



Pemberdayaan Masyarakat di Bidang Kesehatan Ibu dan Anak melalui Pendidikan Kesehatan

Siti Suciati¹, Anita Dwi Agustinasari², Ernik Rustiana³

Universitas Tulungagung
sitisuciati@unita.ac.id, anitadwiagustinasari@unita.ac.id, ernikrustiana@unita.ac.id

Abstract

Toddler age is a golden period of growth and development of children where their nutritional needs must be met properly. In Indonesia, there are still many children under five who are classified as stunting. Children under five with stunting status have a risk of 5 to 10 points of intelligence, which tends to be lower than normal children. Fulfillment of inadequate nutrition in toddlers is one of the causes of stunting. In toddlers the problem that is often faced is a lack of appetite. The fact that parents often do if their child has no appetite is giving multivitamins where they do not think about the long-term effects. There are non-pharmacological therapies that can be given to children with poor appetite, one of which is TuiNa massage therapy. Community service activities that have been carried out at Bunda_Q SPA House in February 2020 aim to increase the knowledge and skills of parents who have toddlers to do Tui Na massage. By doing an independent tuina massage at home on a regular basis, it is hoped that the child's appetite will be good so that the nutritional needs of the child are fulfilled and become healthy. In addition, being able to do self-massage at home will reduce costs and when the child is healthy, the expenditure for treatment will be small.

Keywords: Massage, TuiNa, Community Service

Abstrak

Usia balita merupakan masa emas pertumbuhan dan perkembangan anak dimana kebutuhan nutrisinya harus terpenuhi dengan baik. Di Indonesia saat ini masih banyak balita yang tergolong stunting. Anak balita dengan status stunting memiliki resiko tingkat kecerdasannya 5 sampai 10 poin cenderung rendah dibandingkan anak normal. Pemenuhan nutrisi yang kurang pada balita merupakan salah satu penyebab dari kejadian stunting. Pada balita masalah yang sering dihadapi adalah kurangnya nafsu makan. Kenyataan yang sering dilakukan orang tua apabila anak tidak nafsu makan adalah pemberian multivitamin dimana mereka tidak memikirkan efek jangka panjangnya. Ada terapi non farmakologi yang dapat diberikan pada anak dengan nafsu makan yang kurang salah satunya adalah dengan terapi pijat TuiNa. Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan di Rumah SPA Bunda_Q pada bulan Februari 2020 bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para orang tua yang memiliki balita untuk melakukan pijat Tui Na.



Dengan melakukan pijat tuina mandiri di rumah secara rutin diharapkan nafsu makan anaknya baik sehingga kebutuhan gizi anak tercukupi serta menjadi sehat. Selain itu dengan dapat melakukan pijat sendiri di rumah maka akan mengurangi biaya dan ketika anak sehat maka pengeluaran untuk berobat menjadi kecil.

Kata Kunci: Pijat, TuiNa, Pengabmas

A. PENDAHULUAN

Masyarakat dikatakan sejahtera sesuai data *United Nations Development Program* dapat dilihat dari Indek Pembangunan Manusia dengan pendidikan kesehatan dan ekonomi sebagai indikatornya. Peran perguruan tinggi dalam hal ini sebagai institusi pendidikan yaitu membantu meningkatkan pengetahuan dan juga keterampilan dengan cara memberikan pendidikan dan membantu memberdayakan masyarakat sesuai dengan bidangnya. Pemerintah sudah sejak lama mencanangkan pemberdayaan masyarakat dibidang kesehatan dengan harapan masyarakat mampu memberdayakan dirinya dalam mengidentifikasi suatu masalah, memecahkan masalah kesehatan di tingkat komunitas terkecil (Suzana. 2011).

Masa Balita atau bawah lima tahun terdiri dari usia 1 sampai 3 tahun yang disebut dengan batita dan anak usia 3 sampai 5 tahun yang disebut usia prasekolah. Perkembangan balita pada umumnya tergantung kepada orang tuanya, terutama dalam pemenuhan kebutuhan akan nutrisi atau makan. Pada masa-masa ini bisa dikatakan balita masuk dalam periode emas dalam siklus tumbuh kembang seorang manusia. Pertumbuhan serta perkembangan pada usia balita ini dikatakan sebagai penentu akan berhasil tidaknya tumbuh kembang seorang anak pada tahapan berikutnya. Periode ini merupakan masa keemasan bagi tumbuh kembang atau sering disebut dengan *golden age* dan waktunya cukup singkat serta tidak akan pernah terulang. Semua orang tua di dunia pastinya sangat menginginkan putra putrinya dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan tahapan-tahapannya. Pertumbuhan dan perkembangan secara teori mempunyai arti yang berbeda. Pertumbuhan lebih dikaitkan dengan perubahan suatu ukuran atau penambahan jumlah yang dapat diukur seperti ukuran sel dimana pertumbuhan tidak dapat kembali ke bentuk semula. Sedangkan perkembangan lebih mengarah pada tingkat kematangan sehingga tidak dapat diukur tetapi dapat diamati. Pertumbuhan dan perkembangan berjalan beriringan atau bersamaan dan sangat dipengaruhi atau bergantung kepada pemenuhan nutrisi (Soetjiningsih, 2008)

Manusia yang berkualitas dapat terbentuk salah satunya dengan cara pemenuhan akan zat gizi sesuai dengan fase tumbuh kembangnya. Kebutuhan akan nutrisi pada seorang balita harus benar-benar dipastikan terpenuhi mengingat usia ini adalah usia emas untuk perkembangan otak seorang anak. Tidak hanya perkembangan dari otak, perkembangan pada usia ini juga menentukan perkembangan secara fisik dan mental ditahapan perkembangan berikutnya. Sehingga kebutuhan nutrisinya harus terpenuhi dalam artian terpenuhi baik secara jumlah maupun kualitas dari makanannya. (Munjinah, 2015).

Usia balita merupakan salah satu kelompok usia yang memiliki potensial masalah gizi dan Kesehatan yang besar. Pada kelompok usia ini memiliki kekebalan tubuh yang belum kuat sehingga potensial terserang penyakit seperti infeksi. Disamping itu, biasanya pada usia balita ini cenderung memiliki kebiasaan makan yang buruk yang disebabkan nafsu makan yang kurang baik, suka memilih makanan sesuai keinginannya dan



kemampuan anak untuk menolak menu yang disuguhkan oleh orang tuanya. Hal ini tentu bisa berdampak kepada status gizi dan mengganggu pertumbuhan dan perkembangannya yang biasanya diawali dengan penurunan berat badan yang *continue*. Biasanya penolakan makan pada anak ini dijadikan alasan orang tua untuk memaksa anak untuk makan, dengan alasan mempertahankan kondisi anak (Adiningsih, 2010).

Berdasarkan data dari PSG (2015), jumlah balita dalam kategori pendek di Negara Indonesia sebesar 29%. Dibandingkan pada tahun 2016, angka turun menjadi 27,5%. Pada tahun 2017 angka kembali mengalami kenaikan menjadi 29,6%. Di Indonesia Prevalensi jumlah balita dengan kategori pendek dengan balita sangat pendek pada rentang usia 0 bulan sampai 59 bulan tahun 2017 yaitu 19,8% dan 9,8%. Keadaan ini bertambah dari tahun 2016 menjadi 19% jumlah balita dengan kategori pendek dan sebesar 8,5% jumlah balita dengan kategori sangat pendek. (Jendela Data dan informasi Kesehatan, 2018). Anak dengan status stunting memiliki resiko *Intelligence Quotient* atau tingkat kecerdasan 5 sampai 10 poin cenderung rendah jika dibandingkan IQ anak dengan perkembangan normal (Puspita, 2015).

Salah satu penyebab dari stunting adalah kurangnya pemenuhan nutrisi penting seiring bertambahnya usia. Pemenuhan nutrisi pada balita juga akan terkendala dengan kesulitan makan pada balita. Kesulitan makan pada anak dapat diatasi dengan berbagai macam cara diantaranya dapat dengan farmakologi ataupun dengan cara non farmakologi. Penanganan secara farmakologi untuk anak dengan masalah sulit makan yaitu dapat dengan memberikan multivitamin dan mikronutrien jenis lainnya. Penanganan dengan cara non farmakologi pada anak dengan kesulitan makan antara lain bisa dengan memberikan jamu-jamuan atau herbal, pijatan, pemberian akupresur, atau dengan terapi akupuntur (Wong, 2011).

Ada beberapa faktor yang membuat balita sulit untuk makan. Selain itu cara mengatasinya juga ada berbagai cara yaitu dapat diatasi dengan farmakologis maupun non farmakologis. Kebanyakan para orang tua ketika anaknya kurang mau makan seringnya mengambil cara yang termudah tanpa mempertimbangkan efek jangka Panjang dan faktor penyebabnya yaitu dengan pemberian terapi farmakologis seperti pemberian multivitamin. Beberapa tahun terakhir telah banyak dilakukan penelitian tentang tehnik pijat bayi, salah satunya adalah pijat untuk meningkatkan nafsu makan yang disebut dengan pijat Tui Na. Menurut Munjidah (2015) didapatkan bahwa terdapat pengaruh positif pijat TuiNa dalam mengatasi permasalahan sulitnya balita untuk makan. Dari uraian di atas, maka kegiatan pemberian pelatihan pijat Tui Na kepada orang tua yang memiliki Balita ini dirancang untuk membantu orang tua dapat mengatasi kesulitan makan pada anaknya dengan Teknik nonfarmakologi.

B. PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan pemberian edukasi tentang pijat TuiNa kepada masyarakat ini dilakukan di Rumah SPA Bunda Q Tulungagung pada bulan Februari 2020. Tujuan dari kegiatan ini diharapkan akan ada peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan pijat pada anak, khususnya pijat Tui Na. Dengan melakukan pijat tuina mandiri di rumah secara rutin diharapkan nafsu makan anaknya baik sehingga kebutuhan gizi anak tercukupi serta menjadi sehat. Selain itu dengan dapat melakukan pijat sendiri di rumah maka akan mengurangi biaya dan ketika anak sehat maka pengeluaran untuk berobat menjadi kecil.



Oleh karena itu, diusulkan rencana pemecahan masalah secara operasional yaitu sebagai berikut. (1) Memberikan informasi yang berkaitan dengan pentingnya gizi pada anak, kecukupan gizi, factor-faktor yang memepengaruhi gizi (2) Memberikan informasi tentang manfaat pijat Tui Na. (3) Mengajarkan cara melakukan pijat Tui Na (4) Mengevaluasi pengetahuan dan keterampilan peserta.

Sesuai tujuan yang diharapkan dari kegiatan ini salah satunya adalah peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu yang memiliki balita tentang pijat Tui Na, maka pada kegiatan ini dilakukan pretest dan post tes evaluasi pengetahuan yang dilakukan setelah pemberian informasi dan evaluasi keterampilan yang dilakukan dalam waktu 1 minggu setelah pemberian pelatihan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan yang dilakukan dengan pemberian informasi dan pelatihan pijat Tui Na ini secara keseluruhan dapat dikatakan telah berjalan lancar sesuai dengan rencana meskipun ada sedikit kendala yang masih bisa diatasi seperti misalnya ketika praktek si anak rewel karena mengantuk, lapar dan lain sebagainya. Berdasarkan data nilai hasil pretest, menunjukkan pengetahuan orang tua tentang Pijat Tui Na yaitu 100% peserta penyuluhan memiliki nilai kurang dari 70. Hal ini artinya bahwa seluruh peserta memiliki pengetahuan yang kurang terkait pijat tui Na.

Tabel 1. Pengetahuan peserta

Nilai	Pretest	Posttest
<70	32	0
>70	0	32
Jumlah	32	32

Dari tabel di atas tampak ada peningkatan dari tingkat pengetahuan sesudah dilakukan penyuluhan Kesehatan. Dari hasil evaluasi 1 minggu setelah pelaksanaan diketahui bahwa hampir semua peserta pelatihan mampu dan mau mempraktekkan pijat Tui NA secara mandiri di rumah.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan seseorang patuh terhadap suatu perintah yaitu salah satunya karena mereka mengetahui bahwa hal itu benar dan perlu. Pada kegiatan ini langkah-langkah yang telah dilakukan sangat tepat yaitu pertama yang dilakukan adalah memberikan informasi terhadap orang tua tentang pentingnya nutrisi terhadap tumbuh kembang dan bahayanya kekurangan nutrisi. Artinya pada Langkah ini meyakinkan dulu kepada peserta tentang pentingnya pijat Tui Na. Pada Langkah selanjutnya karena peserta sudah mengetahui pentingnya pijat Tui NA maka mereka sangat antusias dan hasil mampu dan mau melakukannya secara mandiri di rumah.

D. PENUTUP

Kesimpulan

Kegiatan ini merupakan kegiatan penyuluhan dan pemberian pelatihan pijat Tui Na terhadap ibu-ibu yang memiliki balita. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan februari tahun 2020 di Rumah SPA Bunda Q Tulungagung. Kegiatan pelatihan ini memberikan



manfaat dalam upaya meningkatkan Kesehatan balita dan sebagai tambahan pengetahuan mengenai cara meningkatkan nafsu makan pada balita. Kegiatan ini juga diharapkan dapat menjadi wawasan awal bagi ibu-ibu yang memiliki balita bahwa tidak semua masalah makan pada anak selalu diatasi dengan pemberian obat atau supplement.

Saran

Disarankan kepada ibu – ibu peserta pelatihan diharapkan dapat melakukan pijat mandiri di rumah dan diharapkan semoga kegiatan ini bisa dilaksanakan secara berkelanjutan sehingga semakin banyak lagi masyarakat yang bisa merasakan manfaatnya.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada owner Rumah SPA Bunda Q yang memfasilitasi tempat serta mengkoordinasikan dengan peserta dan pendukung terselenggaranya kegiatan pengabdian ini.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Adiningsih, S. 2010. *Waspada! Gizi Balita Anda, Tips Mengatasi Anak Sulit Makan Sayur dan Susu*. Jakarta: Gramedia.
- Annif, Munjidah. 2015. *Efektifitas Pijat Tui Na dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Balita di RW 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya*. Jurnal Ilmiah Kesehatan, Vol. 8, No. 2, Agustus 2015, hal 193-199.
- Soetjiningsih. 2008. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Pusdatin Kemenkes. 2018. Stunting di Indonesia. Buletin, Jendela Data dan Informasi Kesehatan. Semester 1 2018. ISSN 2088-270x. Pusat Data dan Informasi Jakarta
- Y. Suzana, "Pengembangan Nilai-Nilai Karakter Mahasiswa Dalam Pembelajaran Melalui Metode Blended Learning," 2011.
- Zhen Huan Liu., Li-ting Cen. 2011. *Effect Tui Na On Neurodevelopment in Premature Infant*. Journal of Acupuncture and Tuina Science. Vol.11, Issue 1, pp7-12.
- Puspita, Yenni. 2015. *Faktor dan Dampak Stunting pada Kehidupan Balita*. Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu. Word Press.