yang dilakukan dengan penyebarluasan pesan kesehatan untuk menanamkan dan meyakinkan sasaran sehingga sasaran dapat paham, dan untuk tujuan tidak langsung dapat mempengaruhi sikap dan tingkah laku sasaran (Iyong et al., 2020).

Pengetahuan adalah hasil tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan

perabaan. Individu memperoleh pengetahuan baik dari proses belajar, baik melalui pendidikan formal maupun informal, dalam proses belajar rangsangan atau stimulasi yang diterima oleh individu berupa informasi tentang inovasi, tertimbun dalam diri individu sampai yang bersangkutan memberikan respon atau tanggapan tentang inovasi tersebut terhadap stimulasi tersebut dinamakan proses belajar (Notoatmodjo, 2010). Sama halnya dengan program yang kami jalankan yaitu berupa penyuluhan tersebut memberikan dukungan kepada ibu batita dalam proses belajar untuk memperoleh pengetahuan yang baik.

Keberhasilan penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan belajar bersama yang tidak diukur dari seberapa banyak ajaran yang disampaikan melainkan seberapa jauh terjadi proses belajar bersama yang dialogis yang mampu menumbuhkan kesadaran, pengetahuan dan keterampilan baru yang mampu mengubah perilaku kelompok sasaran ke arah kegiatan dan kehidupan yang lebih baik pada setiap individu, keluarga, dan masyarakat (Iyong et al., 2020). Pada kegiatan ini selain penyuluhan, juga dilaksanakan praktik *baby massage* yang dapat merubah perilaku ibu melakukan *baby massage* secara mandiri di rumah. Hasil monitoring menunjukkan 41% selalu melakukan *baby massage*, hanya 22% yang tidak melakukan karena berbagai alasan.

Setelah kami memberikan penyuluhan dan juga praktik kepada ibu batita kami pun melakukan monitoring ke setiap rumah sehingga terciptanya kebiasaan untuk melakukan *baby massage* mandiri di rumah sebagaimana dengan teori Ivan Pavlov, B.F. Skinner, Sigmund Freud, et al melakukan studi perilaku yaitu Teori belajar atau Behavioristik. Behavioristik merupakan landasan terjadinya suatu proses belajar yang menuntun terbentuknya kondisi untuk belajar dan sebagai integrasi prinsip-prinsip yang merancang kondisi demi tercapainya tujuan pendidikan. Fakta penting tentang perkembangan behavioristik ialah bahwa dasar perkembangan adalah kritis.

Ada 3 kondisi yang memungkinkan perubahan: 1. Perubahan dapat terjadi apabila individu memperoleh bantuan atau bimbingan untuk membuat perubahan. 2. Perubahan cenderung terjadi apabila orang-orang yang dihargai memperlakukan individu dengan cara yang baru atau berbeda (kreatif dan tidak monoton) 3. Apabila ada motivasi yang kuat dari pihak individu sendiri untuk membuat perubahan. Teori Transisi Perubahan (TTM) menyatakan bahwa individu melewati enam tahap perubahan: prakontemplasi, kontemplasi, persiapan, tindakan, pemeliharaan, dan penghentian. Pada kegiatan ini masyarakat telah mencapai tahapan tindakan dimana masyarakat mulai mempraktikkan *baby massage* secara mandiri di rumah. Agar tindakan ini tetap dilaksanakan secara rutin, perlu dilakukan kegiatan lanjutan agar praktik *baby massage* terpelihara dan tidak terjadi terminasi (Oktavilantika et al., 2023).

Praktik *baby massage* yang dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormone Katekolami (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan maupun struktur fungsi otak (Oktaviani & Ajeng, 2024) sehingga diharapkan dengan pengetahuan dan praktek ini, masyarakat terutama orang tua sebagai peserta komunitas dapat mencegah anaknya dari wasting atau bahkan stunting.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan, didapatkan masalah utama pada anak adalah gizi kurus (*wasted*). Untuk mengatasi masalah ini, telah dilakukan penyuluhan yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu batita tentang tumbuh kembang anak, gizi seimbang, dan *baby massage*. Praktik *baby massage* yang diberikan juga telah mengubah perilaku ibu untuk melakukan *baby massage* secara mandiri di rumah. Agar perilaku ini dapat terpelihara dan dilakukan secara rutin oleh ibu batita, perlu dilakukan kegiatan lanjutan yang mendukung perilaku ibu.

Daftar Pustaka

- Direktorat Statistik Kesejahteraan Rakyat. (2023). *Profil Anak Usia Dini 2023*.
- Grantham-McGregor, S., & Baker-Henningham, H. (2005). Review of the evidence linking protein and energy to mental development. *Public Health Nutrition*, 8(7a), 1191–1201. <https://doi.org/10.1079/phn2005805>
- Iyong, E. A., Kairupan, B. H. R., & Engkeng, S. (2020). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang pada peserta didik di SMP Negeri 1 Nanusa Kabupaten Talaud. *Jurnal KESMAS*, 9(7).
- Johnson's. (2019). *Modul Perawatan Bayi*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. PT. Rineka Cipta.
- Oktaviani, I., & Ajeng, A. (2024). Edukasi pijat bayi untuk pencegahan stunting dan optimalisasi tumbuh kembang anak. *Community Services and Social Work Bulletin*, 3(2), 75. <https://doi.org/10.31000/cswb.v3i2.10291>
- Oktavilantika, D. M., Suzana, D., & Damhuri, T. A. (2023). Literature review: Promosi kesehatan dan model teori perubahan perilaku kesehatan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 1480–1494.
- Olofin, I., McDonald, C. M., Ezzati, M., Flaxman, S., Black, R. E., Fawzi, W. W., Caulfield, L. E., Danaei, G., Adair, L., Arifeen, S., Bhandari, N., Garenne, M., Kirkwood, B., Mølbak, K., Katz, J., Sommer, A., West, K. P., & Penny, M. E. (2013). Associations of suboptimal growth with all-cause and cause-specific mortality in children under five years: A pooled analysis of ten prospective studies. *PLoS ONE*, 8(5). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0064636>
- Roesli, U. (2009). *Pedoman Pijat Bayi Prematur dan Bayi Usia 0-3 bulan*. PT. Trubus Agri Widia.