



PELATIHAN TENTANG PENERAPAN TERAPI KOMPLEMENTER PIJAT BAYI DAN PERBAIKAN POLA MAKAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN *STUNTING* PADA ANAK BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANAH KALI KEDINDING KOTA SURABAYA

Syuhrotut Taufiqoh¹, Aryunani², Fulatul Anifah³

^{1,2,3} Prodi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

Email: syuhrotut@gmail.com

Abstrak

Edukasi dan pelatihan tentang upaya promotif kepada masyarakat dapat dilakukan untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat. Salah satu permasalahan kesehatan yang terjadi pada anak balita adalah *stunting*. Tujuan dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat dalam mencegah terjadinya *stunting* dengan terapi komplementer pijat bayi serta perbaikan pola makan. Hasil kegiatan edukasi menunjukkan bahwa kegiatan dilakukan sesuai kontrak waktu yang direncanakan dengan sasaran yaitu kader balita di wilayah kerja Puskesmas Tanah Kali Kedinding Kota Surabaya. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta rata-rata aktif dan sangat antusias dalam mengikuti kegiatan. Selanjutnya kader balita dapat mengajarkan kepada ibu balita tentang edukasi yang telah diperoleh. Penerapan terapi komplementer pijat bayi dan perbaikan pola makan diharapkan dapat dilaksanakan ibu balita dengan pendampingan kader balita sebagai upaya pencegahan *stunting* pada anak balita.

Kata kunci: pijat bayi, pola makan *stunting*, terapi komplementer

Abstract

Public education can be done to improve health status of the community. One of the health problems that occur in children is *stunting*. The purpose of this community service activity is to increase knowledge, attitudes, and community behavior in preventing *stunting* with complementary baby massage therapy as well as improving diet. The results of the educational activities showed that the activities carried out according to the planned time contract with the target of toddler cadres in the working area of the Tanah Kali Kedinding Health Center, Surabaya City. The results of the evaluation showed that the participants were on average active and very enthusiastic in participating activities. Furthermore, the cadres of toddlers can teach mothers of toddlers about the education that has been obtained. The application of complementary baby massage therapy and improvement of diet, parenting, and sanitation is expected to be carried out by mothers of toddlers with the assistance of toddler cadres as an effort to prevent *stunting* in children under five.

Keywords: baby massage, diet, *stunting*, complementary therapy

PENDAHULUAN

Masalah gizi yang terjadi pada anak balita saat ini adalah masih tingginya angka kejadian *stunting*. *Stunting* merupakan salah satu bentuk malnutrisi yang merefleksikan kekurangan gizi yang terjadi secara kumulatif yang berlangsung pada waktu yang lama (kronis) (Kemenkes, 2018a). Anak yang mengalami *stunting* tidak mencapai rata-rata median standar pertumbuhan sesuai umur dan jenis kelamin anak (Ali *et al*, 2017). Menurut Lamid (2015), balita *stunting* memiliki tingkat kematian lebih tinggi dari berbagai penyebab dan terjadinya peningkatan penyakit. *Stunting* akan mempengaruhi kinerja pekerjaan fisik dan fungsi mental dan intelektual akan terganggu. Faktor langsung yang berpengaruh terhadap *stunting* adalah asupan nutrisi. Asupan zat-zat gizi yang lengkap masih terus dibutuhkan anak selama proses tumbuh kembang masih berlanjut karena proses tumbuh kembang ini dipengaruhi oleh makanan yang diberikan pada anak (Alemu *et al*, 2017).

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2018 yang dilaksanakan Kementerian Kesehatan, angka prevalensi *stunting* di Indonesia pada tahun 2018 mencapai 30,8%. Pemerintah mempunyai target untuk menurunkan prevalensi *stunting* hingga 14% pada tahun 2024. Salah satu fokus pemerintah saat ini adalah pencegahan *stunting*. Upaya ini bertujuan agar anak-anak Indonesia dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dan maksimal, dengan disertai kemampuan emosional, sosial, dan fisik yang siap untuk belajar, serta mampu berinovasi dan berkompetisi di tingkat global (Kemenkes, 2018b). Pijat bayi juga merupakan salah satu terapi yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah gizi termasuk dalam mencegah *stunting* pada anak balita karena dapat meringankan proses pencernaan dan meningkatkan nafsu makan (Roesli, 2012).

Terapi komplementer merupakan terapi yang menggabungkan terapi tradisional dengan pengobatan modern. Terapi komplementer saat ini menjadi salah satu pilihan pengobatan masyarakat, termasuk pada lingkup pelayanan kebidanan pada

balita. Dasar hukum pelaksanaan pengobatan terapi komplementer dan alternatif adalah berdasarkan PERMENKES No.1109/Menkes/Per/IX/2007 (Ayuningtyas, 2019).

Salah satu jenis terapi komplementer adalah cara penyembuhan manual dengan massage atau pijat. Massage dapat dilakukan pada semua tingkat usia termasuk pada anak balita. Pijat bayi adalah stimulasi berupa sentuhan yang mengandung unsur kasih sayang, perhatian, suara atau bicara, pandangan mata, gerakan yang dapat menyebabkan peningkatan nafsu makan sehingga dapat mempertahankan pertumbuhan bayi (Putri, 2009).

Berdasarkan beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa manfaat terapi komplementer pijat bayi dapat membuat bayi merasa nyaman dan relaks, pijat bayi juga dapat memicu perkembangan otak, meringankan pencernaan, meningkatkan nafsu makan dan membantu meningkatkan jumlah oksigen menuju otak (Prasetyono, 2017). Gerakan memijat dari ujung kepala hingga ujung kaki membuat tubuh lebih mudah dalam menyalurkan nutrisi yang didapat ke pembuluh darah. Dengan demikian, selera makan pun membaik dan bayi semakin banyak menerima nutrisi dari ASI dan makanan (Roesli, 2012).

Program pijat bayi saat ini sedang digencarkan kementerian kesehatan ke 34 provinsi. Pijat bayi disarankan dilakukan dua hingga tiga kali sehari dengan durasi sekitar 15 menit untuk bayi yang lahir cukup bulan (mature), yaitu bayi yang lahir setelah 36 minggu dengan bobot minimal 2.500 gram (Dewi, 2019).

Kader kesehatan merupakan ujung tombak pelaksanaan program-program pemerintah termasuk upaya penurunan *stunting*. Kader balita dapat diberikan edukasi dan pelatihan tentang upaya-upaya pencegahan *stunting* untuk dapat disampaikan kepada masyarakat Perbaikan pola makan, penting untuk diperhatikan, kader balita dapat melakukan pemantauan status gizi anak melalui kegiatan POSYANDU balita yang dilaksanakan setiap bulan. Upaya pencegahan *stunting* dengan pijat bayi dapat diajarkan oleh kader kepada ibu balita, selain dapat

meningkatkan nafsu makan anak untuk memperbaiki status gizi juga dapat meningkatkan *bounding attachment* antara ibu dan anak (Dewi, 2019).

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul pelatihan tentang penerapan terapi komplementer pijat bayi dan perbaikan pola makan sebagai upaya pencegahan *stunting* pada anak balita di wilayah kerja Puskesmas Tanah Kali Kedinding Kota Surabaya ini secara umum menggunakan prosedur perencanaan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

A. Perencanaan

Pada tahap perencanaan dibentuk kepanitiaan pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan *job description* masing-masing bagian agar kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

B. Persiapan

Pada tahap persiapan, hal yang perlu disiapkan meliputi: materi edukasi tentang upaya pencegahan *stunting* dengan terapi komplementer pijat bayi dan perbaikan pola makan yaitu mempersiapkan berita acara dan daftar hadir peserta serta peralatan yang dibutuhkan. Selain itu juga dilakukan koordinasi antara panitia, petugas kesehatan Puskesmas Tanah Kali Kedinding, serta kader balita.

C. Pelaksanaan

Pelaksanaan edukasi dan pelatihan tentang penerapan terapi komplementer pijat bayi dan perbaikan pola makan sebagai upaya pencegahan *stunting* pada anak balita dilaksanakan pada bulan Januari 2020 di ruang pertemuan Puskesmas Tanah Kali Kedinding Kota Surabaya.

D. Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan dengan observasi kegiatan dan respon tertulis terhadap kepuasan peserta edukasi dan pelatihan yang terhadap kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

PEMBAHASAN PELAKSANAAN

Stunting merupakan salah satu kategori masalah gizi yang ditandai dengan pertumbuhan fisik berupa tinggi badan yang tidak normal berdasarkan usia. Gangguan pertumbuhan berupa *stunting* timbul akibat malnutrisi yang terjadi dalam waktu yang lama (kronis). Kurangnya asupan nutrisi yang dipengaruhi oleh berbagai faktor menjadi penyebab utama kejadian *stunting* pada balita (Akombi, *et al*, 2017). Fokus kejadian *stunting* tidak hanya pada ukuran fisik yang pendek tetapi lebih pada konsep bahwa proses terjadinya *stunting* bersamaan dengan proses terjadinya hambatan pertumbuhan dan perkembangan organ lainnya termasuk otak. Hal tersebut berarti anak yang menderita *stunting* kemungkinan besar juga telah mengalami hambatan pertumbuhan dan perkembangan organ lainnya (Achadi, 2016).

Kegiatan edukasi dan pelatihan tentang penerapan terapi komplementer pijat bayi dan perbaikan pola makan sebagai upaya pencegahan *stunting* pada anak balita yang diikuti oleh kader kesehatan balita dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan di era new normal. Pemberian edukasi dan pelatihan penerapan terapi komplementer pijat bayi dipilih karena *stunting* merupakan permasalahan status gizi yang saat ini penurunan angka kejadiannya masih sedikit dibandingkan dengan target yang dicanangkan pemerintah. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi sebagai salah satu terapi komplementer terbukti dapat meningkatkan nafsu makan anak sehingga diharapkan pola makan anak dapat meningkat sebagai upaya pencegahan *stunting*, disamping itu cara pemberian makan juga harus diperhatikan dengan memberikan makanan yang bervariasi dan gizi yang seimbang.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi Pencegahan *Stunting*



Gambar 2. Kegiatan Pelatihan Pijat Bayi sebagai upaya pencegahan *stunting*



Gambar 3. Kegiatan Pelatihan Pijat Bayi sebagai upaya pencegahan *stunting*

KESIMPULAN

Hasil kegiatan ini adalah pelatihan tentang penerapan terapi komplementer pijat bayi dan perbaikan pola makan sebagai upaya pencegahan *stunting* pada anak balita dapat dilaksanakan tepat waktu sesuai dengan kontrak waktu yang direncanakan dengan sasaran kader kesehatan balita di wilayah kerja Puskesmas Tanah Kali Kedinding Kota Surabaya.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa seluruh peserta kegiatan rata-rata aktif dalam mengikuti kegiatan dan sangat antusias. Tindak Lanjut dari evaluasi kegiatan ini adalah adanya rencana selanjutnya dari kelompok kader untuk mengajarkan teknik pijat bayi dan edukasi perbaikan pola makan, pada ibu balita di wilayah masing-masing sebagai salah satu upaya pencegahan *stunting* pada balita. Kesimpulan dari kegiatan ini dapat dikatakan berhasil. Penerapan terapi komplementer pijat bayi dan perbaikan pola makan diharapkan dapat dilaksanakan ibu balita

sebagai upaya pencegahan *stunting* pada anak balita.

DAFTAR PUSTAKA

Achadi, E.L. (2016). Peran Profesi dan Upaya Peningkatan Status Kesehatan dan Gizi pada Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Lokakarya dan Seminar Ilmiah Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan*. Jakarta. 12-13 November 2016

Akombi, Blessing Jaka. Agho Kingsley E, etc., (2017). Stunting and severe stunting among children under-5 years in Nigeria: A multilevel analysis. Nigeria: *BMC Pediatrics*

Alemayehu, M., Tinsae, F., Hailelassie, K., Seid, O., Gebregziabheir, G., Yebho, H. (2015). Undernutrition Status and Associated Factors in Under Five Children in Tigray, Northern Ethiopia. *Nutrition Journal*, 31:964-970

Alemu, Z., Ahmed, A., Yalew, A., Birhanu, B., and Zaitchik, B. (2017). Individual and Community Level Factors with Significant Role in Determining Child Height for Age Z Score in East Gojjam Zone, Amhara Regional State, Ethiopia: a Multilevel Analysis. *BMC Archives of Public Health Journal*, 75:27

Ali, Z., Saaka M., Adams A., G., Kamwininaang, S., K., etc, (2017) The effect of maternal and child factors on stunting, wasting and underweight among preschool children in Northern Ghana. Ghana: *BMC Nutrition*

Ayuningtyas, I. F. (2019). *Kebidanan Komplementer Terapi Komplementer dalam Kebidanan*. PT. Pustaka Baru. Jakarta

Dewi, A. S. (2019). Pengaruh Pemijatan terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi Umur 3 – 4 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kanjilo Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa. *UMI Medical Journal*, 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.33096/umj.v1i1.3>

Kementerian Kesehatan RI. (2018a). *Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh, dan Sanitasi*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta

- _____. (2018b). *Riset Kesehatan Dasar*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta
- Lamid, A. (2015). *Masalah Kependekan (Stunting) pada Anak Balita: Analisis Prospek Penanggulangannya di Indonesia*. PT. Penerbit IPB Press. Bogor
- Prasetyono DS. (2017). *Buku Pintar Pijat Bayi*. Jogjakarta: Buku Biru. Buku Biru. Yogyakarta
- Putri, A. (2009). *Pijat dan Senam Untuk Bayi dan Balita Panduan Praktis Memijat Bayi dan Balita*. Brilliant Offset. Jakarta
- Roesli, U. (2012). *Pedoman Pijat Bayi*. Puspa Swara. Jakarta