

**LAPORAN AKHIR PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**PKM STIMULASI TUMBUH KEMBANG ANAK DENGAN PIJAT BAYI  
DI DESA RIDAN PERMAI TAHUN 2022**

**TIM PENGUSUL:**

**KETUA : Ns. PUTRI EKA SUDIARTI, M.Kep (1003039202)**  
**ANGGOTA : MARINI ARIESTA, S.Tr.Keb, M.K.M (1029039401)**  
**NS. GUSMANVIRGO, S.Kep, M.KL (1022087401)**  
**ANGGELA DWI PRATIWI (1914201003)**  
**MEUTIA MAULIDA (1914201021)**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI RIAU**  
**TAHUN AJARAN 2021/2022**

## HALAMAN PENGESAHAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Judul Pengabdian : PKM Stimulasi Tumbuh Kembang Anak dengan Pijat Bayi di Desa Ridan Permai Tahun 2022

Kode>Nama Rumpun Ilmu : 371 / S1 Keperawatan.

Pengabdi :

a. Nama Lengkap : Ns, Putri Eka Sudiarti, M.Kep

b. NIDN/NIP : 1003039202

c. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli

d. Program Studi : S1 Keperawatan

e. No Hp : 081370359020

f. email : putriekasugiarti@gmail.com

Anggota Peneliti (1) :

a. Nama lengkap : Marini Ariesta, S.Tr.Keb, M.KM

b. NIDN/NIP : 1029039401

c. Program Studi : S1 Keperawatan

Anggota Peneliti (2) :

a. Nama lengkap : Ns. Gusman Virgo, S,Kep, M.KL

b. NIDN/NIP : 1022087401

c. Program Studi : S1 Keperawatan

Mitra PkM : Pustu Ridan Permai

Jarak PT Ke Lokasi PkM : 5 KM

Biaya Pengabdian : Rp. 3.000.000


Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

  
**Dewi Anggriani Harahap, M. Keb**  
NIP-TT 096.542.089

Bangkinang, 22 Januari 2022  
Pengusul,

  
**Ns. Putri Eka Sudiarti, M.Kep**

Menyetujui,  
Ketua LPPM Universitas Palawan Tuanku Tambusai

  
**Dr. Musnaf Daulay, M.Pd**  
NIP-TT 096.542.108

## IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

---

1. Judul PKM : PKM Stimulasi Tumbuh Kembang Anak dengan Pijat Bayi di Desa Ridan Permai
2. Tim PKM : 1. Ns. Putri Eka Sudiarti, M.Kep  
2. Marini Ariesta, S.Tr.Keb, M.K.M  
3. Ns Gusman Virgo, S.KEp, M.KL

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Program Studi
1.	Ns. Putri Eka Sudiarti, M.Kep	Dosen	Kesehatan	S1 Keperawatan
2.	Marini Ariesta, S.Tr.Keb, M.K.M	Dosen	Kesehatan	S1 Keperawatan
3.	Ns Gusman Virgo, S.KEp, M.KL	Dosen	Kesehatan	S1 Keperawatan

3. Objek PKM : Ibu yang memiliki Balita di Desa ridan Permai
4. Masa Pelaksanaan : Bulan Januari 2022
5. Lokasi PKM : Desa Ridan Permai
6. Instansi lain yang terlibat : Pustu Ridan Permai
7. Skala perubahan dan peningkatan kapasitas sosial kemasyarakatan dan atau pendidikan yang ditargetkan : meningkatnya keinginan dan kemampuan pijat bayi para ibu yang memiliki balita di Desa Ridan Permai.
8. Jurnal ilmiah yang menjadi sasaran : Jurnal Pengabdian Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

## DAFTAR ISI

COVER.....	i
IDENTITAS DAN URAIAN UMUM .....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
I. PENDAHULUAN .....	1
II. SOLUSI DAN LUARAN .....	3
III. METODE PELAKSANAAN .....	4
IV. KELAYAKAN KEPAKARAN .....	5
V. BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN.....	6
VI. PELAKSANAAN .....	8
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Analisis Situasi**

Bayi bisa tumbuh & berkembang dengan baik apabila kebutuhan dasarnya terpenuhi, yaitu asah, asih & asuh. Kebutuhan asah diklaim dengan kebutuhan stimulasi. Pemberian stimulasi perlu diberikan secara dini buat merangsang & membuat sedini mungkin kemampuan sensorik, emosional bahkan kognitif bayi/anak yaitu menggunakan melakukan pijat bayi. Melalui pemijatan aliran darah akan lancar mengalir keseluruh tubuh, termasuk ke otaknya. Salah satu zat krusial yg dibawa yaitu oksigen. Terpenuhinya oksigen di otak secara relatif menciptakan konsentrasi & kesiagaan bayi semakin baik (Sembiring, 2017).

Menurut hasil Pemantuan Gizi Nasional tahun 2018 di Indonesia sebanyak 13,8% balita mempunyai status gizi kurang, 3,9% balita mempunyai status gizi buruk dan 19,3% balita mempunyai status gizi pendek (Riskesdas, 2018). Nusa Tenggara Barat hasil pemantauan gizi tahun 2018 didapatkan balita dengan status gizi kurang sebanyak 20,49%, status gizi buruk 5,91% dan anak dengan status pendek sebanyak 33,49%. Presentase tersebut melebihi rata-rata nasional. Lombok timur merupakan sampel terbanyak pada Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 pada usia 0-23 bulan sebanyak 484 (Riskesdas, 2018).

Penelitian yang dilakukan (Irva, Hasanah, & Woferst, 2014) pijat bayi menaruh manfaat mempertinggi berat badan sebanyak 700 gr selama dua minggu pemijatan. Pada bayi usia 0-tiga tahun, gerakan yang dilakukan lebih mendekati usapan-usapan halus, tekanan ringan, & menggunakan tekanan, disarankan pemijatan dilakukan lebih kurang 15 menit, sesuai usia bayi & saat bisa ditingkatkan sesuai kebutuhan (Roesli, 2016). Efektifitas pijat bayi menaruh manfaat dalam perkembangan motorik sangat baik pada anak usia 8-28 hari dibandingkan menggunakan anak yg nir diberikan stimulasi pijat bayi (Rizki, 2017). Pijat bayi yang dilakukan sebelum tidur malam bisa mempertinggi lamanya tidur malam dalam bayi usia tiga - 6 bulan (Permata, Fisioterapi, & Abdurrab, 2017).

Setiap anak perlu mendapat stimulasi rutin sedini mungkin dan terus menerus

pada setiap kesempatan. Stimulasi tumbuh kembang anak dilakukan oleh ibu dan ayah yang merupakan orang terdekat dengan anak, pengganti ibu/pengasuh anak, anggota keluarga lain dan kelompok masyarakat di Lingkungan rumah tangga masing-masing dan dalam kehidupan sehari-hari. Kurangnya stimulasi dapat menyebabkan penyimpangan tumbuh kembang anak bahkan gangguan yang menetap (Depkes., 2016).

Di Indonesia, sejarah pemijatan berawal berdasarkan nenek moyang masa lampau & turun temurun sampai sekarang. Pelaksanaan pijat bayi pada warga masih dipegang kiprahnya sang dukun bayi. Keterampilan pijat bayi yang dimiliki dukun bayi dari berdasarkan pengetahuan yang turun temurun tanpa training spesifik dan tidak bisa dipertanggung jawabkan secara ilmiah, sebagai akibatnya keuntungannya kurang optimal. Selain itu, perilaku masyarakat yaitu memijatkan bayinya ke dukun bayi hanya saat bayi sedang sakit, padahal pijat bayi akan optimal untuk stimulasi tumbuh kembang apabila dilakukan secara rutin waktu sehat, tidak hanya saat sedang sakit saja.

Pada saat ini sedang marak nama “Baby Spa” yaitu pijat bayi yang dilakukan sudah bertujuan untuk stimulasi tumbuh kembang dan dilakukan oleh tenaga yang sudah terlatih, namun biasanya dengan biaya relatif mahal yang tidak terjangkau oleh masyarakat kelas ekonomi menengah ke bawah. Berdasarkan hal tersebut maka dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk sosialisasi dan stimulasi tentang pemijatan bayi untuk mendukung tumbuh kembang bayi. Pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk memberikan pemahaman dan praktek tentang pijat bayi kepada ibu yang memiliki anak usia 0-24 bulan agar ibu dapat melakukan secara mandiri pijat bayi kepada anaknya.

## **B. Permasalahan Mitra**

Melihat latar belakang di atas, seperti perilaku masyarakat yaitu memijatkan bayinya ke dukun bayi hanya ketika bayi sedang sakit, biaya pijat bayi yang relatif mahal dan tidak terjangkau oleh masyarakat kelas ekonomi menengah ke bawah maka dapat disimpulkan bahwa perumusan masalah dalam penulisan laporan ini yaitu, belum pernah dilakukan pemberian Stimulasi Tumbuh Kembang Anak dengan Pijat Bayi di Desa Ridan Permai.

## BAB 2

### SOLUSI DAN TARGET LUARAN

#### A. Solusi Yang Ditawarkan

Dilakukannya stimulasi tumbuh kembang anak melalui pijat bayi yaitu dengan:

1. Pemeriksaan pertumbuhan anak yaitu tinggi badan dan berat badan untuk mengetahui ada atau tidaknya penyimpangan. Pemeriksaan dilakukan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pijat bayi
2. Tes perkembangan dengan menggunakan KPSP untuk mengetahui ada atau keterlambatan perkembangan anak. Pemeriksaan dilakukan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pijat bayi
3. Pemberian pelatihan/ mengajarkan praktik pijat bayi kepada ibu dengan balita

#### B. Luaran Kegiatan

1. Hasil pemeriksaan pertumbuhan anak yaitu tinggi badan dan berat badan anak sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pijat bayi
2. Hasil tes perkembangan anak sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pijat bayi.
3. Peningkatan pengetahuan dan kemampuan ibu dalam melakukan pijat bayi.

Tabel 1. Rencana Target Capaian Luaran

NO	JENIS LUARAN	INDIKATOR CAPAIAN
<b>Luaran Wajib</b>		
1	Publikasi ilmiah pada Jurnal ber ISSN/Prosiding <sup>1)</sup>	Belum
2	Publikasi pada media masa cetak/online/repocitory PT) <sup>6)</sup>	Belum
3	Peningkatan daya saing (peningkatan kualitas, kuantitas, serta nilai tambah barang, jasa, diversifikasi produk, atau sumber daya lainnya ) <sup>4)</sup>	Belum
4	Peningkatan penerapan iptek di masyarakat (mekanisasi, IT, dan manajemen) <sup>4)</sup>	Belum
5	Perbaikan tata nilai masyarakat (seni budaya, sosial, politik, keamanan, ketentraman, pendidikan, kesehatan) <sup>2)</sup>	Belum

<b>Luaran Tambahan</b>		
1	Publikasi di jurnal internasional <sup>1)</sup>	Belum
2	Jasa; rekayasa sosial, metode atau sistem, produk/barang <sup>5)</sup>	Belum
3	Inovasi baru TTG <sup>5)</sup>	Belum
4	Hak kekayaan intelektual (Paten, Paten sederhana, Hak Cipta, Merek dagang, Rahasia dagang, Desain Produk Industri, Perlindungan Varietas Tanaman, Perlindungan Desain Topografi Sirkuit Terpadu) <sup>3)</sup>	Belum
5	Buku ber ISBN <sup>6)</sup>	Belum

Keterangan :

- 1) Isi dengan belum/tidak ada, draf, submitted, reviewed, atau accepted/published
- 2) Isi dengan belum/tidak ada, draf, terdaftar, atau sudah dilaksanakan
- 3) Isi dengan belum/tidak ada, draf, atau terdaftar/granted
- 4) Isi dengan belum/tidak ada, produk, penerapan, besar peningkatan
- 5) Isi dengan belum/tidak ada, draf, produk, atau penerapan
- 6) Isi dengan belum/tidak ada, draf, proses editing/sudah terbit



### BAB 3

#### METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pada kegiatan ini adalah:

1. Pemeriksaan pertumbuhan anak yaitu tinggi badan dan berat badan. Pemeriksaan dilakukan sebelum diberikan pelatihan pijat bayi
2. Tes perkembangan dengan menggunakan KPSP. Pemeriksaan dilakukan sebelum diberikan pelatihan pijat bayi
3. Pemberian pelatihan pijat bayi kepada ibu dengan balita.
4. Pemeriksaan pertumbuhan anak yaitu tinggi badan dan berat badan. Pemeriksaan dilakukan 1 bulan dari sesudah diberikan pelatihan pijat bayi
5. Tes perkembangan dengan menggunakan KPSP. Pemeriksaan dilakukan 1 bulan dari sesudah diberikan pelatihan pijat bayi

Adapun pelaksanaan kegiatan ini diuraikan dalam tabel berikut:

NO	KEGIATAN	URAIAN KEGIATAN
1.	Persiapan	<p>Observasi ulang lokasi setelah proposal lulus seleksi</p> <p>Koordinasi ulang dengan kepala Desa dan Petugas Pustu</p> <p>Penyusunan Kegiatan, dengan rincian sebagai berikut :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta yang hadir di lakukan pendataan tentang nama dan usianya peserta pelatihan.</li> <li>• Dilakukan pemeriksaan BB dan TB sebelum pelatihan pijat bayi</li> <li>• Dilakukan tes perkembangan dengan menggunakan KPSP sebelum pelatihan pijat bayi</li> <li>• Pemberian pelatihan pijat bayi</li> <li>• Kesimpulan dari hasil pemeriksaan disampaikan ke orang tua untuk dijadikan masukan</li> <li>• Kumpulan hasil pemeriksaan direkap dan disampaikan ke pihak mitra.</li> </ul>

		<p>Persiapan bahan dan alat yang terdiri dari :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Timbangan Berat badan</li> <li>• Alat pengukur tinggi badan</li> <li>• Lembar KPSP</li> <li>• Modul Pijat Bayi</li> <li>• Phantom bayi, baby oil, dan pakaian bayi.</li> <li>• Alat tulis dan kertas</li> </ul>
2.	Pelaksanaan	Pelatihan Pijat Bayi dibantu oleh mahasiswa
3.	Evaluasi	<p>Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan pada kemampuan ibu dalam melakukan pijat bayi.</p>

## BAB 4

### KELAYAKAN KEPAKARAN

Dalam melakukan pengabdian kepada masyarakat ini, diperlukan seseorang yang memiliki pengetahuan mengenai Diabetes Mellitus

<b>Ketua pengusul</b>		
Nama	Bidang keahlian	Tugas
Ns. Putri Eka Sudiarti, M.Kep	Keperawatan (Telah mengikuti pelatihan <i>baby massage</i> atau pijat bayi)	Memimpin dan mengkoordinasikan seluruh tahapan kegiatan mulai dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap evaluasi dan tahap pelaporan hasil pengabdian masyarakat serta menyajikan materi.
<b>Anggota pengusul</b>		
Marini Ariesta, S.Tr.Keb, M.K.M	Keperawatan	Membantu ketua pengusul dalam mempersiapkan kegiatan pengabdian masyarakat.
Ns. Gusman Virgo, S.Kep, M.KL	Keperawatan	Membantu ketua pengusul dalam mempersiapkan kegiatan pengabdian masyarakat.
Mutia	Mahasiswa Keperawatan	Membantu pelaksanaan kegiatan
Angela Dwi Pratiwi	Mahasiswa Keperawatan	Membantu pelaksanaan kegiatan

## BAB 5. BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

### 1. Biaya Pengabdian

Tabel 1. Biaya Pengabdian

<b>1. Honorarium</b>				
<b>Uraian</b>	<b>Justifikasi Pemakain</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>Harga Satuan</b>	<b>Harga (Rp)</b>
Honorarium Koordinator Pengabdi	Ketua (dosen) dan pemberi pelatihan	1	500.000	500.000
Pembantu Pengabdi	Anggota (Dosen)	1	300.000	300.000
Pembantu Pengabdi	Anggota (mahasiswa)	2	75.000	250.000
		<b>Sub total (Rp)</b>		<b>1.050.000</b>
<b>2. Peralatan Penunjang.</b>				
<b>Material</b>	<b>Justifikasi Pemakain</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>Harga Satuan</b>	<b>Harga (Rp)</b>
Spanduk	Peralatan penunjang	1	250.000	250.000
Timbangan	Peralatan penunjang	1	150.000	150.000
Pengukur tinggi badan	Peralatan penunjang	1	150.000	150.000
set alat permainan anak	Peralatan penunjang	3	100.000	300.000
		<b>Sub total (Rp)</b>		<b>850.000</b>
<b>2. Bahan Habis Pakai</b>				
<b>Material</b>	<b>Justifikasi Pemakain</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>Harga Satuan</b>	<b>Harga (Rp)</b>
Alat tulis	ATK kegiatan	8 buah	10.000	80.000
Kertas HVS	ATK kegiatan	1 Rim	50.000	50.000
Cartridge hitam	ATK kegiatan	1 bh	75.000	75.000
Cartridge warna	ATK kegiatan	1 bh	75.000	75.000
Fotocopy modul	ATK kegiatan	50 eksemplar	6.000	300.000
Konsumsi (snack + makan)	Konsumsi di lapangan	50 orang	5.000	250.000
Susu UHT	Konsumsi di lapangan	14 orang	5.000	70.000
<b>SUB TOTAL (Rp)</b>				<b>900.000</b>
<b>3. Perjalanan</b>				
<b>Material</b>	<b>Justifikasi Pemakaian</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>Harga Satuan</b>	<b>Harga (Rp)</b>
Dari dan ke tempat kegiatan	Transportasi ke lapanagn	4 hari	50.000	<b>200.00</b>
<b>SUB TOTAL</b>				<b>200.00</b>
<b>GRAND TOTAL</b>				<b>3.000.000</b>

### 3. Jadwal Pengabdian

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 5 bulan.

Jadwal kegiatan dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Jadwal Pengabdian

No	Kegiatan	Oktober 2021 – Februari 2022				
		Oktober	November	Desember	Januari	Februari
1.	Penyusunan proposal	■	■			
2.	Administrasi kegiatan		■			
3.	Penjajakan situasi dan teknis kegiatan dengan Pihak Desa Ridan Permai		■			
4.	Persiapan			■	■	
5.	Pelaksanaan kegiatan			■	■	
6.	Evaluasi kegiatan					■
7.	Penyusunan laporan					■

## **BAB 6 PELAKSANAAN KEGIATAN**

Kegiatan ini diawali dengan penyusunan proposal dan administrasi kegiatan, pada bulan November tahun 2021, kemudian dilanjutkan dengan peninjauan situasi dan teknis kegiatan dengan tenaga kesehatan PUstu Ridan Permai Serta Kader Kesehatan di beberapa Posyandu, dilakukan survey dan diskusi dengan pihak Pustu Desa Ridan Permai. Persiapan alat dan pelatihan dilakukan pada minggu kedua bulan Januari dengan mempersiapkan bahan dan modul pijat bayi. Pelaksanaan kegiatan *Pijat Bayi* pada Tanggal 13 Januari 2022 di Desa Ridan Permai. Peserta dalam kegiatan ini adalah ibu yang memiliki anak usia 0-12 bulan di Desa ridan Permai.. Tim pelaksana berangkat jam 8 pagi dari Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai menuju Desa Ridan Permai, dan tiba di Desa Ridan Permai pukul 08.15 WIB, sesampainya disana tim disambut oleh pihak Pustu, diterima di rumah salah satu warga. Setelah acara ramah tamah, acara dimulai dengan pembukaan, Lalu pemeriksaan pertumbuhan dan perkembangan anak , Setelah itu dilanjutkan dengan proses pelatihan pijat bayi kepada yang memiliki anak usia 0-12 bulan. Para ibu anak usia 0-12 bulan mengikuti dengan antusias dan diakhiri dengan penutupan acara serta pemberian kenang-kenangan kepada para peserta pelatihan. Diharapkan dengan kegiatan ini, para ibu dengan anak usia 0-12 bulan dapat rutin melakukan pijat bayi sehingga dapat menstimulus pertumbuhan dan perkembangan bayi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aminarti, D. (2013) Pijat dan senam untuk bayi & balita. Yogyakarta: Brilliant Books
- Depkes., R. (2016) 'Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi, dan intervensi tumbuh kembang anak.'
- Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat (2013) 'Kerangka Kebijakan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 HPK)', p. 71.
- KPPN (2019) Daftar Desa Pada Kawasan Perdesaan Prioritas Nasional. Jakarta: Kementrian Desa.
- Kusuma, R. M., Agustina, S. A. and Susanti, D. (2019) 'Pelatihan dan pendampingan pijat bayi pada kader POSYANDU sebagai stimulasi tumbuh kembang balita di Tegalrejo , KotaYogyakarta', 3(3), pp. 355–366.
- Maharani, S. (2009) Pijat dan Senam Sehat Untuk Bayi. Yogyakarta: Kata Hati.
- Murtiningsih, M., Wijaya, I. P. D. and Permadi, A. W. (2019) 'Pijat Bayi Untuk Meningkatkan Motorik Kasar Duduk Dan Merangkak Mandiri Pada Bayi Usia 9 Bulan Di Upt Kesmas Sukawati I', Jurnal Kesehatan Terpadu, 3(1), pp. 22–25. doi: 10.36002/jkt.v3i1.710.
- Permata, A., Fisioterapi, P. S. D. and Abdurrab, U. (2017) 'Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Lama Tidur Malam Pada Bayi 3 - 6 Bulan Effects of Baby Massage to Improvement of Long Night Sleep on Baby 3-6 Months', (2), pp. 37–45.
- Priyoto (2014) Teori Sikap dan Prilaku dalam Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rizki, L. (2017) 'Efektivitas Pijat Bayi Pada Perkembangan Motorik pada Bayi Usia 8-28 hari', Maternal and Neonatal Health Journal, 1(2), pp. 76–80.
- Roesli, U. (2016) Pedoman Pijat Bayi. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Sembiring, J. B. 201. (2017) Asuhan Neonatus, Bayi, Balita, Anak Pra Sekolah. Yogyakarta: Deepublish.
- Subakti, Y and Anggrani, D. (2008) Keajaiban Pijat Bayi dan Balita. Jakarta: Wahyu Media.
- Yaumi, Muhammad dan Damopolii, M. (2014) Action Research : Teori, Model, dan Aplikasi. Jakarta: Kencana.

## Lampiran 1

### Biodata Ketua Tim Pengabdian Kepada Masyarakat

#### A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Ns. Putri Eka Sudiarti, M.Kep
2.	Jenis Kelamin	Perempuan
3.	Jabatan fungsional	Asisten Ahli
4.	NIP	
5.	NIDN	1003039202
6.	Tempat Tanggal Lahir	Teluk Dalam/03 Maret 1992
7.	e-mail	<a href="mailto:Putriekasugiarti@gmail.com">Putriekasugiarti@gmail.com</a>
8.	No Telepon/ HP	081370359020
9.	Alamat kantor	Jln. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang Kab. Kampar Prop. Riau
10.	No Telepon/ Faks	(0762) 21677
11.	Lulusan Yang Telah Dihilangkan	S1 = -orang, S2 = - orang
12.	Mata Kuliah yang Diampu	1. Keperawatan Anak I 2. Keperawatan Dasar II

#### B. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2	S-3
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Gadjah Mada	Universitas Andalas	
Bidang Ilmu	Keperawatan	Keperawatan	
Judul Skripsi/Tesis/Disertasi	Pencegahan Dekubitus pada pasien ICU dengan ventilasi mekanik di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta	Pengaruh edukasi gizi menggunakan media <i>leaflet</i> , lembar balik dan video terhadap pengetahuan dan praktik pemberian MP-ASI pada ibu anak usia 6-24 bulan di wilayah Kabupaten Kampar, Riau	
Nama Pembimbing/Promotor	1. Dr. Sri Setiyarini, S.Kp., M.Kes 2. Sutono, S.Kp., M.Sc	1. Dr. Ns.Meri Neherta, S.Kep, M.Biomed 2. Ns. Deswita, M.Kep, Sp.Kep.An	

#### C. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (RP)
1	2020	Gambaran Kejadian Diare pada Anak Usia <2 tahun di Puskesmas	Dana hibah YPTT	5.800.000,-



		Kampar		
2.	2021	Penerapan Protokol Kesehatan COVID-19 Mahasiswa Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Tahun 2020	Dana Hibah YPTT	5.000.000
3	2021	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku <i>Bullying</i> Pada Siswa/Siswi Di SMA Negeri 2 Bangkinang Kota Tahun 2021	Dana Hibah YPTT	3.000.000

#### D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (RP)
1.	2020	Edukasi Gizi MP-ASI pada Ibu Dengan Anak Usia 0 -24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Ridan Permai.	Dana Hibah YPTT	2.000.000
2.	2021	Pemantauan Tumbuh Kembang Anak di PAUD AQILA KIDS	Dana Hibah YPTT	2.000.000
3.	2021	<i>Diabetes Self Managemen Education</i> pada Masyarakat di Desa Sungai Pinang.	Dana Hibah YPTT	2.000.000

#### E. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/Nomor/ Tahun
S S			

e

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

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan laporan pengabdian kepada masyarakat.

Bangkinang, November 2021  
Pengusul



(Ns. Putri Eka Sudiarti, M.Kep)

## Biodata Anggota Tim Pengabdian Kepada Masyarakat

### A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Marini Ariesta, S.Tr.Keb, M.K.M
2.	Jenis Kelamin	Perempuan
3.	Jabatan fungsional	Tenaga Pengajar
4.	Jabatan Struktural	
5.	NIY	
6.	NIDN	1029039401
7.	Tempat Tanggal Lahir	Lipat Kain, 29 Maret 1994
8.	e-mail	<a href="mailto:mariniariesta29@gmail.com">mariniariesta29@gmail.com</a>
9.	No Telepon/ HP	082170201373
10	Alamat kantor	Jln. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang Kab. Kampar Prop. Riau
11	No Telepon/ Faks	(0762) 21677
12	Lulusan Yang Telah Dihasilkan	S1 = - orang, S2 = - orang
13	Mata Kuliah Yang Diampu	1. Keperawatan Maternitas

### B. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2	S-3
Nama Perguruan Tinggi	STIKes Prima Nusantara	STIKes Hangtuah	-
Bidang Ilmu	Kebidanan	Kesehatan Masyarakat	-
Judul Skripsi/ Tesis/ Disertasi			-
Nama Pembimbing/Promotor			

### A. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (RP)
1.	2021	Penerapan Protokol Kesehatan COVID-19 Mahasisw Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Tahun 2020	Dana Hibah YPTT	5.000.000
1	2021	Faktor-Faktor Yang Berhubungan	Dana Hibah	3.000.000

		Dengan Perilaku <i>Bullying</i> Pada Siswa/Siswi Di SMA Negeri 2 Bangkinang Kota Tahun 2021	YPTT	
--	--	---	------	--

**B. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat Dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (RP)
1.	2021	Pemantauan Tumbuh Kembang Anak di PAUD AQILA KIDS	Dana Hibah YPTT	2.000.000
2.	2021	<i>Diabetes Self Managemen Education</i> pada Masyarakat di Desa Sungai Pinang.	Dana Hibah YPTT	2.000.000

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

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan laporan pengabdian kepada masyarakat.

Bangkinang, November 2021  
Pengusul



**(Marini Ariesta, S.Tr.Keb, M.KM)**



UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI  
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT

e-mail : lppm.tambusai@yahoo.co.id

Alamat : Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinan, Kampar - Riau Kode Pos. 28412

Telp. (0762)21677, 085278005611, 085211804568

**SURAT PERINTAH TUGAS**

Nomor : 510 /LPPM/UPTT/XII/2021

Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai,  
dengan ini menugaskan kepada:

Nama	:	Ns. Putri Eka Sudiarti, M.Kep	1003039202
		Marini Ariesta, S.Tr.Keb, M.KM	1029039401
		Ns. Gusman Virgo, S.Kep, M.KL	1022087401
		Angela Dwi Pertiwi	
		Meutia Maulidia	
Jabatan	:	Dosen Prodi S1 Keperawatan	
		Dosen dan Mahasiswa Prodi S1	
		Keperawatan	

Melaksanakan kegiatan Pengabdian Masyarakat di Desa Ridan Permai dengan kegiatan “PKM Stimulasi Tumbuh Kembang Anak dengan Pijat Bayi di Desa Ridan Permai” pada Desember Tahun 2021. Dengan dikeluarkannya surat tugas ini, maka yang bersangkutan wajib melaksanakan tugas dengan sebenarnya dan bertanggungjawab kepada Ketua LPPM Tuanku Tambusai Riau.

Demikian surat tugas ini dibuat, untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Bangkinang, 27 Desember 2021  
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat  
Ketua,

  
**Dr. Musnar Indra Daulay, M.Pd**  
NIP - TT 096.542.108

Tembusan:

Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

**KETERANGAN  
DARI PEJABAT YANG MEMBERI TUGAS**

Tempat kedudukan pegawai yang memberi tugas	Berangkat	Tiba kembali
	Tanggal, tandatangan	Tanggal, tandatangan
	<p align="center">..... Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Ketua,</p>  <p align="center"><b>Dr. Musnar Indra Daulay, M.Pd</b> NIP-TT. 096.542.108</p>	<p align="center">..... Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Ketua,</p>  <p align="center"><b>Dr. Musnar Indra Daulay, M.Pd</b> NIP-TT. 096.542.108</p>

**DARI PEJABAT DI TEMPAT YANG DIKUNJUNGI**

Tempat kedudukan pegawai yang dikunjungi	Tiba di	Berangkat dari
	Tanggal, tandatangan	Tanggal, tandatangan
		

DAFTAR HADIR

PIJAT BAYI

<u>NO</u>	<u>NAMA</u>	<u>USIA IBU</u>	<u>NAMA ANAK</u>	<u>USIA ANAK</u>	<u>TTD</u>
1.	Aminah	32 th	Balqis	10 bulan	<i>Amyl</i>
2.	Aisyah	30 th	Yolanda	8 bulan	<i>Amyl</i>
3.	Amira	29 th	Fauzan	12 bulan	<i>Amyl</i>
4.	Wirda	27 th	Fahmi	14 bulan	<i>Amyl</i>
5.	Reza	28 th	Roby	5 bulan	<i>Amyl</i>
6.	Nana	31 th	Zikri	17 bulan	<i>Amyl</i>
7.	Syanas	32 th	Zunaira	7 bulan	<i>Suci</i>
8.	Dewi	30 th	Nisa	5 bulan	<i>Dewi</i>
9.	Vira	26 th	Dian	8 bulan	<i>Yuni</i>
10.	Yuni	25 th	Rahma	19 bulan	<i>Yuni</i>
11.	Rahmi	24 th	Arsyad	21 bulan	<i>Amyl</i>
12.	Afn1	22 th	Ar Sya	11 bulan	<i>Amyl</i>
13.	Wanda	30 th	wulan	6 bulan	<i>Amyl</i>
14.	Tulie	25 th	Kevin	16 bulan	<i>Yuni</i>
15.	Putri	22 th	Steven	5 bulan	<i>Amyl</i>
16.	Susanti	24 th	Megan	20 bulan	<i>Jeluzanti</i>
17.	Wati	31 th	Mawar	23 bulan	<i>Amyl</i>
18.	Fitri	30 th	Salma	24 bulan	<i>Amyl</i>
19.	Michel	27 th	Bryan	22 bulan	<i>Amyl</i>
20.	Pika	25 th	Angeli	7 bulan	<i>Amyl</i>
21.	Huda	30 th	Khaira	16 bulan	<i>Amyl</i>
22.	Perma	29 th	Bilqis	19 bulan	<i>Amyl</i>
23.	Ranti	23 th	Naira	2 bulan	<i>Chy</i>
24.	Suci	28 th	Nurul	22 bulan	<i>Suci</i>

DAFTAR HADIR

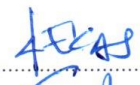

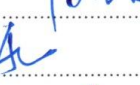


PIJAT BAYI

<u>NO</u>	<u>NAMA</u>	<u>USIA IBU</u>	<u>NAMA ANAK</u>	<u>USIA ANAK</u>	<u>TTD</u>
1.	Sari	29	Intan	7 bulan	Sf.
2.	Rita	32	Ritri	3 bulan	Rat.
3.	Wina	28	Rita	8 bulan	Wf.
4.	Nindia	30	Zafzan	12 bulan	Nindia
5.	Gita	27	Putra	5 bulan	Gita
6.	Sutri	25	Zidan	2 bulan	Sutri
7.	Nagita	32	Rayyanza	2 bulan	Nagita
8.	Paula	35	Kenzo	5 bulan	Paula
9.	Mina	28	Uti	1 bulan	Mina
10.	Pena	21	Zidan	1 bulan	Pena
11.	Irma	22	Arsy	3 bulan	Irma
12.	Rina	22	Sofwan	7 bulan	Rina
13.	Trisna	23	Fandy	9 bulan	Trisna
14.	Liana	25	Amel	15 bulan	Liana
15.	Salmi	27	Razia	20 bulan	Salmi
16.	Romani	30	Khanza	24 bulan	Romani
17.	Erma	25	Khiron	5 bulan	Erma
18.	Yossy	29	Zahwa	2 bulan	Yossy
19.	Lia	30	Haliza	16 bulan	Lia
20.	Novi	28	Klasy	13 bulan	Novi
21.	Sakti	26	Delisa	4 bulan	Sakti
22.	Ririn	26	Delia	6 bulan	Ririn
23.	Fadila	24	Khomba	11 bulan	Fadila
24.	Diana	24	Dafra	12 bulan	Diana



## BERITA ACARA PENGABDIAN MASYARAKAT

Pada hari ini tanggal Sembilan Desember tahun Dua Ribu Dua Puluh Satu telah dilaksanakan Pengabdian Masyarakat dengan Tema : “PKM Stimulasi Tumbuh Kembang Anak dengan Pijat Bayi di Desa Ridan Permai Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Bangkinang Kota Kabupaten Kampar Dengan Anggota:

1. Ns. Putri Eka Sudiarti, M.Kep : 
2. Ns. Gusman Virgo, S.Kep, MKL : 
3. Marini Ariesta, S.Tr.Keb, M.KM : 
4. Angela Dwi Pratiwi : 
5. Meutia Maulidia : 

Demikianlah berita acara ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pemberi Materi



(Ns. Putri Eka Sudiarti, M.Kep)

Mengetahui,  
Penanggung Jawab Program



Mengetahui  
Ketua Lembaga Pengabdian dan  
Pengembangan Masyarakat



(Dr. Musnar Indra Daulay, M.Pd)  
NIP-TT 096.542.108

Sert Mail - putriekasugani@gmail.com x Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai x

google.com/maps/dir/Universitas+Pahlawan+Tuanku+Tambusai+Jalan+Tuanku+Tambusai+Bangkinang+Kampar+Regency+Riau/72WPF%2B8XF%2BKantor+Kepala+Desa+Ridan+Permai+Ridan+Permai+Kec+Bangkinang+Kabupaten+Kampar+Riau+28463/...

Gas Groceries Hotels More

Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Kantor Kepala Desa Ridan Permai, 72WF

Add destination

Leave now Options

Send directions to your phone

via Jl. Tuanku Tambusai 5 min 2.2 km  
Fastest route, despite the usual traffic  
Details

via Jl. Tuanku Tambusai 27 min 2.2 km

Explore Kantor Kepala Desa Ridan Permai

Restaurants Hotels Gas stations Parking Lots More

Map data ©2022 Indonesia Terms Privacy Send feedback 16:37 25/01/2022

BUKTI PEMBAYARAN



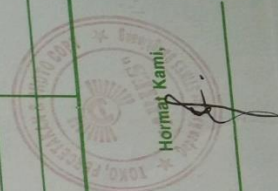
"ARIES"

Jl. T. Tambusai (Dpn STIKes Tuanku Tambusai Bangkinang)  
HP. 0852 74137383

Kepada Yth. : \_\_\_\_\_

BON PESANAN

No.	NAMA BARANG & JENIS PESANAN	Banyaknya	Harga @	Jumlah Harga
1	Kertas A4 80 gr	3		150.000
2	Kertas B4	3		150.000
3	Tinta warna	2		100.000
4	Tinta hitam	2		100.000
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11			TOTAL Rp.	500.000
12			BAYAR Rp.	
			SISA Rp.	



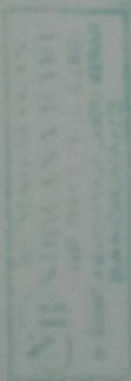
Hormat Kami,

Pemesan,

Catatan: Fotocopy dan pesanan lainnya jika dalam 1 bulan tidak diambil kerusakannya hilang diluar tanggungjawab kami


**RUMAH MAKAN**  
**NIRWANABARU**  
 Jl. Karanganyar (Temp. Lempay Merah)  
 GANGLING  
 No. 0815780000 - 0815781770

2 nasi + lode 3000  
 2 Aera 800  
 2 pny 200  
 2 pin B 1000  
 -----  
 5000



Kepuasan Anda Kenangan Kami  
 Terima Kasih

STASIUN PENGIMBAN  
 UNUM SURABAYA  
 JL. M. YASIN SURABAYA

**BONHO**

LITER	JENIS PISA	JUMLAH	NO.	NO.
30.76	PRESISI			
	SOLAR			

Rp. 200.000  
 Rp. 200.000

STASIUN PENGIMBAN SURABAYA  
**STPB**  
 TERMAKASIH  
 SELAMAT JALAN

Rumah makan dan Restoran

"BAHAGIA"

J. Jend. Sudirman J.M. Yamin SH  
 HP 085283607080 / 085363178500 /  
 081 95532882

NOTA NO. ....

BANYAKNYA	NAMA BARANG	HARGA	JUMLAH
2	Nasi + Lau	15.000	30.000
2	Kempur		5000
2	tem ts		10000
1	Pineuy		1000
1	Acar		4000

Menerima Pesanan Catering & Nasi Kotak Terima Kasih

Jumlah Rp. 50.000

Terima Terima

Horat Kami,

STAN...  
 ...  
 ...

BONKONTAN

LITER	JENIS BBM	HARGA	JUMLAH
30,76	PREMIUM	RP.	RP. 200.000
	SOLAR	RP.	RP.
		RP.	RP. 200.000



RUMAH MAKAN  
**"SAMPODE TAPAZ"**  
 Jl. Beringinmanggara (Depan Bktj) - Bangkoreng  
 HP. 0853 6575 7067

MENERIMA PESANAN:  
**NASI BUNGKUS DAN NASI KOTAK**  
 Untuk Kebutuhan Pesta, Ulang Tahun, Acara Kantor, Dll  
*Masa Special, Omping Santia Balaiah*

Banyaknya	KETERANGAN	Harga	Jumlah
2	Nasi kotak		30.000
2	Jus		20.000
2	Keripik		5.000
			/

JUMLAH Rp. 75.000  
 Terima Kasih  
 Semoga Anda Puas  
 Yang Terima

Madani  
 bakery and cake  
 Jl. Prof. M. Yamin no.115 - Bangkoreng  
 Phone: 081221 99359

Nama: \_\_\_\_\_  
 No. Telp: \_\_\_\_\_  
 Tanggal Pemesanan: \_\_\_\_\_

No.	Pesanan	Jumlah	Harga
2	Snack kotak		20.000
2	Jus		5000
			/
Total			25.000

Deposit: \_\_\_\_\_  
 Permintaan Khusus: \_\_\_\_\_  
 Tanggal dan waktu pengambilan: \_\_\_\_\_  
 Tanda Tangan: \_\_\_\_\_

STASIUN PENGISIAN GAS  
 UNIVERSITAS SAMPURNA  
 JL. M. YAMIN SH. KEM.

**BONKOR**

LITER	JENIS GAS	WAKTU	JUMLAH
30,76	PREMIUM		200.000
	SOLAR		
			RP. 200.000,-

TERIMA KASIH  
 SELAMAT DATANG SALAM



## MODUL PIJAT BAYI

1. membantu menciptakan suasana tenang selama pemijatan berlangsung.
2. Awalilah pemijatan dengan melakukan sentuhan ringan, kemudian secara bertahap tambahkanlah tekanan pada sentuhan yang dilakukan, khususnya apabila anda sudah merasa yakin bahwa bayi mulai terbiasa dengan pijatan yang sedang dilakukan.
3. Sebelum melakukan pemijatan, lumurkan lotion yang lembut sesering mungkin.
4. Sebaiknya pemijatan dimulai dari kaki bayi, umumnya bayi lebih menerima apabila dipijat pada daerah kaki. Dengan demikian, akan memberi kesempatan pada bayi untuk membiasakan dipijat sebelum bagian lain disentuh. Oleh karena itu, urutan pemijatan dimulai dari bagian kaki, perut, dada, tangan, muka, dan diakhiri pada bagian punggung.
5. Tanggaplah pada isyarat yang diberikan oleh bayi anda. Jika bayi menangis, cobalah menenangkan bayi sebelum melakukan pemijatan. Jika bayi menangis lebih keras, hentikan pemijatan karena mungkin bayi mengharapkan untuk digendong, disusui, atau sudah sangat ingin tidur.
6. Mandikan bayi segera setelah pemijatan berakhir agar bayi merasa lebih segar dan bersih setelah terlumuri minyak bayi. Namun, apabila pemijatan dilakukan pada malam hari, bayi cukup diseka dengan air hangat agar bersih dari minyak bayi.
7. Lakukan konsultasi pada dokter atau perawat untuk mendapatkan keterangan lebih lanjut tentang pemijatan bayi.
8. Hindarkan mata bayi dari baby oil/lotion

### Hal-hal yang tidak dianjurkan selama pemijatan :

- Memijat bayi langsung setelah selesai makan.
- Membangunkan bayi khusus untuk pemijatan.
- Memijat bayi pada saat bayi dalam keadaan tidak sehat.
- Memijat bayi pada saat bayi tidak mau dipijat.
- Memaksakan posisi pijat tertentu pada bayi

## B. URUTAN PIJAT BAYI

### 1. Kaki



#### a. Perahan cara India

- Peganglah kaki bayi pada pangkal paha, seperti memegang pemukul *soft ball*
- Gerakkan tangan ke bawah secara bergantian, seperti pemerah susu





#### **b. Peras & putar**

- Pegang kaki bayi pada pangkal paha dengan kedua tangan secara bersamaan
- Peras & putar kaki bayi dengan lembut dimulai dari pangkal paha ke arah mata kaki



#### **c. Telapak kaki**

- Urutlah telapak kaki dengan kedua ibu jari secara bergantian, dimulai dari tumit kaki menuju jari-jari di seluruh telapak kaki



#### **d. Tarikan lembut jari**

- Pijatlah jari-jarinya satu persatu dengan gerakan memutar menjauhi telapak kaki, diakhiri dengan tarikan kasih yang lembut pada tiap ujung jari



#### **e. Gerakan peregangan**

- Dengan mempergunakan sisi dari jari telunjuk, pijat telapak kaki mulai dari batas jari-jari ke arah tumit, kemudian ulangi lagi dari perbatasan jari ke arah tumit
- Dengan jari tangan lain regangkan dengan lembut punggung kaki pada daerah pangkal kaki ke arah tumit



#### **f. Titik tekanan**

- Tekan-tekanlah kedua ibu jari secara bersamaan di seluruh permukaan telapak kaki dari arah tumit ke jari-jari



#### **g. Punggung kaki**

- Dengan mempergunakan kedua ibu jari secara bergantian pijatlah punggung kaki dari pergelangan kaki ke arah jari-jari secara bergantian



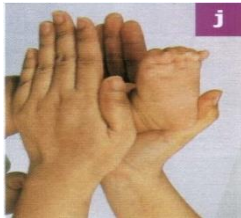
#### **h. Peras & putar pergelangan kaki**

- Buatlah gerakan seperti memeras dengan mempergunakan ibu jari & jari-jari lainnya di pergelangan kaki bayi



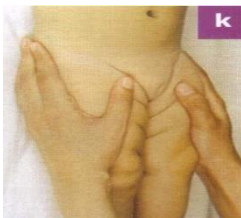
### i. Perahan cara swedia

- Peganglah pergelangan kaki bayi
- Gerakkan tangan anda secara bergantian dari pergelangan kaki ke pangkal paha



### j. Gerakan menggulung

- Pegang pangkal paha dengan kedua tangan anda
- Buatlah gerakan menggulung dari pangkal paha menuju pergelangan kaki

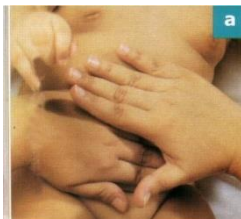


### k. Gerakan akhir

- Setelah gerakan a s/d k dilakukan pada kaki kanan & kiri rapatkan kedua kaki bayi
- Letakkan kedua tangan anda secara bersamaan pada pantat & pangkal paha
- Usap kedua kaki bayi dengan tekanan lembut dari paha ke arah pergelangan kaki. Ini merupakan gerakan akhir bagian kaki

## 2. Perut

Catatan : hindari pemijatan pada tulang rusuk atau ujung tulang rusuk



### a. Mengayuh sepeda

- Lakukan gerakan memijat pada perut bayi seperti mengayuh pedal sepeda, dari atas ke bawah perut, bergantian dengan tangan kanan & kiri



### b. Mengayuh sepeda dengan kaki diangkat

- Angkat kedua kaki bayi dengan salah satu tangan
- Dengan tangan yang lain, pijat perut bayi dari perut bagian atas sampai ke kari-jar kaki



### c. Ibu jari kesamping

- Letakkan kedua ibu jari di samping kanan & kiri pusar perut
- Gerakkan kedua ibu jari ke arah tepi perut kanan & kiri



#### d. Bulan-matahari

- Buat lingkaran searah jarum jam dengan jari tangan kiri mulai dari perut sebelah kanan bawah (daerah usus buntu) ke atas, kemudian kembali ke daerah kanan bawah (seolah membentuk gambar matahari {M}) beberapa kali
- Gunakan tangan kanan untuk membuat gerakan setengah lingkaran mulai dari bagian bawah perut bayi sampai bagian kiri perut bayi (seolah membentuk gambar bulan {B})
- Lakukan kedua gerakan ini secara bersama-sama. Tangan kiri selalu membuat bulatan penuh (matahari), sedangkan tangan kanan akan membuat gerakan setengah lingkaran (bulan)



#### e. Gerakan *I Love You*

- **"I"**, pijatlah perut bayi mulai dari bagian kiri atas ke bawah dengan menggunakan jari-jari tangan kanan membentuk huruf "I"
- **"LOVE"**, pijatlah perut bayi membentuk huruf "L" terbalik, mulai dari kanan atas ke kiri atas, kemudian dari kiri atas ke kiri bawah
- **"YOU"**, pijatlah perut bayi membentuk huruf "U" terbalik, mulai dari kanan bawah (daerah usus buntu) ke atas, kemudian ke kiri, ke bawah, & berakhir di perut kiri bawah

#### f. Gelembung atau jari-jari berjalan

- Letakkan ujung jari-jari satu tangan pada perut bayi bagian kanan
- Gerakkan jari-jari anda pada perut bayi dari bagian kanan ke bagian kiri guna mengeluarkan gelembung-gelembung udara

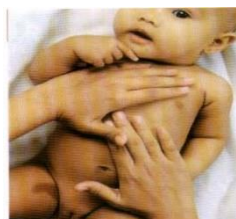


### 3. Dada



#### a. Jantung besar

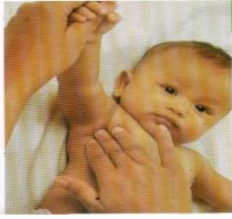
- Buatlah gerakan yang menggambarkan jantung dengan meletakkan ujung-ujung jari kedua telapak tangan anda di tengah dada/ulu hati
- Buat gerakan ke atas sampai di bawah leher, kemudian ke samping di atas tulang selangka, lalu ke bawah membentuk bentuk jantung dan kembali ke ulu hati



#### b. Kupu-kupu

- Buatlah gerakan diagonal seperti gambaran kupu-kupu dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada/ulu hati ke arah bahu kanan, & kembali ke ulu hati
- Gerakkan tangan kiri anda ke bahu kiri dan kembali ke ulu hati

#### 4. Tangan



##### a. Memijat ketiak

- Buatlah gerakan memijat pada daerah ketiak dari atas ke bawah. Perlu diingat, kalau terdapat pembengkakan kelenjar di daerah ketiak, sebaiknya gerakan ini tidak dilakukan



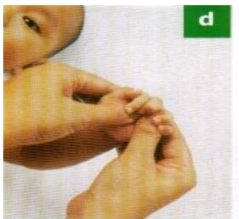
##### b. Perahan cara India

- Peganglah lengan bayi bagian pundak dengan tangan kanan seperti memegang pemukul soft ball, tangan kiri memegang pergelangan tangan bayi
- Gerakkan tangan kanan mulai dari bagian pundak ke arah pergelangan tangan, kemudian gerakkan tangan kiri dari pundak ke arah pergelangan tangan
- Demikian seterusnya, gerakkan tangan kanan & kiri ke bawah secara bergantian & berulang-ulang seolah memeras susu sapi



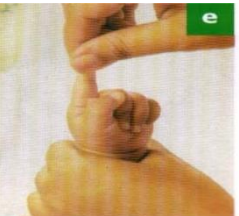
##### c. Peras & putar

- Peras & putar lengan bayi dengan lembut mulai dari pundak ke pergelangan tangan



##### d. Membuka tangan

- Pijat telapak tangan dengan kedua ibu jari, dari pergelangan tangan ke arah jari-jari



##### e. Putar jari-jari

- Pijat lembut jari bayi satu persatu menuju ke arah ujung jari dengan gerakan memutar
- Akhirilah gerakan ini dengan tarikan lembut pada tiap ujung jari



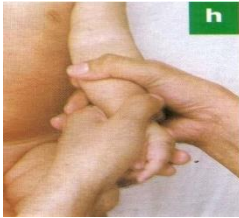
##### f. Punggung tangan

- Letakkan tangan bayi di antara kedua tangan anda
- Usap punggung tangannya dari pergelangan tangan ke arah jari-jari dengan lembut



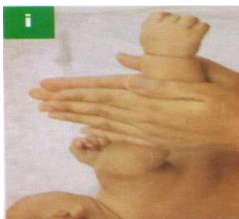
### g. Peras & putar pergelangan tangan

- Peraslah sekeliling pergelangan tangan dengan ibu jari dan jari telunjuk



### h. Perahan cara swedia

- Gerakan tangan kanan & kiri anda secara bergantian mulai dari pergelangan tangan kanan bayi ke arah pundak
- Lanjutkan dengan pijatan dari pergelangan kiri bayi ke arah pundak



### i. Gerakan menggulung

- Peganglah lengan bayi bagian atas/bahu dengan kedua telapak tangan
- Bentuklah gerakan menggulung dari pangkal lengan menuju ke arah pergelangan tangan/jari-jari

## 5. Muka

Umumnya tidak diperlukan minyak untuk daerah muka



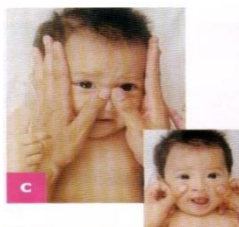
### a. Dahi : menyetrika dahi

- Letakkan jari-jari kedua tangan anda pada pertengahan dahi
- Tekankan jari-jari anda dengan lembut mulai dari tengah dahi keluar ke samping kanan & kiri seolah menyetrika dahi atau membuka lembaran buku
- Gerakan ke bawah ke daerah pelipis, buatlah lingkaran-lingkaran kecil di daerah pelipis, kemudian gerakkan ke dalam melalui daerah pipi di bawah mata



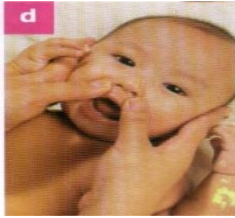
### b. Alis : menyetrika alis

- Letakkan kedua ibu jari anda di antara kedua alis mata
- Gunakan kedua ibu jari untuk memijat secara lembut pada alis mata & di atas kelopak mata, mulai dari tengah ke samping seolah menyetrika alis



### c. Hidung : Senyum I

- Letakkan kedua ibu jari anda pada pertengahan alis
- Tekankan ibu jari anda dari pertengahan kedua alis turun melalui tepi hidung ke arah pipi dengan membuat gerakan ke samping & ke atas seolah membuat bayi tersenyum



#### **d. Mulut bagian atas : Senyum II**

- Letakkan kedua ibu jari anda di atas mulut di bawah sekat hidung
- Gerakkan kedua ibu jari anda dari tengah ke samping & ke atas ke daerah pipi seolah membuat bayi tersenyum



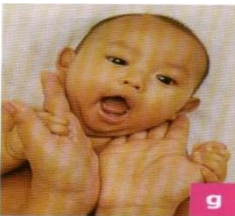
#### **e. Mulut bagian bawah : Senyum III**

- Letakkan kedua ibu jari anda ditengah dagu
- Tekankan kedua ibu jari pada dagu dengan gerakan dari tengah ke samping, kemudian ke atas ke rah pipi seolah membuat bayi tersenyum



#### **f. Lingkaran kecil di rahang**

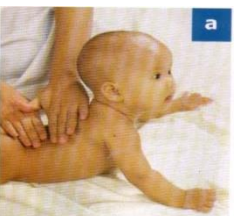
- Dengan jari kedua tangan, buatlah lingkaran-lingkaran kecil di daerah rahang bayi



#### **g. Belakang telinga**

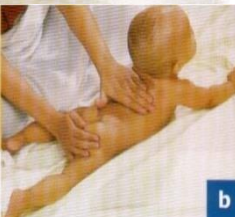
- Dengan mempergunakan ujung-ujung jari, berikan tekanan lembut pada daerah belakang telinga kanan & kiri
- Gerakkan ke arah pertengahan dagu di bawah dagu

### **6. Punggung**



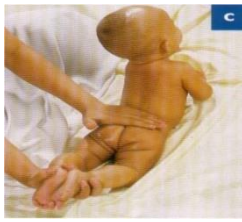
#### **a. Gerakan maju mundur (kursi goyang)**

- Tengkurapkan bayi melintang di depan anda dengan kepala di sebelah kiri & kaki di sebelah kanan anda
- Pijatlah sepanjang punggung bayi dengan gerakan maju mundur menggunakan kedua telapak tangan, dari bawah leher sampai ke pantat bayi, lalu kembali lagi ke leher



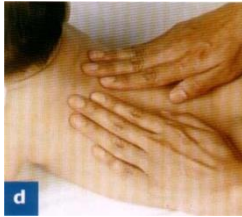
#### **b. Gerakan menyetrika**

- Pegang pantat bayi dengan tangan kanan
- Dengan tangan kiri, pijatlah mulai dari leher ke bawah sampai bertemu dengan tangan kanan yang menahan pantat bayi seolah menyetrika punggung



### c. Gerakan menyetrika & mengangkat

- Ulangi gerakan menyetrika punggung, hanya kali ini tangan kanan memegang kaki bayi & gerakan dilanjutkan sampai ke tumit kaki bayi



### d. Gerakan melingkar

- Dengan jari-jari kedua tangan anda, buatlah gerakan-gerakan melingkar kecil-kecil mulai dari batas tengkuk turun ke bawah di sebelah kanan & kiri tulang punggung sampai di daerah pantat
- Mulai dengan lingkaran-lingkaran kecil di daerah leher, kemudian lingkaran yang lebih besar di daerah pantat



### e. Gerakan menggaruk

- Tekankan dengan lembut kelima jari-jari tangan kanan anda pada punggung bayi
- Buat gerakan menggaruk ke bawah memanjang sampai ke pantat bayi

## 7. Relaksasi & Peregangan Lembut

### 1) Relaksasi



Membuat goyangan-goyangan ringan, tepukan-tepukan halus & melambungkan-lambungkan secara lembut

### 2) Peregangan Lembut



#### a. Tangan disilangkan

- Pegang kedua pergelangan tangan bayi & silangkan keduanya di dada
- Luruskan kembali kedua tangan bayi ke samping.



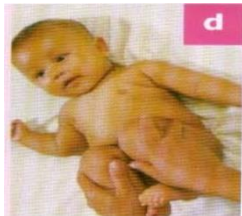
#### **b. Membentuk diagonal tangan-kaki**

- Pertemukan ujung kaki kanan & ujung tangan kiri bayi di atas tubuh bayi sehingga membentuk garis diagonal. Selanjutnya, tarik kembali kaki kanan & tangan kiri bayi ke posisi semula
- Pertemukan ujung kaki kiri dengan ujung tangan kanan di atas tubuh bayi. Selanjutnya, tarik kembali tangan & kaki bayi ke posisi semula.



#### **c. Menyilangkan kaki**

- Pegang pergelangan kaki kanan & kiri bayi, lalu silangkan ke atas. Buatlah silangan sehingga mata kaki kanan luar bertemu mata kaki kiri dalam. Setelah itu, kembalikan posisi kaki pada posisi semula
- Pegang kedua pergelangan kaki bayi & silangkan kedua kakinya ke atas sehingga mata kaki kanan dalam bertemu dengan mata kaki kiri luar



#### **d. Menekuk kaki**

- Pegang pergelangan kaki kanan & kiri bayi dalam posisi kaki lurus, lalu tekuk lutut kaki perlahan menuju ke arah perut



#### **e. Menekuk kaki bergantian**

- Gerakannya sama seperti menekuk kaki, tetapi dengan mempergunakan kaki secara bergantian



