

TAMBAH NAFSU MAKAN ANAK DENGAN TEHNIK PIJAT TERAPEUTIK PADA KADER POSYANDU

Waifti Amalia^{1*}), Ika Arum Dewi Satiti²⁾

¹⁾ Program Studi DIII Kebidanan, STIKES Widyagama Husada, Malang

²⁾ program Studi profesi NERS, STIKES Widyagama Husada, Malang

*Email Korespondensi : waifti@widyagamahusada.ac.id

ABSTRAK

Stunting (Anak Pendek) menjadi salah satu masalah yang sedang banyak dibahas di era saat ini. Peran penting dari orang tua maupun tenaga kesehatan dalam mengatasi dan mencegah *stunting* sangat berpengaruh dalam penurunan angka kejadian. *Stunting* dapat dipengaruhi oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu yang lama, hal ini perlu menjadi perhatian dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak. Dalam pemenuhan gizi sehari – hari, nafsu makan menjadi kunci pokok keberhasilan, pengendalian nafsu makan pada anak balita, keragaman gizi yang diberikan akan mempengaruhi optimalisasi pertumbuhan pada anak. salah satu cara untuk menambah nafsu makan pada anak selain dengan multivitamin atau obat – obatan kimia, bisa digunakan tehnik pemijatan yang lebih sederhana yaitu dengan pijat terapeutik yang dapat dipelajari dan dilakukan oleh orang tua maupun oleh kader. Hal ini dapat menjadi solusi dalam meningkatkan nafsu makan pada anak, karena dapat memperlancar aliran darah yang terjadi di organ limpa dan pencernaan. Dengan menguasai tehnik pijat ini diharapkan tidak ada lagi gisi kurang pada anak yang dapat menyebabkan anak menjadi *Stunting*. Kejadian *stunting* di Dusun Trajeng desa Pakisjajar menjadi permasalahan pemerintah setempat karena hal ini menjadi target kerja dari desa Pakisjajar. Selama ini skrining tumbuh kembang yang dilaksanakan dengan pemeriksaan KPSP, DDST, dan bantuan gizi tambahan pada anak balita. Rencana pengabmas ini akan membahas dan melatih para kader posyandu untuk lebih ditingkatkan lagi pengetahuan dan keterampilannya dalam menangani balita yang mempunyai masalah nafsu makan. Terdapat 7 orang kader di posyandu Janur Kuning 2 yang aktif mengikuti jalannya posyandu. Pada pengabmas ini dicapai hasil yang sesuai dengan tujuan yakni, pengetahuan dan keterampilan kader yang meningkat serta adanya leaflet yang dapat menjadi panduan kader dalam memberikan pelayanan pada ibu.

Kata Kunci: *Tui Na Massage, Stunting.*

PENDAHULUAN

Tumbuh dan berkembang adalah dua hal yang berbeda akan tetapi memiliki pola keterkaitan yang tidak dapat dipisahkan. Pertumbuhan dapat diukur dengan pengamatan tinggi badan, lingkaran kepala dan sebagainya. Saat ini masalah yang sering terjadi dalam tingkat tumbuh kembang anak adalah *stunting* (Anak pendek). *Stunting* merupakan masalah gizi kronis dengan penyebab kebutuhan gizi yang tidak terpenuhi dalam jangka waktu yang lama dan akan terlihat ketika anak mencapai usia 2 tahun. [1].

Indonesia masih menyandang status negara berkembang sampai saat ini dan permasalahan di negara – negara berkembang salah satunya yaitu gizi. *Stunting* dipengaruhi oleh pemberian gizi yang tidak adekuat. [2] mengemukakan bahwa tidak banyak review literatur jurnal yang membahas tentang kejadian *stunting* di negara berkembang[2]. Jika masalah pemberian nutrisi terus berlanjut maka resiko yang akan dihadapi di masa depan akan bertambah, [3] jika IMT berhubungan erat dengan meningkatnya penyakit kardiometabolik pada remaja pendek.

Fokus pencegahan *stunting* dapat dilakukan dengan pemenuhan kebutuhan gizi dimasa antenatal, ASI eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan, MPASI yang berkualitas, [4].

Sehingga diperlukan upaya promotif dan preventif mengenai [5]. MP ASI yang berkualitas dengan menjaga sumber nutrisi berupa [6].

Pola asuh dan pola makan pada balita dapat mempengaruhi terjadinya *stunting* secara tidak langsung. Ketidakmampuan kepala keluarga dalam mencukupi kebutuhan gizi bayi dari segi kuantitas maupun kualitas sehingga mengakibatkan dampak yang buruk bagi gizi bayi. Pola makan juga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya *stunting*. [7]

Pola asuh dalam pemberian makanan adalah dengan memperhatikan frekuensi dan jenis makanan yang dikonsumsi oleh balita. Pemberian makanan yang baik sangat penting untuk asupan nutrisi, tidak hanya dari segi apa yang dimakan anak tapi sikap yang menjadi kebiasaan ibu juga sangat berperan. [8]

Seringkali dalam pemberian makanan ibu atau orang tua mendapatkan hambatan berupa nafsu makan anak yang sering naik turun. Pengendalian nafsu makan anak ini menjadi jalan dalam keberhasilan pemenuhan nutrisi pada balita. Menjaga nafsu makan anak agar tetap lahap bisa di tingkatkan dengan rasa makanan yang enak dan beragam, warna makanan yang mencolok, dan ketelatenan dari orang tua. Pijat trapeutik merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan secara mandiri oleh orang tua dalam pemenuhan asupan nutrisi. Pijat ini menerapkan tehnik akupuntur tanpa jarum yang dapat meningkatkan dan memperlancar aliran darah pada limpa dan pencernaan. [9], mengemukakan bahwa dengan melakukan pijat Terapeutik atau yang bisa disebut juga pijat Tui Na efektif memperbaiki nafsu makan dan berat balita. [10] mendapati bahwa dengan melakukan pijat Tui Na secara teratur bisa mengatasi kesulitan makan dan meningkatkan nafsu makan sehingga ibu tidak merasa khawatir terhadap pertumbuhan dan perkembangan anaknya.

Pakisjajar merupakan wilayah kaputen Malang yang mempunyai 13 posyandu aktif. Salah satunya posyandu Janur kuning 2 yang terletak di dusun Trajeng. Posyandu Janur Kuning 2 beranggotakan 7 orng kader aktif dengan 1 bidan koordinator. Tahun 2020 ini ditemukan kasus balita pendek di dusun Trajeng yang di soroti oleh pemerintah setempat. Kegiatan posyandu balita di dusun ini sebatas skrining KPSP, DDST, dan pemberian gizi tambahan seperti kolak kacang ijo atau bubur. Harapan dan tindak lanjut dari permasalahan pengabdian masyarakat ini adalah peningkatan skill kader dalam pijat Terapeutik sehingga diharapkan permasalahan *stunting* tidak terjadi lagi dan dapat dicegah.



Gambar 1. Lokasi pengabmas bertempat di salah satu rumah kader

METODE PELAKSANAAN

1. Solusi

Kerja sama yang sudah dibangun dengan mitra menghasilkan kesepakatan bersama tentang peningkatan skill kader yang meliputi :

- Peningkatan pengetahuan : pengertian, penyebab, cara mengatasi stunting
- Pelatihan skill kader dengan pijat Terapeutik yang berupa metode latihan langsung.
- Pembuatan media leaflet sebagai sarana belajar dan penambahan informasi bagi peserta posyandu dan kader.

2. Cara dan Tahapan

Tim pengusul bersama mitra saling berkoordinasi dan memiliki peran serta fungsi masing – masing. Tahapan yang dilakukan tim pengusul antara lain:

- Melakukan koordinasi dengan bidan sehubungan dengan rencana pengabdian masyarakat
- Menentukan tanggal dan waktu pelaksanaan yang akan disepakati
- Melakukan penyuluhan dan peningkatan keterampilan kader tentang pijat terapeutik pada balita
- Menilai dan mengevaluasi hasil kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peningkatan skill kader ini telah menjadi salah satu cara yang dapat dilakukan di dusun Trajeng dalam memberantas adanya anak pendek. Berikut ini merupakan hasil yang telah dicapai:

1. Tahap Persiapan

Persiapan pengabmas ini dimulai dengan berkoordinasi dengan mitra, maka ditemukan kesepakatan tanggal pelaksanaan, media yang akan digunakan dan ruangan yang akan digunakan yakni ruang tamu dari salah satu kader. Bersamaan dengan pandemi *Covid 19*, maka pelaksanaan dilakukan dengan cara bergantian tiap kader agar jarak yang ditentukan sesuai dengan protokol kesehatan yang berlaku, selain itu penggunaan masker tetap wajib dilaksanakan dan pemakaian *handsanitizer*.



Gambar 2. Tempat pelaksanaan

2. Tahap Pelaksanaan

Tahapan inti dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah proses pengenalan tentang *Stunting* dan *Pijat Terapeutik* serta cara memijat pada bayi dan balita yang bertempat di salah satu rumah kader posyandu. Berikut ini merupakan susunan acara kegiatan pelatihan tersebut:

Tabel 1 Susunan acara dan waktu pelaksanaan

No	Waktu	Kegiatan
1	08.00 – 08.30	Registrasi Peserta Pelatihan
2	08.30 – 08.45	Absensi + Registrasi + <i>Snack</i> Pembukaan oleh MC dan Doa
3	08.45 – 09.00	Sambutan Bidan Koordinator Posyandu Balita Sambutan Ketua Tim Pengabdian dan Perkenalan
4	09.00 – 09.15	Profil STIKES Widyagama Husada
5	09.15 – 09.30	Materi Stunting dan Pijat Terapeutik sesi 1 Tanya jawab
6	09.30 – 09.45	Materi Stunting dan Pijat Terapeutik sesi 2 Tanya jawab
7	09.45 – 10.00	Materi Stunting dan Pijat Terapeutik sesi 3 Tanya jawab
8	10.00 – 11.00	Penyusunan rencana tindak lanjut Penutupan oleh MC dan Doa

Total peserta yang datang adalah 7 orang kader. Selama pemberian materi hanya boleh maksimal 3 orang per sesi karena untuk menghindari kerumunan yang melebihi 5 orang. Sedangkan fasilitator terdiri dari 1 orang dosen dan 1 orang mahasiswa per sesinya.

3. Tahap evaluasi

Evaluasi dilaksanakan sebelum dan sesudah pelaksanaan pengabdian yakni penyebaran kuesioner pre dan post tes. Dari hasil evaluasi, didapatkan hasil sebelum pelaksanaan pemberian materi dan pelatihan sebanyak 4 kader (57%) pada tingkat cukup dan 3 kader (43%) kurang. Setelah dilakukan pengabdian maka sebanyak 5 kader (71%) di kategori baik dan 2 kader (29%) di kategori cukup. Hal ini mencakup semua kegiatan dalam pengabdian ini. Paparan evaluasi pelaksanaan :

- A. Seluruh tim dapat bekerjasama dengan baik, kedua mitra memfasilitasi sarana dan prasarana serta memberikan bantuan teknis dalam kegiatan (100%)
- B. Ketercapaian target jumlah peserta pelatihan yakni 90%. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa koordinasi beberapa kader sudah cukup baik karena langsung dikoordinasi oleh bidan desa
- C. Keaktifan peserta dalam mengikuti materi sangat baik. Selama penyampaian materi peserta aktif menyimak dan mengajukan pertanyaan, catatan notulensi menunjukkan bahwa 4 peserta mengajukan pertanyaan selama materi
- D. Sarana dan prasarana kegiatan dalam kategori baik, leaflet mudah dibaca dan dipahami dengan gambar yang jelas. Hasil kesan dan pesan peserta tidak ada yang menyampaikan kekecewaan terkait pelaksanaan program
- E. Materi yang mudah dipahami sehingga peserta dapat mengerti. Peserta menyampaikan bahwa materi menarik dan disampaikan dengan cara yang rileks sehingga mudah dipahami
- F. Seluruh tim bekerja dengan baik dan sesuai dengan tugasnya. Masing-masing anggota pengabdian baik dosen maupun mahasiswa telah menjalankan tugas dan fungsi masing-masing sebaik mungkin.



Gambar 3. Pelaksanaan dan pendampingan peserta pelatihan

Indikator keberhasilan dalam pengmas ini didasarkan oleh terselesaikannya prioritas masalah yang sudah disepakati bersama mitra yaitu pengenalan kembali Stunting dan bagaimana cara mencegahnya dengan pijat terapeutik pada bayi dan balita sehingga angka stunting dapat dicegah bertambah banyak. Untuk lebih memudahkan menilai keberhasilan kegiatan maka tim pengabdian meninjau sejauh mana mitra telah mencapai target.

Tabel 2. Indikator keberhasilan kegiatan

No.	Tujuan Khusus Pengabdian Kepada Masyarakat	Kegiatan yang telah dilakukan	Analisis Ketercapaian
1.	Meningkatkan pengetahuan kader tentang <i>Stunting</i> dan Pijat Terapeutik	Transfer knowledge tentang pertumbuhan dan perkembangan anak, pola makan yang baik	Kegiatan sudah dilakukan 100%
2.	Meningkatkan keterampilan kader sebagai salah satu tenaga kesehatan dengan pijat Terapeutik pada bayi dan balita	Praktik pijat terapeutik	Kegiatan sudah dilakukan 100%
3.	Membantu menyediakan sarana dan prasarana penunjang program.	Memberikan video pembelajaran dan phantom bayi untuk peraga	Pemberian sarana telah dilakukan 100%
4.	Kader memahami dan dapat melakukan pemijatan dengan baik	kader dapat melakukan pemijatan dengan baik	Kegiatan sudah dilakukan dan tetap dilakukan rutin oleh Kader

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini dapat menjadi solusi bagi masyarakat salah satunya kader sebagai tangan panjang dari bidan yang dapat membantu memberikan pelayanan kesehatan ibu dan anak sehingga kejadian stunting tidak meningkat dan dapat dicegah. Setelahnya diharapkan kader dapat mempraktekkan dan menjadi tutor bagi masyarakat. Sehingga kejadian anak kerdil dapat dicegah. Capaian kegiatan yang telah dilakukan antara lain:

- a. Peningkatan pengetahuan kader terkait dengan stunting dibuktikan dengan adanya peningkatan skor pengetahuan
- b. Kader dapat melakukan pijat terapeutik sendiri sesuai dengan panduan yang ada di leaflet
- c. Tersedianya sarana dan prasarana penunjang kegiatan seperti leaflet

UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksanaan pengabdian ini tidak luput dari dukungan institusi yakni STIKES Widyagama Husada dan Bidan Desa ibu Siti Rugayah yang telah memberikan kesempatan maupun dukungan fasilitas sehingga program ini dapat berlangsung secara maksimal.

REFERENSI

- [1] K. Rahmadhita, "Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Pendahuluan," *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada*, vol. 11, no. 1, pp. 225–229, 2020, doi: 10.35816/jiskh.v10i2.253.
- [2] Indah Budiastutik and Muhammad Zen Rahfiludin, "Faktor Risiko Stunting pada anak di Negara Berkembang," *Amerta Nutr.*, vol. 3, no. 3, pp. 122–129, 2019, doi: 10.2473/amnt.v3i3.2019.122-129.
- [3] S. N. Fatimah, A. Purba, K. Rusmil, and G. I. Nugraha, "Status gizi, asupan energi, dan serat sebagai faktor risiko kardiometabolik pada remaja pendek," *J. Gizi Klin. Indones.*, vol. 13, no. 1, p. 14, 2016, doi: 10.22146/ijcn.22682.
- [4] R. I. Sutarto¹, Diana Mayasari¹, "Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya," *Foss. Behav. Compend.*, vol. 5, pp. 243–243, 2010, doi: 10.1201/9781439810590-c34.
- [5] H. Christin Angelina F.1, Agung Aji Perdana¹, "FAKTOR KEJADIAN STUNTING BALITA BERUSIA 6-23 BULAN DI PROVINSI LAMPUNG," *Anal. Farm.*, vol. 38, no. 2, pp. 127–134, 2019.
- [6] M. G. P. Asweros Uumbu Zogara¹, "Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita," vol. 1, no. 01, pp. 3–11, 2010.
- [7] Atica Ramadhani Putri, "ASPEK POLA ASUH, POLA MAKAN, DAN PENDAPATAN KELUARGA PADA KEJADIAN STUNTING," *Osteoarthr. Cartil.*, vol. 28, no. 2, pp. 1–43, 2020, [Online]. Available: <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1120700020921110%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.reuma.2018.06.001%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.arth.2018.03.044%0Ahttps://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1063458420300078?token=C039B8B13922A2079230DC9AF11A333E295FCD8>.
- [8] fauziah lilis Harmiyanti, rahman nurdin, "Faktor Risiko Kejadian Gizi Kurang pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Kelurahan Taipa Kota Palu," *J. Ilm. Kedokt.*, vol. 4, no. 3, pp. 29–59, 2017.
- [9] D. Wahniningrum, "Efektifitas Pijat Tui Na Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita Usia 1-5 Tahun Di Bpm Ma'Rifatun M. S Puring," 2017.
- [10] Y. Asih and M. Mugiati, "Pijat Tuna Efektif dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak Balita," *J. Ilm. Keperawatan Sai Betik*, vol. 14, no. 1, p. 98, 2018, doi: 10.26630/jkep.v14i1.1015.