

Kode/Rumpun Ilmu :

**LAPORAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DOSEN PEMULA**



**PELATIHAN PIJAT BAYI SEHAT PADA IBU DI WILAYAH KECAMATAN  
CIRACAS JAKARTA TIMUR TAHUN 2023**

**TIM PENGUSUL**

**KETUA : NUI PAWESTRI, S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb  
NIDN : 0331039301**

**ANGGOTA : HERSELOWATI, SST, M.Kes  
NIDN : 0328098303**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN  
UNIVERSITAS IPWIJA  
JULI 2023**

HALAMAN PENGESAHAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DOSEN PEMULA

Judul Pengabmas : PELATIHAN PIJAT BAYI SEHAT PADA IBU DI  
WILAYAH KECAMATAN CIRACAS JAKARTA TIMUR  
TAHUN 2023

Kode>Nama Rumpun Ilmu :  
Ketua Peneliti

a. Nama Lengkap : Nui Pawestri, S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb  
b. NIDN : 0331039301  
c. Jabatan Fungsional : -  
d. Program Studi : Diploma III Kebidanan  
e. Nomer HP/Email : 081218878086 / nuipawestri31@gmail.com

Anggota Peneliti (1)

a. Nama Lengkap : Herselowati, SST, M.Kes  
b. NIDN : 0328098303  
c. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli  
d. Program Studi : Diploma III Kebidanan  
e. Nomer HP/Email : 081314155553 / herselowati@gmail.com

Jakarta, 08 Agustus 2023

Mengetahui,  
Rektor Universitas IPWIJA

Ketua Peneliti


Ir. Besar Agung Martono, MM, DBA

Nui Pawestri, S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb

Menyetujui,  
Kepala LP2M

  
Dr. Ir. Titing Widyastuti, MM

## IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

1. Judul PKM : PELATIHAN PIJAT BAYI SEHAT PADA IBU DI WILAYAH KECAMATAN CIRACAS JAKARTA TIMUR TAHUN 2023

2. Identitas Pengusul :

No	Nama	Jabatan	Program Studi	Bidan Tugas	Alokasi Waktu Jam/minggu
1	Nui Pawestri, S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb	Dosen	D III Kebidanan	Kebidanan	3 jam / minggu
2	Herselowati,SST,M.Kes	Dosen	D III Kebidanan	Kebidanan	3 jam / minggu

3. Mitra PKM : Ketua RT 013 RW 07 dan Bidan Lisa

4. Lokasi PKM : Jl Masjid No 41 RT 13 RW 07 Kelurahan Susukan Kecamatan Ciracas Jakarta Timur. Bertempat di Mushola Imamul Muttaqin RT 13 dan Rumah Bidan Lisa Kompleks Cahaya Residence 2 RT 08 RW 07

5. Masa Pelaksanaan : 1 bulan

6. Luaran dan Target Capaian

Pada bagian ini, pengusul wajib mengisi luaran wajib dan tambahan, tahun capaian, dan status pencapaiannya. Luaran PKM berupa artikel diwajibkan menyebutkan nama jurnal yang dituju dan untuk luaran berupa buku harus mencantumkan nama penerbit yang dituju

Tahun Luaran	Jenis Luaran	Status target capaian (sudah terbit, sudah diunggah, sudah tercapai, terdaftar/granted)	Keterangan (Url, dan nama jurnal, penerbit, url paten, keterangan jenis lainnya)
-			

Luaran tambahan

Tahun Luaran	Jenis Luaran	Status target capaian (sudah terbit, sudah diunggah, sudah tercapai, terdaftar/granted)	Keterangan (Url, dan nama jurnal, penerbit, url paten, keterangan jenis lainnya)
-			

7. Usulan Anggaran : Rp. 435.000,-

## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji dan syukur kehadiran Tuhan yang maha Esa, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga Kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul “Pelatihan Pijat Bayi Sehat Pada Ibu Di Wilayah Kecamatan Ciracas Jakarta Timur Tahun 2023” dapat dilaksanakan dengan baik.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan salah satu bagian Tri Dharma Perguruan Tinggi yang harus dilaksanakan oleh civitas akademika khususnya para tenaga pengajar. Pelaksanaan kegiatan ini kami mendapat bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini tidak lupa kami mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ketua Yayasan Dr. Sri Lestari Prasilowati, MA yang memberikan kepercayaan dan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan kegiatan ini kepada masyarakat.
2. Rektor Universitas IPWIJA, Ir. Besar Agung Martono, MM, DBA yang memberikan kepercayaan dan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan kegiatan ini kepada masyarakat.
3. Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kemahasiswaan Dr. Suyanto, SE, MM, M.Ak, Ak, CA yang memberikan dukungan kepada kami untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat.
4. Wakil Rektor Bidang Inovasi dan Pengembangan Dr. Heru Mulyanto, SE, MM yang memberikan dukungan kepada kami untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat.
5. Ketua LPPM Ibu Dr. Ir. Titing Widyastuti, MM yang memberikan dukungan kepada kami untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat
6. Ketua Program Studi D3 Kebidanan Ibu Mera Marhamah, SST, M.Kes yang memberikan dukungan kepada kami untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat.
7. Ketua RT 13 Bapak Ericca Yadi S,A.Md yang telah memberikan izin dan memfasilitasi kegiatan ini sehingga dapat terselenggara dengan baik.
8. Semua pihak yang telah membantu di dalam penyelenggaraan kegiatan ini.

Semoga hasil kegiatan yang dilakukan ini akan memberikan manfaat sesuai dengan tujuan pengabdian kepada masyarakat itu sendiri.

Jakarta, 08 Agustus 2023

Ketua Pelaksana

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Nui Prawetri', written in a cursive style.

Nui Prawetri, S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb

## DAFTAR ISI

<b>COVER</b>	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b>	ii
<b>URAIAN UMUM</b>	iii
<b>KATA PENGANTAR</b>	iv
<b>DAFTAR ISI</b>	v
<b>RINGKASAN</b>	vi
<b>BAB I ANALISIS SITUASIONAL</b>	<b>1</b>
<b>BAB II SOLUSI DAN TARGET LUARAN</b>	<b>3</b>
<b>BAB III METODE PELAKSANAAN</b>	<b>4</b>
<b>BAB IV PELAKSANAAN KEGIATAN</b>	<b>5</b>
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	<b>6</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## **RINGKASAN**

1. Judul : Pelatihan pijat bayi sehat pada ibu di wilayah Ciracas Jakarta Timur Tahun 2023
2. Ketua Pelaksana : Nui Pawestri, S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb
3. Bidang Ilmu : Kebidanan
4. Waktu Pelaksanaan : Juli 2023
5. Tujuan : Memberikan pengetahuan ibu yang memiliki anak usia 0-24 bulan tentang pemantauan tumbuh kembang anak
6. Bentuk Kegiatan : Pelatihan pijat bayi sehat pada ibu yang memiliki bayi usia 0-3 tahun
7. Sasaran : Ibu yang memiliki anak usia 0-24 tahun di Desa Susukan kecamatan Ciracas

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 ANALISIS SITUASI**

Pijat bayi sendiri merupakan upaya untuk meningkatkan imunitas bayi sehingga menurunkan angka kesakitan bahkan angka kematian bayi dan balita. Dimana angka kematian bayi masih tinggi yaitu 24 / 100 kelahiran hidup pada tahun 2017. Bayi dan anak balita yang sehat, akan menciptakan generasi yang baik.

Pelatihan, penyuluhan, pemanfaatan media sosial sebagai media informasi yang diisi dengan materi pijat bayi, berdampak bagi tumbuh kembang serta faktor – faktor yang mempengaruhinya menjadi informasi penting untuk meningkatkan pengetahuan ibu.

Pijat bayi akhir – akhir ini sudah menjadi lifestyle di kalangan ibu yang memiliki anak usia 0-60 bulan. Melalui media sosial dan sumber informasi lainnya, banyak ibu yang sudah mengetahui manfaat pijat bayi, hanya saja takut untuk melakukan pemijatan bayi sendiri.

Perkembangan anak dipengaruhi oleh pengetahuan ibu. Sebuah penelitian menyatakan bahwa pengetahuan ibu sangat penting untuk dapat menstimulasi perkembangan anak. Ibu yang memiliki keterampilan memijat bayi yang baik memiliki resiko lebih rendah untuk terjadi dugaan gangguan perkembangan dibandingkan dengan kelompok ibu yang memiliki keterampilan memijat bayi yang kurang.

### **1.2 PERMASALAHAN MITRA**

Posyandu RW 07 Kelurahan Susukan Kecamatan Ciracas merupakan salah satu posyandu yang aktif di wilayah kerja Kecamatan Ciracas. Untuk lebih berperan lagi dalam kesehatan anak, maka Universitas IPWIJA melalui pengabdian kepada masyarakat menyelenggarakan kelas pijat bayi, dimana setelah diberikan pelatihan maka peserta akan tetap diberikan bimbingan sampai dengan dapat melakukan pijat bayi secara mandiri. Pelatihan kelas pijat bayi ini belum pernah dilakukan di posyandu RW 07 sebelumnya sedangkan antusias dari ibu yang memiliki anak bayi dan balita cukup tinggi sehingga pelaksanaan pelatihan ini dilakukan di dua tempat

yaitu Mushola Imamul Muttaqin dan Rumah Bunda Ranti di Komplek Cahaya Residence 2.

## **BAB 2**

### **SOLUSI DAN TARGET LUARAN**

Dalam pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat ini, pelatihan kelas pijat bayi ini diharapkan dapat menjadi solusi untuk mendapatkan data pada masalah pertumbuhan dan perkembangan anak usia 0-36 bulan. Sehingga, jika ditemui terdapat masalah pertumbuhan atau gangguan perkembangan dapat segera dilaporkan dan diantisipasi. Selain pelatihan tentang pijat bayi, ibu diberikan penyuluhan tentang pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai usia, serta materi inti pijat bayi.

Diharapkan pada pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dapat bermanfaat besar untuk masyarakat RW 07 Kelurahan Susukan Kecamatan Ciracas pada khususnya dihadiri oleh masyarakat pada umumnya dan ibu yang memiliki anak usia 0-24 bulan pada khususnya.

### **BAB 3**

#### **METODE PELAKSANAAN**

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dua kali kegiatan yaitu penyuluhan dan pelatihan. Penyuluhan tentang pijat bayi dan pelatihan tentang cara memijat bayi, sebelumnya bayi dan anak dilakukan pemeriksaan TTV dan pemantauan perkembangan.

Metode penyuluhan yang digunakan adalah ceramah dan Tanya jawab dengan Modul untuk peserta, pemberian soal pretest dan posttest serta inform consent sebelumnya. Untuk mengukur kemampuan peserta dalam kelas pijat bayi ini, dilakukan penilaian dengan menggunakan lembar checklist setelah peserta merasa mampu untuk dilakukan evaluasi.

Sedangkan pada pemeriksaan pertumbuhan dilakukan dengan menganamnesa kemudian melakukan pengecekan Suhu, memantau perkembangan anak.

Metode lainnya yang paling penting adalah memberikan edukasi kepada ibu tentang pijat bayi, melatih ibu untuk memijat bayi, dan membimbing ibu sampai dapat memijat bayi dengan waktu yang tentative diluar jam pelatihan yang terjadwal. Sehingga ibu teredukasi dalam melakukan pijat bayi. Karena pijat bayi memiliki manfaat besar dalam mencegah stunting, mencegah keterlambatan perkembangan serta memberikan bonding antara ibu, keluarga dengan anak.

## **BAB 4**

### **PELAKSANAAN KEGIATAN**

#### **4.1 Jadwal Kegiatan**

Kegiatan kelas pijat bayi dilakukan pada hari Sabtu 21 Juli 2023 di Rumah Bunda Ranti RT 08 dan Sabtu 28 Juli 2023 di Mushola Imamul Muttaqin RT 13

#### **4.2 Peta Lokasi Mitra Sasaran**

Posyandu RW 007 berada di RT 06 RW 07 Kelurahan Susukan Kecamatan Ciracas Jakarta Timur

#### **4.3 Gambaran Iptek**

Pada kegiatan ini diharapkan dengan memberikan kelas pijat bayi pada ibu dalam bentuk pelatihan berkala, diharapkan ibu dapat memiliki pengetahuan dan keterampilan tentang pijat bayi, dan dapat menyingkirkan mitos – mitos negatif seputar pijat bayi. Selain itu, ibu dapat memahami lagi tentang pentingnya pijat bayi serta salah satu manfaatnya yaitu mencegah stunting. Karena anak adalah generasi penerus bangsa yang harus berkualitas sehingga dapat bersaing dengan Negara lain. Hal itu dapat dilakukan sejak dini dengan memantau dan merangsang tumbuh kembangnya.

Pada akhirnya memberdayakan ibu dapat membantu petugas tenaga kesehatan dalam Kesehatan Ibu dan Anak secara umum dan pemantauan tumbuh kembang anak secara khusus.

#### **4.4 Biaya**

Anggaran yang digunakan pada kegiatan ini merupakan anggaran pribadi tidak dibebankan kepada Universitas IPWIJA. Namun Saya sangat berterimakasih telah diberikan kesempatan untuk melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi.

#### **4.5 Hasil**

Dari data yang diperoleh adapun ibu yang mengikuti kelas pijat bayi sebanyak 16 ibu. Namun masih banyak permintaan untuk pelaksanaan pelatihan ibi tidak

hanya dilakukan di RT 13 dan RT 08 saja, tetapi kemungkinan setelah selesai pengabdian kepada masyarakat ini, kelas pijat bayi akan tetap dilaksanakan di RT 6-7, RT 09 dan RT 05.

Peserta pelatihan kelas pijat bayi, setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihannya, maka masing – masing peserta melakukan pendampingan rata – rata satu kali dan ada yang dua kali sebelum dilakukan evaluasi penilaian dengan lembar checklist.

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 KESIMPULAN**

Dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan terhadap Masyarakat di Posyandu RW 07 Kelurahan Susukan Kecamatan Ciracas Jakarta Timur, ternyata sangat memuaskan baik bagi peserta pelatihan maupun bagi aparat RW 07. Pemahaman peserta kelas pijat bayi terlihat pada saat diskusi dan tanya jawab peserta dengan pelatih. Ternyata para peserta mampu menyerap dan memahami materi yang disampaikan serta dapat melakukan pijat bayi.

#### **5.2 SARAN**

Hasil dari serangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ternyata cukup memuaskan, yang dapat dibuktikan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam pijat bayi.

Masyarakat mengharapkan kegiatan ini dapat dilakukan secara berkelanjutan dengan topik pelatihan yang berbeda dan kegiatan diharapkan dapat dilakukan juga di setiap RT dari RW 07.

## LAMPIRAN

### 1. SATUAN ACARA PENYULUHAN

#### SATUAN ACARA PENYULUHAN

<b>POKOK BAHASAN</b>	:	Kelas Pijat Bayi
<b>SUB POKOK BAHASAN</b>	:	- Pijat Bayi - Penatalaksanaan pijat bayi
<b>TANGGAL &amp; WAKTU</b>	:	Sabtu 21 Juli 2023 Jam 09.00-12.00 WIB Sabtu 28 Juli 2023 Jam 09.00-12.00 WIB Bimbingan tentatif
<b>DOSEN PENGAJAR</b>	:	Nui Pawestri,S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb Herselowati,SST,M.Kes

#### I Tujuan Instruksional

##### 1 Tujuan Instruksional Umum

Setelah menyelesaikan materi ini diharapkan peserta mampu melakukan pijat bayi dengan baik

##### 2 Tujuan Instruksional Khusus

Setelah mengikuti pelatihan ini, peserta mampu memahami tentang pijat bayi dan melakukan pijat bayi dengan benar

#### III. KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR

Tahap/waktu	Kegiatan dosen	Kegiatan Mahasiswa	Metode	Media / Alat
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>Menjelaskan kontrak waktu</li><li>Tujuan pelatihan pijat bayi</li><li>Memberi pretest</li></ul>	Memperhatikan, menjawab soal pretest	Ceramah	Modul pelatihan, soal pretest
Penyajian	Menjelaskan tentang : <ul style="list-style-type: none"><li>Pijat bayi</li><li>Manfaat</li><li>Tanda bayi siap di pijat</li><li>Tanda bayi menolak dipijat</li><li>Hal – hal yang perlu diperhatikan dalam memijat bayi</li></ul>	Memperhatikan, mendengarkan	Ceramah Simulasi Demonstrasi	Modul pelatihan, Anak dan Bayi, Boneka, Minyak
Penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>Memberi pertanyaan</li><li>Menyimpulkan materi</li><li>Memberi soal post test</li><li>Kontrak waktu untuk bimbingan dan evaluasi</li></ul>	Menjawab pertanyaan, memperhatikan Menjawab soal Menyepakati waktu bimbingan dan evaluasi	Ceramah	Soal posttest Lembar evaluasi

**V Evaluasi**

- ✓ Prosedur : post test
- ✓ Jenis test : soal Benar dan Salah
- ✓ Alat test : penuntun belajar berupa materi
- ✓ Bentuk : soal (terlampir)

**V Reverensi**

- ✓ Terlampir



**(Herselowati, SST.,M.Kes)**

**Jakarta, 08-08-2023**

**Fasilisator**



**(Nui Prawetri,S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb)**

## 2. MATERI

### MATERI KELAS PIJAT BAYI

<b>JOB / KEGIATAN</b>	:	Pijat bayi
<b>WAKTU</b>	:	3 x 50 menit
<b>FASILISATOR</b>	:	Herselowati,SST, M.Kes Nui Prawestri,S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb

---

#### OBJEKTIF PERILAKU PESERTA

---

Setelah mengikuti pelatihan pemijatan pada bayi, peserta mampu :

1. Menyiapkan alat, bahan dan perlengkapan pijat bayi
  2. Melakukan pemijatan pada bayi sesuai job sheet
- 

---

#### REFERENSI

---

1. Nurul M, Kusmini, Sutarmi. 2018, *loving pregnancy massage*, Semarang : Indonesia Holistic Care Association (IHCA)
  2. Roesli Utami, 2001, *Pedaman Pijat Bayi Prematur dan Bayi Usia 0-3 Bulan*, Jakarta :Trubus agri widya.
  3. Roesli Utami,2001, *Pedaman Pijat Bayi edisi revisi*, Jakarta :Trubus agri widya.
  4. Harley susan, 2003,*Tangan-tangan lembut pijatan sehat untuk anak*, Jakarta : PT Alex Media Komutindo
- 

---

#### DASAR TEORI

---

Pijat bayi adalah seni tradisional yang menggabungkan sentuhan pengasuhan pada bayi yang dilakukan oleh orang tua, pengasuh atau terapis meliputi gerakan – gerakan atau teknik massage

Pijat merupakan salah satu bentuk dari terapi sentuh dan dapat berfungsi sebagai pengobatan

Menurut penelitian modern, pijat bayi secara rutin akan membantu tumbuh kembang fisik dan emosi bayi serta dapat mempertahankan kesehatan

Pijat banyak dikaitkan dengan sentuhan dan bounding (kedekatan) antara orang tua dan anak.

Sentuhan dan pandangan orang tua menimbulkan jalinan kasih sayang kepada buah hati, mengurangi tingkat kecemasan, meningkatkan kemampuan fisik serta rasa percaya diri

Manfaat dari pijat bayi :

- ♥ Pijat dapat mengeluarkan enzim ODC (Ornithine Decarboxilate), suatu enzim yang menjadi petunjuk peka terhadap pertumbuhan sel dan jaringan
  - ♥ Peningkatan hormone pertumbuhan
  - ♥ Meningkatkan aktivitas nervus vagus sehingga mempengaruhi proses penyerapan makanan
-

- 
- ♥ Produksi hormon serotonin meningkat sehingga menurunkan hormon adrenali (hormone stress), bayi lebih tenang
  - ♥ Bayi tidur lebih lelap dalam pemeriksaan EEG (elektro ensefalogram) terdapat gelombang beta dan theta meningkat, sehingga dapat meningkatkan daya konsentrasi anak

Tanda bayi siap dipijat :

- ♥ Ada kontak mata
- ♥ Bayi bangun
- ♥ Bayi merespon
- ♥ Mengocek
- ♥ Tangan terbuka
- ♥ Tersenyum
- ♥ Kaki menggosok
- ♥ Santai
- ♥ Semangat
- ♥ Tangan mau meraih

Tanda bayi menolak dipijat :

- ♥ Tidak ada kontak mata
- ♥ Mengantuk
- ♥ Menangis
- ♥ Tangan digenggam
- ♥ Kepala balik
- ♥ Ketegangan
- ♥ Kulit berbintik – bintik / alergi
- ♥ kekakuan

Hal – hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan pijat bayi :

- ♥ Waktu yang tepat untuk pijat bayi : ketika bayi menunjukkan respon siap, dan dilakukan pada jam bermain bayi
  - ♥ Ruang aman, nyaman, bersih dan terang, serta menjaga privasi anak
  - ♥ Gunakan alas bayi yang empuk dan bersih
  - ♥ Membawa perlengkapan bayi seperti bedong/handuk, popok dan baju ganti
-

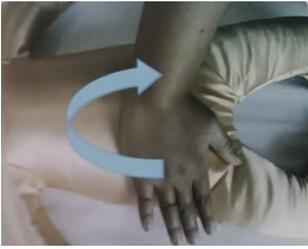
- 
- ♥ Siapkan tissue
  - ♥ Pakailah minyak yang terbuat dari herbal (minyak biji anggur, minyak zaitun, minyak kelapa, minyak soya, minyak biji bunga matahari)
  - ♥ Jika dilakukan oleh terapis, lakukan pemeriksaan fisik bayi terlebih dahulu
  - ♥ Melakukan realis emotion sebelum memijat bayi dengan cara kontak mata, perkenalan, jelaskan maksud, tujuan dan manfaat pijat bayi, serta berdoa bersama sebelum memulai
  - ♥ Jika diperlukan putarkan lagu – lagu yang tenang dan gunakan aroma terapi
  - ♥ Awali pemijatan dengan memberi sentuhan yang ringan, setelah bayi sudah memahami pijatan maka tekanan dapat ditambahkan
  - ♥ Jangan lepaskan sentuhan selama pemijatan
  - ♥ Mulailah pemijatan dari bagian kaki karena bayi lebih menerima, sampai ke bagian kepala
  - ♥ Jika bayi menangis, cobalah untuk menenangkan bayi dan jika menangis lebih keras, maka hentikan pemijatan biarkan bayi disusui atau digendong
  - ♥ Hindari mata bayi dari minyak
- 

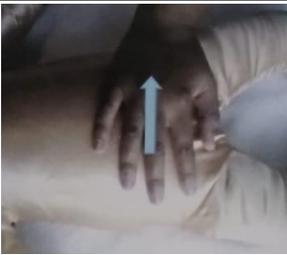
NO	Langkah-langkah	Gambar
1.	Siapkan alat : Siapkan handuk, popok, tissue, baju ganti dan minyak	
2.	Siapkan ruangan yang nyaman, terang, aman dan bersih Jaga privasi klien	

3.	Cuci tangan efektif dengan sabun dan keringkan	
4.	Minta izin pada bayi dengan membelai bayi sambil mengajaknya bicara kontak mata, pengenalan, jelaskan maksud, tujuan dan manfaat pijat bayi, serta berdoa bersama sebelum memulai	
5.	Oleskan minyak bayi Pastikan olesan minyak rata pada telapak tangan dan tidak terlalu banyak	
<p>Gerakan memijat dilakukan pada kedua kaki bayi Masing – masing tehnik pijatan dilakukan sebanyak 6 kali</p>		
<p style="text-align: center;"><b>Pemijatan pada kaki</b></p>		
6.	Lakukan pijatan relaksasi Sentuh area kaki bayi	
7.	Gerakan Indian Milking 1 tangan pegang kaki bawah, 1 tangan lagi pegang pangkal paha lalu Tarik dengan lembut ke kaki bawah Gerakan seperti memerah susu	

8.	Gerakan hug and glide 1 tangan memegang lutuh, 1 tangan lagi memegang paha lakukan Gerakan memutar dengan lembut ke arah lutut	
9.	Gerakan femur circle 1 tangan memegang kaki bayi, 1 tangan memijat dengan gerakan memutar pada paha bayi	
10.	Gerakan Thum over thumb Menekan telapak kaki bayi dengan ibu jari kearah atas	
11.	Gerakan toe rols Menekan jari - jari kaki bayi dengan hati - hati	
12.	Gerakan Press ball of foot 1 tangan memegang pergelangan kaki, 1 tangan melakukan gerakan fleksi dan ekstensi pada telapak kaki	
13.	Gerakan thumb pres Memberikan tekanan pada tumit bayi, kearah jari kaki	

14.	Gerakan top of foot Memberikan tekanan pada punggung kaki	
15.	Gerakan ankle circle Melakukan pemijatan dengan gerakan memutar pad pergelangan kaki bayi	
16.	Gerakan swedish milking 1 tangan pegang kaki bawah, 1 tangan lagi pegang pergelangan kaki lalu Tarik dengan lembut ke arah paha Gerakan seperti memerah susu	
17.	Gersksn Rolling Memberikan gerakan memutar dengan kedua telapak tangan, pada paha bayi dan bergerak ke arah bawah	
18.	Gerakan integration Memegang bokong dan paha bayi lalu menggetarkannya	
<b>Pemijatan pada Perut</b>		
19	Gerakan pembukaan pada perut Meletakkan kedua telapak tangan pada perut bayi tanpa penekanan	

20	Gerakan N- Series Pijat dengan membentuk huruf N dengan telapak tangan	
21	Gerakan Water Wheel A Gerakan mengusap perut dari atas ke bawah dengan telapak tangan secara bergantian	
22	Gerakan Water Wheel B Gerakan mengusap perut dari atas ke bawah dengan 1 telapak tangan	
23	Gerakan Open Book Dengan ibu jari berhadapan mengusap perut bayi ke arah luar berlawanan	
24	Gerakan Sun Moon 1 telapak tangan membentuk huruf N dan 1 telapak tangan membentuk huruf O	
25	Gerakan i (3x) Gerakan membentuk huruf I pada sisi perut bagian kiri sebanyak 3 x	
26	Gerakan Love Gerakan membentuk huruf L pada sisi perut atas ke sisi perut bagian kiri	

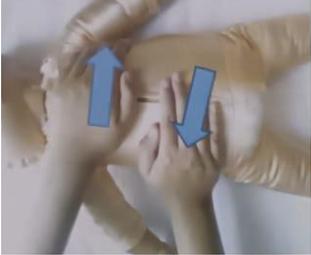
27	Gerakan You Gerakan membentuk huruf U pada sisi perut bagian kanan, ke sisi perut atas, sampai ke sisi perut bagian kiri		
28	Gerakan Walking Memberikan gerakan berjalan dengan ujung jari dari sisi perut bagian kanan ke sisi perut bagian kiri		
29	Gerakan Integration Memegang bokong dan paha bayi lalu menggetarkannya		
<b>Pemijatan pada Dada</b>			
30	Gerakan pembukaan Kedua telapak tangan memegang dada bayi		
31	Gerakan big love Kedua telapak tangan diletakan didada lalu gerakan ke atas, kesamping dan ke bawah, membentuk huruf love		
32	Gerakan buterfly Gerakan memujat dengan telapa tangan menyilang dari kiri bawah ke kanan atas dan sebaliknya		

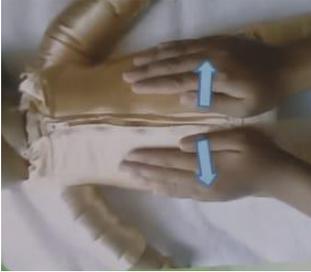
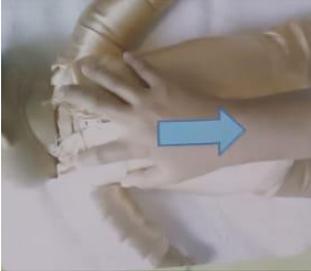
33	Gerakan open chest Dengan 4 jari gerakan membuka dada dari tengah ke luar	
34	Gerakan integration Gerakan telapak tangan dari atas ke bawah	
<b>Pemijatan pada Tangan</b>		
35	Gerakan still touch Pegang tangan bayi dengan lembut	
36	Gerakan lymphatic drainage Memijat dengan lembut dari bawah ketiak disamping dada sampai sisi perut bawah	
37	Gerakan indian milking 1 tangan memegang pergelangan tangan, 1 tangan lagi menggenggam tangan Sambil bergerak ke arah ketiak	
38	Gerakan hug and glide Gerakan meremas tangan dengan lembut secara memutar dari pangkal tangan ke pergelangan tangan	

39	Gerakan circle arm Gerakan memijit dengan 3 jari memutar	
40	Gerakan palm stroek Memberi tekanan lembut pada telapak tangan bayi	
41	Gerakan finger roll Memijat seluruh jari bayi satu per satu	
42	Gerakan wrist circle Memijat dengan memberi gerakan memutar dengan sisi ibu jari dan jari telunjuk pada pergelangan tangan bayi	
43	Gerakan swedish milking Gerakan 1 tangan dipergelangan tangan bayi, 1 tangan lagi menggenggam tangan bayi dan di massage ke arah pangkal tangan bayi	
44	Gerakan roliing Kedua telapak tangan menggetarkan tangan bayi	
45	Gerakan integration Memegang tangan, bokong dan paha bayi lalu menggetarkan	

**Pemijatan pada Wajah**

46	<p>Gerakan Open Book                  Memijat dengan ibu jari di dahi                  gerakan membuka dari ujung ke luar                  sampai ke pelipis bayi</p>	
47	<p>Gerakan eye brow relax                  Memijat dengan ibu jari di atas alis                  gerakan membuka dari ujung ke luar                  sampai ke pelipis bayi</p>	
48	<p>Gerakan upper lip line                  Memijat dengan ibu jari di atas bibir                  gerakan membuka dari ujung ke luar</p>	
49	<p>Gerakan bottom up line                  Memijat dengan ibu jari di bawah dagu                  gerakan membuka dari ujung ke luar</p>	
50	<p>Gerakan chek bone circle                  Gerakan memutar pada sisi pipi kiri                  dan kanan</p>	
51	<p>Gerakan sinus line                  Dengan telunjuk, pijat secara lembut                  dari sisi hidung ke pangkal hidung                  lalu ke sisi bawah hidung, arahkan                  ke tulang pipi sampai belakang                  kuping</p>	

52	Gerakan ears neck massage Massage dari belakang kupung sampai bawah dagu	
53	Gerakan pinna massage Memijat daun telinga	
54	Gerakan gentle head circle Gerakan dari kepala bayi sampai dagu bayi secara memutar	
55	Gerakan integration Gerakan dengan memegang sisi kepala bayi	
<b>Pemijatan pada Punggung</b>		
56	Gerakan back and forth Menggesekan punggung dengan telapak tangan ke arah berlawanan	
57	Gerakan sweeping neck to bottom Gerakan 1 tangan mengusap leer sampai bokong, 1 tangan menyanggah bokong	

58	Gerakan sweeping neck to teet Gerakan 1 tangan mengusap leher sampai bokong, 1 tangan menyanggah kaki	
59	Gerakan backside circle Gerakan memijat dengan memutar disisi tulang punggung	
60	Gerakan back side stroeke Gerakan membuka, dengan ibu jari dari tengah ke arah luar	
61	Gerakan combine Dengan jari membuka, memijat bayi dari leer ke bokong	
<b>Pemijatan pada bokong</b>		
62	Gerakan bottock stroke Memijat bokong bayi dengan memutar	

63	Gerakan leaft of bottock Memijit bokong bayi dengan memutar setengah lingkaran	
64	Gerakan integration Memegang tangan, bokong dan paha bayi lalu menggetarkan	
65	Rapihkan bayi, bereskan alat dan bahan	
15.	Cuci tangan dan keringkan	

### 3. Biodata Ketua dan Anggota Tim Pengusul Pengabdian Kepada Masyarakat

#### A. Biodata Ketua

1.	Nama	Nui Pawestri, S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb
2.	Jenis Kelamin	Perempuan
3.	Jabatan Fungsional	-
4.	NIDN	0331039301
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Ciamis, 31 Januari 1993
6.	Email	nuipawestri31@gmail.com
7.	No.Hp	081218878086
8.	Alamat Kantor	Jl. H.Baping RT.010/06 No.17 Kel.Susukan Kec.Ciracas Jakarta Timur 13750
9.	Nomor Telepon	021 22819921
10.	Mata Kuliah Yang Diampu	1.IlmU Penyakit Umum

#### B. Riwayat Pendidikan

<b>RIWAYAT PENDIDIKAN PERGURUAN TINGGI</b>				
<b>Tahun Lulus</b>	<b>Program Pendidikan</b>	<b>Perguruan Tinggi</b>	<b>Jurusan/Program Studi</b>	<b>Judul Skripsi/Tesis</b>
2019	Magister	Stikes Guna Bangsa Yogyakarta	Kebidanan	Pengaruh Edukasi Peer Group terhadap pengetahuan dan sikap tentang hygiene organ reproduksi remaja putri di Pondok pesantren An-Nur Bantul DIY Yogyakarta Tahun 2019
2015	Sarjana/ DIV Kebidanan	Stikes Bhakti Pertiwi Indonesia Jakarta	Kebidanan	Faktor-faktor yang berhubungan dengan plasenta previa pada ibu hamil trimester III di Rumah Sakit Pasar Rebo Jakarta Timur Tahun 2014
2014	Diploma III	Universitas MH. Thamrin Jakarta	Kebidanan	Gambaran pengetahuan mahasiswa tingkat 1 tentang HIV/AIDS di prodi D3 Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas M.H Thamrin Tahun 2014

**C. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir (Bukan Skripsi, Tesis, maupun Disertasi)**

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah (Rp)
1				
2				

\* Tuliskan sumber pendanaan baik dari skema penelitian DIKTI maupun dari sumber lainnya.

**D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah (Rp)
1				
2				

\*Tuliskan sumber pendanaan baik dari skema pengabdian kepada masyarakat DIKTI maupun dari sumber lainnya.

**E. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume / Nomor / Tahun
1			
2			

**F. Pemakalah Seminar Ilmiah (*Oral Presentation*) dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Nama Pertemuan Ilmiah / Seminar	Judul Artikel Jurnal	Waktu dan Tempat
1			
2			

**G. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1				
2				

**H. Perolehan HKI dalam 5–10 Tahun Terakhir**

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1				
2				

**I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Judul / tema / jenis karya sosial lainnya yang telah ditetapkan	Tahun	Tempat penerapan	Respon masyarakat
1				
2				
3				

**J. Penghargaan dalam 10 tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)**

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1			
2			

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidak-sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 08 Agustus 2023

Pengusul,



(Nui Pawestri, S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb)

## B. Biodata Anggota

### 1. Identitas Diri

1.	Nama	Herselowati, SST, M.Kes
2.	Jenis Kelamin	Perempuan
3.	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4.	NIDN	0328098303
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Jakarta, 28 September 1983
6.	Email	herselowati@gmail.com
7.	No.Hp	081314155553
8.	Alamat Kantor	Jl. H.Baping RT.010/06 No.17 Kel.Susukan Kec.Ciracas Jakarta Timur 13750
9.	Nomor Telepon	021 22819921
10.	Mata Kuliah Yang Diampu	1. Asuhan Kebidanan Kehamilan 2. Kebutuhan Dasar Kebidanan

### 2. Riwayat Pendidikan

RIWAYAT PENDIDIKAN PERGURUAN TINGGI				
Tahun Lulus	Program Pendidikan	Perguruan Tinggi	Jurusan/Program Studi	Judul Skripsi/Tesis
2015	Magister	Universitas Respati Indonesia	Ilmu Kesehatan Masyarakat	Analisis Perdarahan Post Partum Primer di RSUD Ciawi periode Tahun 2012-2014
2010	Sarjana/ DIV Kebidanan	Universitas Padjadjaran	Kebidanan	Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Indeks Prestasi pada mahasiswa D III Kebidanan tingkat II di STIKES MH Thamrin tahun 2009
2005	Diploma III	STIKes Aisyiyah Yogyakarta	Kebidanan	Hubungan Fungsi Keluarga dengan seks pra nikah pada remaja di Kecamatan

				Ngampilan Yogtakarta tahun 2005
--	--	--	--	------------------------------------

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam Biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Usulan Dosen Muda.

Jakarta, 30 Mei 2023



Herselowati, SST, M.Kes

#### 4. Anggaran Biaya

Format Ringkasan Anggaran Biaya Pengabdian kepada masyarakat Dosen Pemula  
Diajukan

No.	Komponen Biaya	Vol	Satuan	Harga	Total
1.	Alat dan Bahan				
	Souvenir (biscuit balita)	20	OB	5.000	100.000
	<b>Subtotal</b>				<b>100.000</b>
2.	Travel Expenditure				
	a. Transport Pengumpulan Data Awal	2	OK	0	0
	b. Transport Perijinan ke kepala RT setempat	2	OK	0	0
	<b>Subtotal</b>				<b>0</b>
3.	ATK dan BHP				
	Minyak pijat	20	OB	10.000	100.000
	Kertas HVS	5	Lmbr	1.000	5.000
	Foto Coppi	100	Lmbr	300	30.000
	Leaflead (softcopy)	2	Lmbr	0	0
	<b>Subtotal</b>				<b>135.000</b>
4.	Laporan/desiminasi/Publikasi				
	Pengandaan Laporan	2	Eks	10.000	200.000
	<b>Subtotal</b>				<b>200.000</b>
	<b>Total</b>				<b>435.000</b>

## 5. BUKTI PELAKSANAAN

### A. BERITA ACARA KEGIATAN



**PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN  
UNIVERSITAS IPWIJA**

**BERITA ACARA  
KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Pada Hari Ini Selasa Tanggal 08 Bulan Agustus Tahun 2023 di Mushola Imamul Muttaqin RT 013 RW 07 Kelurahan Susukan Kecamatan Ciracas Jakarta Timur. Telah melaksanakan serangkaian kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat pada tanggal 21 dan 28 Juli 2023 dalam bentuk peningkatan pengetahuan dan keterampilan Pijat Bayi melalui penyuluhan dan pelatihan serta memberikan penilaian sampai peserta pelatihan benar – benar mampu melakukan pijat bayi secara mandiri.

Kejadian yang berlangsung selama kegiatan :

1. Memberikan proposal kegiatan
2. Meminta izin kepada pihak berwenang
3. Penyampaian materi menggunakan media *Job Sheet* (lembar kerja)
4. Menentukan tempat dan waktu pelaksanaan
5. Melakukan penyuluhan dan pelatihan pijat bayi secara bersamaan
6. Melakukan tanya jawab kepada peserta pelatihan
7. Memberikan apresiasi pada peserta pelatihan yang mampu menjawab pertanyaan dan dapat melakukan pijat bayi dengan baik
8. Melakukan pelatihan secara mandiri dengan kontrak waktu tersendiri
9. Melakukan evaluasi secara mandiri dengan kontrak waktu tersendiri

Demikian berita acara ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan kesempatannya, Kami mengucapkan terimakasih.

Jakarta 08 Agustus 2023

Ketua Pelaksana

**Nui Prawetri, S.Tr.Keb., M.Tr.Keb**

Ketua RT 13 RW 07



**Ericca Yadi Saputra, A.Md**

Mengetahui,  
Kepala LP2M



**Dr. Ir. Titing Widyastuti, MM**

## B. UCAPAN TANDA TERIMAKASIH

### UCAPAN TERIMAKASIH



diberikan kepada :

***Nui Pawestri, S.Tr.Keb.,M.Tr.Keb***

Atas partisipasinya sebagai pemateri  
dalam kegiatan pelatihan pijat bayi sehat pada ibu  
pada tanggal 21 dan 28 Juli 2023  
di wilayah RT 013 RW 007 Kelurahan Susukan Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur



### UCAPAN TERIMAKASIH



diberikan kepada :

***Herselowati, SST, M.Kes***

Atas partisipasinya sebagai pemateri  
dalam kegiatan pelatihan pijat bayi sehat pada ibu  
pada tanggal 21 dan 28 Juli 2023  
di wilayah RT 013 RW 007 Kelurahan Susukan Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur



### C. ABSENSI KEHADIRAN PESERTA

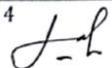
Daftar Hadir Responden  
Kelas Pijat Bayi

Hari : Sabtu  
Tanggal : 28 Juli 2023

NO	NAMA	RT/RW	TANTA TANGAN	
1	Siti Dian Utami	013/007	1	2
2	Aprillia Lusiana	06/007	3	4
3	MOKITA . A (OLLY?)		5	6
4	Dwi Syaklati Utami	013/007	7	8
5	arita puspita sari	13/07	9	10
6	Sartika	13/07	11	12
7	Inayah Asna		13	14
8	Rahmawati		15	16
9	SEWI		17	18
10	Roro Asmido		19	20
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

Daftar Hadir Responden  
Kelas Pijat Bayi

Hari : Sabtu  
Tanggal : 21 Juli 2023.

NO	NAMA	RT/RW	TANTA TANGAN	
1	Hermi Endang		1 	2 
2	Maya Ratna Furi			
3	Siska Pratiwi		3 	4 
4	Ummu Hanani			
5	Astri Sugianti		5 	6 
6	Rani Fitriani			
7			7	8
8				
9			9	10
10				
11			11	12
12				
13			13	14
14				
15			15	16
16				
17			17	18
18				
19			19	20
20				

#### D. DOKUMENTASI KEGIATAN





## 6. LEMBAR PERSETUJUAN

### **Lembar Persetujuan**

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Dengan Hormat,  
Semoga Ibu dan adik semua dalam keadaan sehat wal afiat.

Sehubungan dengan diadakannya Pengabdian Kepada Masyarakat oleh Universitas IPWIJA, yang berjudul Kelas Pijat Bayi, maka Saya memohon Ibu untuk mengisi lembar persetujuan atas kesediaannya menjadi responden kelas pijat bayi

Setelah mendapatkan penjelasan dan informasi yang akan dilakukan, maka saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :  
Umur :  
Pendidikan Terakhir :  
Pekerjaan :  
Jumlah Anak :

Menyatakan bersedia untuk menjadi responden pada yang dilakukan oleh :

Nama : Herselowati,SST.,M.Kes  
Pekerjaan : Dosen D-III Kebidanan Universitas IPWIJA  
Alamat : Jl. Masjid No 41 RT 13 RW 07 Kel Susukan Kec Ciracas

Demikian Lembar Persetujuan ini Saya buat, atas perhatian dan partisipasinya Saya ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Pelaksana Pengabdian Kepada Masyarakat

Peserta

(Herselowati,SST,M.Kes)

(.....)

## 7. SOAL PRETEST DAN POST TES PESERTA

Jawablah soal dibawah ini dengan memberi silang (x) pada jawaban yang saudara anggap benar.

No	Pertanyaan	Benar	Salah
1	Pijat merupakan salah satu bentuk dari therapi sentuh dan dapat berfungsi sebagai pengobatan		
2	Pijat berarti bounding		
3	Tangan mau meraih merupakan salah satu tanda bayi belum siap dipijat		
4	Hal yang perlu diperhatikan dalam memijat bayi adalah bila bayi menangis maka pemijatan dihentikan sementara, namun bila bayi terus menangis makan pemijatan dihentikan		
5	Salah satu manfaat pijat bayi adalah meningkatkan aktivitas nervus vagus sehingga mempengaruhi proses buang air besar		
6	Mengoceh merupakan salah satu tanda bayi siap dipijat		
7	Bayi bangun dan merespon merupakan salah satu tanda bayi belum siap dipijat		
8	Tehnik I Love U adalah memijat pada bagian perut		
9	Memijat hanya boleh dilakukan oleh tenaga kesehatan atau therapis		
10	Waktu yang tepat untuk memijat adalah pada jam bermain anak		
11	Pandangan orang tua dapat mengurangi tingkat kecemasan bayi		
12	Salah satu manfaat pijat bayi adalah mengeluarkan enzin ODC (Ornithine Decarboxilate), untuk pertumbuhan sel dan jaringan		
13	Tangan di genggam merupakan salah satu tanda bayi belum siap dipijat		
14	Memijat dapat dimulai dari bagian wajah		
15	Memijat sebaiknya dengan menggunakan baby oil		