

Pemanfaatan *Essential Oil* Dalam *Body Massage* Sebagai Alternatif Solusi Meningkatkan Berat Badan Pada Balita Di Kelurahan Gununganyar

Indria Nuraini¹, Setiawandari², Yuni Khoirul W³, Annah Hubaedah⁴

Prodi D III Kebidanan Universitas PGRI Adi Buana

Email: nurainiindria@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan pembangunan Nasional, dengan meningkatkan kualitas sumberdaya manusia yang berkelanjutan dan berkesinambungan sesuai dengan tujuan SDGs (Sustainable Development Goal's) yaitu menggalakkan hidup sehat dan mengurangi angka kematian bayi baru lahir. Hasil survey data di Kelurahan Gununganyar pada 100 Kepala Keluarga, didapatkan jumlah balita 102 jiwa dengan status gizi lebih 6 jiwa, gizi baik 75 jiwa, gizi kurang 8 jiwa dan gizi bawah garis merah (BGM) 13 jiwa. Tingginya jumlah angka kejadian Bawah Garis Merah (BGM) disebabkan karena balita susah makan atau tidak mau makan dan sering sakit, seperti sakit diare, batuk pilek ataupun demam. Pemanfaatan *Essential Oil* pada *Body Massage* sangat tepat dilakukan sebagai Alternatif Solusi Meningkatkan Berat Badan Pada Balita karena sangat efektif, murah, dan bisa dilakukan mandiri di rumah. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita dan kader posyandu tentang Pemanfaatan *Essential Oil* pada *Body Massage*. Kegiatan ini menggunakan metode demonstrasi, dengan sasaran ibu yang memiliki balita sebanyak 44 peserta, kegiatan dilakukan pada Posyandu Balita di Kelurahan Gunung Anyar 28 Januari sampai dengan 23 Februari 2019. Hasil Pengabdian adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu balita tentang pemanfaatan *essential oil* pada *body massage* serta adanya perubahan sikap ibu balita.

Kata kunci : *Essential Oil*, *Body Massage*, Balita

ABSTRACT

*The national development goal is to improve the quality of sustainable and sustainable human resources in accordance with the objectives of the SDGs (Sustainable Development Goals), namely to promote healthy living and reduce the rate of newborn deaths. The results of the data in Gununganyar Subdistrict, there are 100 heads of households, found the number of toddlers is 102 people with nutritional status of more than 6 people, good nutrition 75, malnutrition 8 and below the red line (BGM) 13. The high number of occurrences because toddlers are difficult to eat or do not want to eat and often get sick, such as diarrhea, coughing cold or fever. The use of *Essential Oil* in *Baby Massage* is very appropriate to be done as an Alternative Solution to Increase Toddler Weight Loss because it is very effective, inexpensive, and can be done independently at home. The purpose of this activity is to increase the knowledge of mothers of children under five and posyandu cadres about the Use of *Essential Oil* in *Body Massage*. This activity uses the demonstration method, with the goal of mothers who have children as many as 44 mothers, held at the Posyandu toddlers in the Gunung Anyar 28 January to 23 February 2019. The results of community service are an increase in knowledge and skills of toddlers about the use of essential oils in body massage and changes in attitudes of mothers of toddlers*

Keywords : *Essential Oil*, *Body Massage*, Toddler

1. PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dan balita di pengaruhi oleh

faktor genetik, lingkungan, pola asuh serta rangsangan (stimulus). Penelitian yang dilakukan oleh Dr. Beatriz Manrique di

Venezuela menyatakan bahwa bayi yang diberikan stimulus sentuhan lembut atau pemijatan dapat meningkatkan kecerdasan, serta mempengaruhi perkembangan sosial, mental dan emosi yang baik bagi bayi ataupun balita. Selain itu sentuhan pada bayi atau balita juga dapat meningkatkan nafsu makan dan efektivitas dalam tidur [1][2]. Menurut ISO, Essential Oil merupakan produk yang dihasilkan dari proses penyulingan untuk menghasilkan minyak nabati. Essential oil dapat memberikan manfaat seperti : meningkatkan mood, mengurangi stress dan kecemasan, mengatasi gangguan tidur, mengatasi masalah pencernaan, mengobati pilek dan flue (<https://doktersehat.com/manfaat-essential-oil/>).

Kelurahan Gunung Anyar merupakan salah satu bagian dari wilayah kecamatan Gunung Anyar yang memiliki 8 RW, 63 RT, jumlah penduduk 21.809 jiwa dengan tingkat pendidikan rata-rata SMU. Kelurahan Gunung Anyar berjarak 17,2 km dari Kampus Universitas PGRI Adi Buana Surabaya atau membutuhkan perjalanan kurang lebih 44 menit s/d 1 jam. Hasil pendataan 100 KK pada masyarakat gunung anyar didapatkan bahwa jumlah balita 102 jiwa dengan status gizi lebih 6 jiwa, gizi baik 75, gizi kurang 8 dan BGM 13. Tingginya jumlah angka kejadian disebabkan karena balita susah makan atau tidak mau makan dan sering sakit, seperti sakit diare, batuk pilek ataupun demam. Maka dilakukan Stimulasi Tumbuh Kembang Bayi dan Balita melalui Body Massage dengan Pemanfaatan *Essensial Oil*.

Pemanfaatan Essential Oil pada Body Massage sangat tepat dilakukan di kelurahan Gunung Anyar karena sangat efektif, murah, dan bisa dilakukan mandiri di rumah.

2. METODE PELAKSANAAN

A. Rancangan Kegiatan

Rancangan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah sosialisasi kepada Lurah, Kepala Puskesmas, Bidan Kelurahan, Kader dan Kelompok Sasaran (Ibu Balita) Kelurahan Gununganyar. Setelah semua tersosialisasikan maka ditentukan hari pelaksanaan PPM yaitu tanggal 11 - 16 Februari 2019 yang bertempat di Posyandu. Kemudian pada tanggal 18 – 23 Februari 2019 dilakukan Evaluasi dari Kegiatan PPM.



1. Gambar Sosialisasi

B. Responden

Responden dalam kegiatan Pengabdian pada Masyarakat ini adalah ibu-ibu Balita di Kelurahan Gununganyar. Terdapat 44 orang ibu-ibu balita yang menjadi sasaran kegiatan ini.

C. Bahan dan Cara Pembuatan Essential Oil

Berikut ini adalah rincian alat dan bahan yang digunakan untuk membuat *Essential Oil* :

1. Bahan-bahan:
 - a. Malelauca Cajuputi Oil 4% : 32ml
 - b. Ekstra Virgin Olive Oil 84% : 672ml
 - c. Chamomile Oil 11% : 88ml
 - d. Fragrance Lavender 0,5% : 4ml
 - e. Peppermint Oil
2. Cara pembuatan:

Campurkan seluruh bahan menjadi satu sesuai dengan prosentasenya kemudian dimasukkan dalam botol



Gambar 2. Essential Oil

D. Tehnik Pengumpulan Data

1. Pemeriksaan Tumbuh Kembang

Pada kegiatan ini sebelum dilakukan pemijatan terlebih dahulu balita dilakukan penimbangan berat badan, pengukuran panjang badan, serta pengkajian pengetahuan tentang Essential Oil serta body massage untuk bayi dan balita.

Hasil didapatkan bahwa:

- a) Dari 44 Responden; balita dengan status Gizi Baik yaitu 23 responden, Status Gizi Kurang : 8, dan BGM : 13
- b) Dari 44 Responden belum mengetahui apa itu Essential Oil serta manfaatnya
- c) Dari 44 Responden telah melakukan body Massage di Dukun bayi serta dilakukan ketika sakit saja



Gambar 3. Pemeriksaan Tumbuh Kembang

2. Penyuluhan

Pada kegiatan ini memberikan education tentang pengertian, manfaat serta waktu body massage pada bayi ataupun balita. Serta pada kegiatan ini juga menjelaskan macam-macam essential oil yang dapat di peroleh, manfaat essential oil dan cara mendapatkannya.



Gambar 4. Penyuluhan

3. Praktek dan Demonstrasi

Pada kegiatan ini ada 2 praktek/demonstrasi yang dilakukan; yaitu :

- a) Demontrasi cara membuat essential oil
- b) Demonstrasi body massage yang benar untuk bayi ataupun balita



Gambar 5. Praktek dan Demonstrasi

2. HASIL DAN PEMBAHASAN

Warga kelurahan Gunung Anyar (khususnya kader posyandu dan ibu-ibu yang mempunyai Balita) sangat antusias dalam upaya peningkatan berat badan pada Balita. Hasil dari kegiatan Pengabdian pada masyarakat adalah:

- a) Tingkat pengetahuan Ibu Balita dan Kader Posyandu adalah baik mengenai Pemanfaatan *Essential Oil* pada Body Massage bayi atau balita khususnya balita dengan Gizi Kurang dan BGM. Pendidikan ibu balita paling banyak adalah dengan pendidikan SMA, sehingga ibu balita mudah mencerna atau mendapatkan informasi yang diberikan oleh petugas. Menurut Nursalam dan Siti Pariani (2001) menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah mencerna informasi[3].
- b) Perubahan perilaku dalam melakukan pijat bayi/balita, tidak hanya ketika sakit saja tetapi selalu dilakukan stimulasi minimal 1 minggu satu kali dengan memanfaatkan *Essential Oil*. Selain itu didapatkan hasil bahwa balita lebih nyenyak tidurnya, tidak gampang sakit serta nafsu makannya meningkat.

Pemijatan/body massage pada bayi atau balita menyebabkan peningkatan kadar sekresi serotonin serta merubah gelombang otak yaitu adanya penurunan gelombang alpha dan meningkatnya gelombang beta serta theta. Akibat dari peningkatan kadar serotonin dan perubahan gelombang otak yaitu terjadinya peningkatan kuantitas tidur pada bayi atau balita menjadi lebih nyenyak dan lama [4]

Bayi atau balita yang di stimulasi dengan body massage/pemijatan merangsang peningkatan tonus saraf *vagus*, serta merangsang pengeluaran hormone yang memudahkan penyerapan makanan dan meningkatkan enzim *gastrin* dan *insulin* [1]

- c) Ibu lebih terampil dalam melakukan stimulasi sendiri dengan memanfaatkan *Essential Oil*. Menurut Bainbridge dan Heath (2006), menyatakan bahwa bayi atau balita yang di massage/pijat sendiri oleh orang tua memberikan banyak manfaat, seperti : orang tua akan lebih percaya diri, orang tua dapat memahami reaksi ketika bayi di pijat, orang tua menjadi lebih sabar dan terciptanya bonding antara ibu dan bayi[5]
- d) Untuk penambahan berat badan balita belum diperoleh hasil yang maksimal karena jarak kegiatan dan evaluasi yang terlalu dekat (± 1 minggu)

3. DAMPAK DAN MANFAAT KEGIATAN

Dampak dan Manfaat pada kegiatan pengabdian pada masyarakat ini yaitu :

- a. Bagi ibu balita dan kader posyandu, adanya peningkatan pengetahuan mengenai cara menstimulasi tumbuh kembang balita yang dapat dilakukan oleh ibu balita sendiri di rumah.
- b. Bagi bidan kelurahan, adanya referensi baru dalam mengembangkan potensi ibu balita, kader posyandu serta potensi lingkungan sekitar (khususnya tanaman obat) yang dapat dimanfaatkan untuk kesehatan balita.
- c. Bagi pengabdian, adanya tindak lanjut dalam pengabdian ini sehingga dapat membantu dalam mengurangi status gizi balita kurang ataupun BGM.

4. KESIMPULAN

Warga Kelurahan Gunung Anyar, khususnya ibu-ibu Balita dan kader-kader posyandu sangat antusias belajar membuat Essential Oil dan menggunakannya sebagai upaya untuk meningkatkan Berat Badan Balita melalui upaya pijat bayi.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur pengabdian panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga pengabdian dapat menyelesaikan artikel ini. Selain itu pengabdian ucapan terima kasih kepada :

- a. Drs, Djoko Adi Walujo, S.T.,M.M.,DBA, selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya atas kesempatan yang telah diberikan
- b. Dr. Sukarjati, M.Kes, selaku Kepala LPPM Universitas PGRI Adi Buana Surabaya atas semua bimbingannya
- c. Setiawandari, SST., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan atas kesempatan dan bimbingan yang telah diberikan
- d. Hilda Fairuz Rochmi, S.Sos selaku Lurah Gunung Anyar yang telah memberi ijin dalam melakukan Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat
- e. Semua pihak yang telah membantu selama proses Pengabdian Pada Masyarakat sehingga dapat berjalan lancar dan selesai tepat waktu

6. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Y. Subakti and R. D. Anggraini, *Keajaiban Pijat Bayi & Balita*. Jakarta: PT Wahyu Media, 2008.
- [2] R. Sekartini and N. P. Adi, "Gangguan Tidur pada Anak Usia Bawah Tiga Tahun di Lima Kota di Indonesia," *Sari Pediatr.*, vol. 7, no. 4, p. 188, 2016.
- [3] D. Kusbiantoro, "Perilaku Pijat Bayi Berhubungan dengan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga," *J. Chem. Inf. Model.*, vol. 53, no. 9, pp. 1689–1699, 2013.
- [4] U. Roesli, *Pedoman Pijat Bayi Prematur dan Bayi Usia 0-3 Tahun*. Trubus Agro Jakarta, 2007.
- [5] W. Abaya, "IBU TENTANG PIJAT BAYI," *J. Penelit. Kesehat.*, vol. 1, pp. 18–26, 2012.