



PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT: DEMONSTRASI DAN PENDAMPINGAN PIJAT BAYI PADA IBU BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KATAPING

Sunesni^{1*}, Rahmatul Ulya², Endang Sari³, Hanifa Zaini S⁴, Rahmi Ramadhan⁵,
Waldy Rahman⁶, Rena Afri Ningsih⁷

^{1*}Universitas Sumatera Barat, Email: sunesni16@gmail.com

²Universitas Sumatera Barat

³Universitas Sumatera Barat

⁴Universitas Sumatera Barat

⁵Universitas Sumatera Barat

⁶Universitas Sumatera Barat

⁷Universitas Sumatera Barat, Email: afriningsihrena@gmail.com

*email koresponden: sunesni16@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.62567/jpi.v2i1.2295>

Abstract

Infancy and early childhood are critical periods that require appropriate early stimulation to support optimal growth and development. One form of early stimulation that is simple, safe, and family-based is infant massage. However, in many communities, infant massage is still frequently practiced without proper techniques due to mothers' limited knowledge and skills. This community service activity aimed to improve mothers' knowledge and skills in performing proper infant massage through demonstration and mentoring at the Posyandu Korong Marantiah, within the working area of the Kataping Public Health Center. The activity employed a participatory and educational approach involving 12 mothers with infants aged 0-24 months and was implemented through health education sessions, demonstrations, supervised hands-on practice, and observational evaluation. The results showed that all participating mothers were able to perform infant massage correctly after the activity, indicating improvements in practical skills, technical understanding, and confidence in independently applying infant massage. The discussion suggests that infant massage has the potential to support infant health and development, strengthen mother-infant bonding, and enhance maternal psychological well-being. In conclusion, demonstration and mentoring of infant massage are effective approaches in community service activities and contribute to strengthening the role of posyandu as a promotive and preventive platform in maternal and child health services.

Keywords: *Infant massage; Early stimulation; Infants and toddlers; Growth and development; Community service.*

Abstrak

Masa bayi dan balita merupakan periode penting yang membutuhkan stimulasi dini untuk mendukung tumbuh kembang optimal, salah satunya melalui pijat bayi sebagai bentuk stimulasi sentuhan yang mudah, aman, dan berbasis keluarga. Namun, praktik pijat bayi di masyarakat masih sering dilakukan tanpa teknik yang benar akibat keterbatasan pengetahuan dan keterampilan ibu. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam



melakukan pijat bayi secara benar melalui demonstrasi dan pendampingan di Posyandu Korong Marantiah Wilayah Kerja Puskesmas Kataping. Kegiatan dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif dan edukatif pada 12 ibu yang memiliki bayi usia 0-24 bulan, melalui penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung dengan pendampingan, serta evaluasi observasional. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa seluruh ibu peserta mampu mempraktikkan pijat bayi dengan benar setelah mengikuti kegiatan, menunjukkan peningkatan keterampilan, pemahaman teknik, dan kepercayaan diri dalam menerapkan pijat bayi secara mandiri. Pembahasan menunjukkan bahwa pijat bayi berpotensi memberikan manfaat terhadap kesehatan dan perkembangan bayi, memperkuat hubungan ibu-anak, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu. Dapat disimpulkan bahwa demonstrasi dan pendampingan pijat bayi merupakan metode yang efektif dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat serta berkontribusi dalam memperkuat peran posyandu sebagai sarana promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak.

Kata Kunci: Pijat bayi; Stimulasi dini; Bayi dan balita; Pertumbuhan dan perkembangan; Pelayanan masyarakat.

1. PENDAHULUAN

Masa bayi dan balita merupakan fase awal kehidupan yang sangat menentukan kualitas kesehatan dan perkembangan individu di masa mendatang. Pada periode ini terjadi perkembangan pesat pada sistem saraf, motorik, dan emosional anak, sehingga diperlukan stimulasi dini yang tepat, berkelanjutan, dan sesuai dengan prinsip kesehatan. Intervensi yang dilakukan pada masa ini terbukti memiliki dampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia. Oleh karena itu, upaya promotif dan preventif pada kelompok bayi dan balita menjadi prioritas dalam pelayanan kesehatan masyarakat. (Lassi et al., 2014) Stimulasi dini tidak hanya berfokus pada aspek nutrisi, tetapi juga mencakup stimulasi sensorik dan sentuhan. Salah satu bentuk stimulasi sentuhan yang mudah dilakukan, berbiaya rendah, dan dapat diterapkan oleh keluarga adalah pijat bayi. Pijat bayi telah lama digunakan dalam berbagai budaya dan kini didukung oleh bukti ilmiah yang menunjukkan manfaatnya terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi, baik bayi cukup bulan maupun prematur. (Mrljak, Danielsson, Hedov, et al., 2022)

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi berpengaruh positif terhadap peningkatan berat badan, kualitas tidur, dan kestabilan fisiologis bayi. Stimulasi sentuhan melalui pijat mampu meningkatkan aktivitas saraf vagus yang berperan dalam penyerapan nutrisi dan regulasi metabolisme. Dengan demikian, pijat bayi berpotensi menjadi intervensi pendukung dalam upaya pencegahan gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dan balita. (Abdallah et al., 2013) Selain berdampak pada aspek fisik bayi, pijat bayi juga berperan penting dalam meningkatkan kualitas hubungan antara ibu dan anak. Sentuhan yang diberikan selama pijat bayi mendorong terjadinya interaksi positif, meningkatkan responsivitas ibu terhadap kebutuhan bayi, serta memperkuat ikatan emosional (bonding). Hubungan ibu dan anak yang sehat sejak dini terbukti berkontribusi terhadap perkembangan emosional dan sosial anak di kemudian hari. (Porreca et al., 2016)

Dari sisi ibu, keterlibatan langsung dalam pijat bayi memberikan manfaat psikologis yang signifikan. Beberapa studi menunjukkan bahwa pijat bayi yang dilakukan oleh ibu dapat menurunkan tingkat stres, kecemasan, dan depresi pascapersalinan. Kondisi mental ibu yang



baik sangat berpengaruh terhadap kualitas pengasuhan dan kesejahteraan anak, sehingga pijat bayi dapat dipandang sebagai intervensi yang bersifat holistik bagi ibu dan bayi.(Geary, Grealish, & Id, 2023) Meskipun manfaat pijat bayi telah banyak dibuktikan, praktik pijat bayi di masyarakat masih sering dilakukan tanpa dasar pengetahuan yang memadai. Di beberapa komunitas, pijat bayi dilakukan berdasarkan tradisi turun-temurun yang belum tentu sesuai dengan kaidah kesehatan dan keselamatan bayi. Kondisi ini berpotensi mengurangi manfaat pijat bayi bahkan dapat menimbulkan risiko apabila dilakukan dengan teknik yang tidak tepat.(Mullany et al., 2005)

Edukasi kesehatan kepada ibu balita menjadi faktor kunci dalam meningkatkan praktik pijat bayi yang benar. Penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi yang disertai dengan demonstrasi dan latihan langsung lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu dibandingkan dengan penyuluhan tanpa praktik. Pendekatan ini memungkinkan ibu untuk memahami teknik pijat bayi secara tepat dan percaya diri dalam menerapkannya di rumah.(Campbell et al., 2021; Clarke et al., 2002) Posyandu sebagai layanan kesehatan berbasis masyarakat memiliki peran strategis dalam menjangkau ibu dan balita secara langsung. Namun, pada praktiknya, kegiatan posyandu di banyak wilayah masih terfokus pada penimbangan berat badan dan pencatatan pertumbuhan, sementara aspek stimulasi perkembangan dan pemberdayaan ibu belum optimal. Padahal, posyandu memiliki potensi besar sebagai sarana edukasi praktik perawatan bayi yang komprehensif.(Campbell et al., 2021)

Pendekatan pengabdian kepada masyarakat melalui demonstrasi dan pendampingan pijat bayi di posyandu merupakan salah satu strategi yang relevan untuk meningkatkan kapasitas ibu balita. Pendampingan yang dilakukan secara berkelanjutan dapat membantu ibu memahami manfaat pijat bayi, menguasai teknik yang benar, serta menerapkan praktik tersebut secara mandiri di rumah. Intervensi berbasis komunitas semacam ini terbukti efektif dalam meningkatkan kualitas perawatan bayi. (Lassi et al., 2014) Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan demonstrasi dan pendampingan pijat bayi pada ibu balita di Korong Marantiah Wilayah Kerja Puskesmas Kataping menjadi penting untuk dilaksanakan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam melakukan pijat bayi secara benar, mendukung optimalisasi tumbuh kembang anak, serta memperkuat peran posyandu sebagai sarana promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak. (Geary, Grealish, & Id, 2023; Mrljak, Danielsson, Hedov, et al., 2022)

2. METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif dengan metode demonstrasi dan pendampingan langsung. Pendekatan ini dipilih untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam melakukan pijat bayi secara benar dan aman melalui keterlibatan aktif peserta selama kegiatan berlangsung. Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Korong Marantiah Wilayah Kerja Puskesmas Kataping.



Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada satu hari kegiatan posyandu dengan durasi ± 120 menit, yang meliputi penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung, dan evaluasi. Sasaran kegiatan adalah ibu yang memiliki bayi dan balita yang terdaftar dan hadir pada kegiatan Posyandu Korong Marantiah Wilayah Kerja Puskesmas Ketaping. Kriteria sasaran meliputi ibu yang memiliki bayi usia 0-24 bulan dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pengabdian. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan:

a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pihak Puskesmas Kataping dan kader posyandu, penentuan waktu pelaksanaan, serta penyusunan materi edukasi pijat bayi. Selain itu, dilakukan persiapan media edukasi berupa leaflet, alat peraga (boneka bayi), dan minyak pijat yang aman untuk bayi.

b. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan diawali dengan penyuluhan kesehatan mengenai pengertian, manfaat, indikasi, dan kontraindikasi pijat bayi. Selanjutnya dilakukan demonstrasi teknik pijat bayi oleh tim pengabdian menggunakan alat peraga. Setelah demonstrasi, ibu balita diberikan kesempatan untuk mempraktikkan pijat bayi secara langsung dengan pendampingan dan bimbingan dari tim pengabdian dan kader posyandu.

c. Tahap Pendampingan

Pendampingan dilakukan selama praktik pijat bayi untuk memastikan teknik yang dilakukan oleh ibu sudah benar dan sesuai dengan prinsip keamanan. Tim pengabdian memberikan koreksi dan penguatan secara langsung apabila ditemukan kesalahan dalam teknik pijat bayi.

d. Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi serta diskusi tanya jawab untuk menilai pemahaman peserta. Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu balita setelah mengikuti kegiatan pengabdian.

Pengumpulan data dilakukan secara observasional dan deskriptif, meliputi:

- Observasi langsung terhadap kemampuan ibu dalam mempraktikkan pijat bayi
- Dokumentasi kegiatan pengabdian
- Catatan hasil diskusi dan tanya jawab dengan peserta

Data yang diperoleh digunakan untuk menggambarkan proses dan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Data dianalisis secara deskriptif kualitatif, dengan menggambarkan tingkat partisipasi peserta, kemampuan ibu dalam melakukan pijat bayi, serta respons dan antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung.



3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Peningkatan Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa seluruh peserta yang berjumlah 12 ibu bayi dan balita mampu mempraktikkan pijat bayi dengan benar setelah diberikan demonstrasi dan pendampingan. Capaian ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang diterapkan efektif dalam meningkatkan keterampilan praktis ibu dalam melakukan pijat bayi. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa seluruh ibu peserta mampu mempraktikkan pijat bayi dengan benar setelah diberikan demonstrasi dan pendampingan. Kondisi ini mencerminkan bahwa metode edukasi yang digunakan sesuai dengan karakteristik sasaran kegiatan. Keterampilan ibu meningkat karena proses pembelajaran dilakukan secara langsung dan aplikatif.

Metode demonstrasi memungkinkan ibu mengamati secara visual setiap tahapan pijat bayi, mulai dari persiapan hingga pelaksanaan. Observasi langsung ini membantu ibu memahami urutan gerakan dan teknik yang benar. Hal ini memperkuat proses transfer keterampilan dibandingkan penyampaian materi secara teoritis. Pendampingan selama praktik memberikan kesempatan bagi ibu untuk memperoleh koreksi langsung apabila terdapat kesalahan teknik. Dengan adanya bimbingan ini, ibu dapat segera memperbaiki cara pijat yang kurang tepat. Proses ini mencegah terjadinya kesalahan berulang saat pijat bayi dilakukan secara mandiri di rumah.

Peningkatan keterampilan ibu juga terlihat dari kemampuan menyesuaikan tekanan pijatan dengan kondisi dan respons bayi. Ibu tidak hanya meniru gerakan, tetapi mulai memahami prinsip kenyamanan dan keamanan bayi. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman ibu bersifat fungsional, bukan sekadar hafalan. Hasil ini sejalan dengan temuan Clarke et al. (2002) yang menegaskan bahwa pelatihan pijat bayi berbasis praktik meningkatkan kompetensi ibu secara signifikan. Pelatihan yang melibatkan praktik langsung terbukti lebih efektif dalam membangun keterampilan perawatan bayi. Pendekatan ini sangat relevan dalam konteks pengabdian masyarakat. (Clarke et al., 2002)



Gambar 1. Foto Bersama ibu bayi dan balita



Selain itu, tinjauan sistematis oleh Mrljak et al. (2022) menunjukkan bahwa ibu yang mendapatkan pelatihan pijat bayi secara langsung memiliki tingkat keberhasilan praktik yang lebih tinggi. Hal ini disebabkan oleh keterlibatan aktif ibu dalam proses belajar. Temuan tersebut mendukung hasil kegiatan pengabdian ini. (Mrljak, Danielsson, & Hedov, 2022) Keterampilan yang diperoleh ibu bersifat aplikatif dan dapat diterapkan secara mandiri di rumah. Dengan demikian, manfaat kegiatan tidak berhenti pada saat pelaksanaan, tetapi berlanjut dalam praktik pengasuhan sehari-hari. Keberlanjutan ini menjadi indikator penting keberhasilan pengabdian kepada masyarakat.

Peningkatan keterampilan ibu juga mencerminkan keberhasilan pendekatan pemberdayaan. Ibu tidak diposisikan sebagai penerima informasi pasif, tetapi sebagai subjek aktif dalam perawatan bayi. Pendekatan ini selaras dengan prinsip pelayanan kesehatan berbasis keluarga. Dengan keterampilan yang dimiliki, ibu memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi dalam melakukan pijat bayi. Rasa percaya diri ini penting untuk memastikan bahwa praktik pijat bayi dilakukan secara konsisten. Konsistensi praktik menjadi faktor utama dalam memperoleh manfaat pijat bayi. Secara keseluruhan, peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi menunjukkan bahwa demonstrasi dan pendampingan merupakan metode yang efektif dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Temuan ini konsisten dengan bukti ilmiah dari literatur internasional yang telah tervalidasi.



Gambar 1. Foto bersama pihak Puskesmas

b. Manfaat Pijat Bayi terhadap Kesehatan dan Perkembangan Bayi

Peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi memiliki implikasi langsung terhadap kesehatan dan perkembangan bayi. Pijat bayi merupakan bentuk stimulasi sentuhan yang berperan penting pada masa awal kehidupan. Stimulasi ini mendukung proses adaptasi fisiologis dan perkembangan sistem saraf bayi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan kestabilan fisiologis bayi. Stimulasi sentuhan diketahui memengaruhi sistem saraf otonom yang mengatur denyut jantung, pernapasan, dan pencernaan. Kondisi fisiologis yang stabil mendukung pertumbuhan bayi secara optimal. Abdallah dan Badr (2015) melaporkan bahwa pijat bayi, khususnya pada bayi kecil dan prematur, berkontribusi terhadap



peningkatan berat badan. Hal ini berkaitan dengan peningkatan aktivitas saraf vagus yang memengaruhi penyerapan nutrisi. Temuan ini menunjukkan potensi pijat bayi sebagai intervensi pendukung pertumbuhan. Selain pertumbuhan fisik, pijat bayi juga berperan dalam meningkatkan kualitas tidur bayi. Bayi yang mendapatkan pijat secara rutin cenderung lebih rileks dan memiliki pola tidur yang lebih baik. Kualitas tidur yang baik sangat penting bagi perkembangan otak dan sistem saraf.

Tinjauan sistematis oleh Mrljak et al. (2022) menyebutkan bahwa pijat bayi memberikan manfaat pada aspek perkembangan sensorik dan neuromotor. Sentuhan terstruktur membantu bayi mengenali tubuhnya dan merespons rangsangan lingkungan. Hal ini mendukung perkembangan motorik dini. Pijat bayi juga dilaporkan dapat mengurangi ketidaknyamanan pada bayi, seperti rewel dan gangguan pencernaan ringan. Kondisi bayi yang lebih nyaman berdampak pada peningkatan kesejahteraan bayi secara keseluruhan. (Mrljak, Danielsson, & Hedov, 2022) Hal ini memperkuat nilai pijat bayi sebagai intervensi nonfarmakologis. Dengan keterampilan yang dimiliki ibu, pijat bayi dapat dilakukan secara rutin di rumah. Praktik yang berkelanjutan ini memungkinkan manfaat pijat bayi diperoleh dalam jangka panjang. Keberlanjutan praktik menjadi keunggulan utama intervensi berbasis keluarga.

Pijat bayi juga merupakan intervensi yang aman dan berbiaya rendah. Dalam konteks pelayanan kesehatan masyarakat, intervensi semacam ini sangat relevan dan mudah diadopsi. Hal ini menjadikan pijat bayi sebagai strategi promotif-preventif yang aplikatif. Erçelik dan Yılmaz (2023) menunjukkan bahwa bayi yang menerima pijat secara rutin mengalami perkembangan yang lebih baik dibandingkan kelompok kontrol. Temuan ini memperkuat bukti bahwa pijat bayi memberikan manfaat nyata bagi bayi. Hasil kegiatan pengabdian ini sejalan dengan temuan tersebut. (Erçelik & Yılmaz, 2023) Peningkatan keterampilan ibu dalam pijat bayi berpotensi memberikan dampak positif terhadap kesehatan dan perkembangan bayi. Pijat bayi dapat menjadi bagian dari praktik pengasuhan yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

c. Dampak Pijat Bayi terhadap Hubungan Ibu-Anak dan Kesejahteraan Ibu

Selain bermanfaat bagi bayi, pijat bayi juga memberikan dampak penting terhadap hubungan ibu dan anak. Proses pijat bayi melibatkan sentuhan, kontak mata, dan komunikasi nonverbal yang intens. Interaksi ini menjadi dasar pembentukan hubungan emosional yang positif. Selama praktik pijat bayi, ibu dituntut untuk lebih fokus dan responsif terhadap sinyal bayi. Responsivitas ini membantu ibu mengenali kebutuhan bayi dengan lebih baik. Kondisi tersebut mendukung terciptanya hubungan ibu-anak yang lebih hangat dan harmonis. Porreca et al. (2017) menyatakan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan kualitas interaksi awal antara ibu dan bayi. Interaksi yang berkualitas berkontribusi terhadap pembentukan ikatan emosional yang kuat. (Porreca et al., 2017) Ikatan ini penting bagi perkembangan emosional anak.

Hubungan emosional yang baik antara ibu dan bayi juga berkaitan dengan keamanan keterikatan. Bayi yang merasa aman cenderung memiliki regulasi emosi yang lebih baik. Hal ini berdampak positif pada perkembangan sosial anak di masa depan. Dari sisi ibu, keterlibatan aktif dalam pijat bayi meningkatkan rasa percaya diri dalam menjalankan peran pengasuhan.



Ibu merasa lebih mampu dan kompeten dalam merawat bayinya. Rasa percaya diri ini penting untuk kesejahteraan psikologis ibu. Geary et al. (2023) melaporkan bahwa pijat bayi yang dilakukan oleh ibu dapat menurunkan stres dan gejala depresi pascapersalinan. Aktivitas pijat bayi memberikan efek relaksasi bagi ibu. (Geary, Grealish, & Bright, 2023) Pijat bayi berperan sebagai intervensi sederhana untuk mendukung kesehatan mental ibu.

Kesejahteraan ibu sangat memengaruhi kualitas pengasuhan yang diberikan kepada bayi. Ibu yang merasa tenang dan sejahtera cenderung lebih sabar dan responsif. Hal ini menciptakan lingkungan pengasuhan yang lebih positif bagi bayi. Pijat bayi juga memberikan kesempatan bagi ibu untuk meluangkan waktu khusus bersama anak. Waktu berkualitas ini memperkuat hubungan emosional dan meningkatkan kepuasan ibu dalam pengasuhan. Pengalaman positif ini mendukung keberlanjutan praktik pijat bayi. Erçelik dan Yılmaz (2023) menunjukkan bahwa pijat bayi tidak hanya meningkatkan pertumbuhan bayi, tetapi juga memperkuat keterikatan ibu-anak dan kepercayaan diri ibu. (Erçelik & Yılmaz, 2023) Temuan ini konsisten dengan hasil kegiatan pengabdian yang menunjukkan antusiasme dan keterlibatan ibu. Secara keseluruhan, pijat bayi merupakan intervensi holistik yang memberikan manfaat ganda, baik bagi bayi maupun ibu. Pijat bayi mendukung kesehatan fisik bayi, memperkuat hubungan ibu-anak, serta meningkatkan kesejahteraan ibu. Hal ini menegaskan relevansi pijat bayi sebagai bagian dari program pengabdian kepada masyarakat.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa demonstrasi dan pendampingan pijat bayi di Korong Marantiah Wilayah Kerja Puskesmas Kataping berjalan dengan lancar dan diikuti secara aktif oleh ibu balita. Kegiatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara benar dan aman, yang ditunjukkan oleh kemampuan seluruh peserta mempraktikkan teknik pijat bayi sesuai dengan prosedur yang diajarkan. Metode demonstrasi dan pendampingan memungkinkan proses pembelajaran yang aplikatif dan interaktif, sehingga ibu lebih percaya diri dan mampu menerapkan pijat bayi secara mandiri dalam praktik pengasuhan sehari-hari.

Peningkatan keterampilan ibu dalam pijat bayi berpotensi memberikan manfaat positif terhadap kesehatan dan perkembangan bayi, termasuk mendukung pertumbuhan, kestabilan fisiologis, dan kualitas interaksi ibu-anak. Selain itu, pijat bayi juga berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis ibu melalui penguatan ikatan emosional dan penurunan stres pengasuhan. Secara keseluruhan, pijat bayi merupakan intervensi promotif dan preventif yang sederhana, aman, serta berbiaya rendah, dan pelaksanaannya melalui kegiatan pengabdian ini turut memperkuat peran posyandu sebagai sarana pemberdayaan ibu dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak berbasis masyarakat.

5. DAFTAR PUSTAKA

Abdallah, B., Badr, L. K., & Hawwari, M. (2013). The efficacy of massage on short and long term outcomes in preterm infants. *Infant Behavior and Development*, 36(4), 662–669.



- <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2013.06.009>
- Campbell, M., Wits, O. T., & Wits, O. T. (2021). The effect of parent-administered infant massage on the developmental outcomes of premature infants. 51(1), 36–43.
- Clarke, C. L., Gibb, C., Hart, J., & Davidson, A. (2002). Infant massage: developing an evidence base for health visiting practice. *Clinical Effectiveness in Nursing*, 6(3), 121–128. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S1361-9004\(02\)00089-4](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S1361-9004(02)00089-4)
- Erçelik, Z. E., & Yılmaz, H. B. (2023). Effectiveness of infant massage on babies' growth, mother–baby attachment, and mothers' self-confidence: A randomized controlled trial. *Infant Behavior and Development*, 71, 101830. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2023.101830>
- Geary, O., Grealish, A., & Bright, A. M. (2023). The effectiveness of mother-led infant massage on symptoms of maternal postnatal depression: A systematic review. *PLOS ONE*, 18(11), e0294156. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0294156>
- Lassi, Z. S., Das, J. K., Salam, R. A., & Bhutta, Z. A. (2014). Evidence from community level inputs to improve quality of care for maternal and newborn health: interventions and findings. *Reproductive Health*, 11(2), S2. <https://doi.org/10.1186/1742-4755-11-S2-S2>
- Mrljak, R., Danielsson, A. A., & Hedov, G. (2022). Effects of infant massage: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6378. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116378>
- Mullany, L. C., Darmstadt, G. L., Khatri, S. K., & Tielsch, J. M. (2005). Traditional massage of newborns in Nepal: implications for trials of improved practice. *Journal of Tropical Pediatrics*, 51(2), 82–86. <https://doi.org/10.1093/tropej/fmh083>
- Porreca, A., Parolin, M., Bozza, G., Freato, S., & Simonelli, A. (2017). Infant Massage and Quality of Early Mother – Infant Interactions : Are There Associations with Maternal Psychological Wellbeing , Marital Quality , and Social Support ? 7(January), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.02049>