



Surabaya, 4 Juli 2024

SEMINAR NASIONAL HASIL RISET DAN PENGABDIAN

Inovasi Sains, Pendidikan, dan Bioteknologi Untuk Pengembangan Masyarakat: Tantangan Peluang Dalam Penelitian dan Pengabdian



OPTIMALISASI PERAN ORANG TUA MENINGKATKAN TUMBUH KEMBANG ANAK DENGAN AKUPRESUR ABDOMEN DAN PIJAT TUINA

Setiawandari ^{1*}, Anik Latifah^{2*}, Yunia Khoirul Waroh^{3*},
Desta Ayu Cahya Rosyida^{4*}

^{1,2,3} Pendidikan Profesi Bidan, ⁴ Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Univeritas PGRI Adi Buana Surabaya Kode Pos 60231 Jawa Timur Indonesia

*Email Korespondensi: setiawandari@unipasby.ac.id

Abstrak

Akupresur merupakan terapi komplementer yang bermanfaat meningkatkan nafsu makan pada anak. Masalah nafsu makan pada anak mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangannya dan jika tidak mendapatkan asuhan berdampak pada kondisi kurang gizi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan serta ketrampilan orang tua sehingga dapat melakukan akupresur abdomen dan pijat Tu Ina secara mandiri di rumah, dalam mengatasi masalah nafsu makan pada anak, selain pemberian vitamin dan makana yang bervariasi. Kegiatan dilakukan mulai bulan Mei sampai dengan Juni 2024, bertempat di Kelurahan Siwalankerto Surabaya dengan jumlah peserta sebanyak 30 orang tua. Metode pada kegiatan ini adalah ceramah, diskusi tanya jawab dan demonstrasi. Media yang digunakan power point materi, liflet dan manikin bayi. Pada tahap awal pelaksanaan diberikan *pre test* dan *post test*, hasilnya terdapat peningkatan pengetahuan orang tua tentang masalah nafsu makan dan akupresur, dimana tingkat pengetahuan *pre test* cukup baik 56,67% dan kurang baik 43,33% meningkat menjadi baik 40%, cukup baik 33,33%, dan kurang baik 26,67%, sehingga dapat disimpulkan tingkat pemahaman dan pengetahuan ibu meningkat. Orang tua juga bisa mendemonstrasikan akupresur dan pijat Tu Ina dan diharapkan dapat melakukan secara mandiri di rumah.

Kata Kunci: nafsu makan, akupresur abdomen, pijat tuina

Copyright © (2022) Seminar Hasil Riset dan Pengabdian ke 4

PENDAHULUAN

Anak yang sehat, cerdas, berpenampilan menarik, dan berakhlak mulia merupakan dambaan setiap orang tua. Agar dapat mencapai hal tersebut maka pertumbuhan dan perkembangan anak harus selalu dipantau, hal ini sejalan dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 66 Tahun 2014(Nur, 2009). Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Ras/etnik atau bangsa, keluarga, umur, jenis kelamin, kelainan genetik, dan kelainan kromosom adalah faktor internal, sedangkan gizi,

stimulasi, psikologis, dan sosial ekonomi adalah faktor eksternal, yang mempengaruhi tumbuh kembang anak.

Masalah gizi yang sering terjadi pada anak salah satunya adalah gangguan nafsu makan. Nafsu makan sangat berhubungan dengan status gizi balita karena pada anak balita mempunyai nafsu makan yang berubah-ubah tergantung pada kondisi kesehatan anak dan makanan. Gangguan makan sering kali terjadi pada anak usia satu tahun, hal ini dikarenakan adanya peralihan dari makanan lunak atau halus ke makanan dengan tekstur yang agak kasar. Anak usia di bawah lima tahun juga sering mengalami penurunan nafsu makan, sehingga mengakibatkan terjadi masalah kurang gizi karena kurangnya asupan gizi pada anak (Yuni Kusmiyati; Centis, 2022). Kondisi makanan yang dimaksud adalah yang dapat menarik anak balita tersebut untuk gemar mengonsumsi makanan yang berbagai macam, terutama makanan yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak balita. Nafsu makan menurun juga dapat menghambat status kesehatan anak balita. Nafsu makan dapat dilihat dari asupan makanan kurang dari yang dibutuhkan sehingga menyebabkan tubuh menjadi kurus dan rentan terhadap penyakit (Anggraini, Ananditha, Aminoto, & Illiandri, 2021).

Masalah gizi yang tidak mendapatkan intervensi adikuat menyebabkan angka kejadian stunting di Indonesia meningkat. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 angka stunting di Indonesia masih cukup tinggi yaitu 21,6% (RI, 2024). Usaha menurunkan angka stunting 14% pada tahun 2024 membutuhkan kerja keras dan kerja sama dari semua sektor. Berdasarkan Kemenkes RI tata laksana stunting meliputi tata laksana medis, tatalaksana nutrisi, tata laksana non nutrisi, perbaikan kualitas tidur dan aktivitas fisik. Intervensi akupresur adomen dan pijat Tui Na merupakan bagian dari tatalaksana nutrisi, yaitu usaha meningkatkan nafsu makan anak dan juga sebagai tatalaksana meningkatkan kualitas tidur. (Kemenkes RI, 2022)

Untuk mencegah komplikasi karena masalah gizi, dibutuhkan peran dari semua sektor salah satunya adalah peran tenaga pendidikan. Menurut Permenkes RI No.66 Tahun 2014 peran tenaga pendidikan dalam hal ini adalah melakukan pembinaan terhadap tumbuh kembang anak. Pembinaan bisa dalam bentuk pemberian intervensi pelatihan atau pendidikan kesehatan yang dikemas dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Hasil identifikasi masalah dari kegiatan pendataan yang dilakukan kepada 100 kepala keluarga, ditemukan beberapa masalah diantaranya masalah gizi pada anak yang berpotensi mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak. Beberapa usaha yang dilakukan oleh orang tua dalam mengatasi masalah gizi adalah dengan melakukan pemeriksaan ke puskesmas dan pemberian vitamin BC.

Akupresur merupakan intervensi alamiah dengan mengurut atau menekan pada titik-titik meridian. Penekanan titik meridian pada akupresur menggantikan penusukan jarum yang dilakukan pada akupunktur dengan tujuan melancarkan aliran energi (Qi) pada seluruh tubuh, penekanan juga disesuaikan dengan kondisi keluhan mulai dari tingkat ringan, sedang dan keras,

bertujuan untuk merangsang pelepasan hormon dinorfin, serotinin, noradrenalin, beta endorfin dan meta enkefalin. Manfaat Akupresur diantaranya meningkatkan nafsu makan pada balita. Akupresur dapat merangsang aktivitas saraf sehingga mempercepat proses penyerapan makan selama proses pencernaan sehingga dampaknya anak akan cepat lapar dengan memberikan. Akupresur akan melancarkan peredaran darah pada limfa dan juga pada sistem pencernaan. Rangsangan dengan penekanan pada titik tertentu pada tubuh akan memengaruhi kerja ataupun mekanisme gelombang otak terutama pada hipotalamus yang salah satunya adalah memproduksi hormon yang memengaruhi nafsu makan yaitu *hormone ghrelin*. (Yuni Kusmiyati; Centis, 2022)

Pijat tuina merupakan metode pijat tradisional Cina yang berarti menekan dan menggenggam pada jaringan lunak. Salah satu fungsinya adalah mengurangi penyakit terkait fungsi pencernaan. Aliran Qi berhubungan dengan sistem peredaran darah, kelainan pada aliran mikro adalah salah satu faktor utama dalam keseimbangan sistem peredaran darah. Stimulasi tuina yang diaplikasikan di permukaan tubuh dapat dialirkan ke dinding pembuluh darah. Tekanan yang diberikan memberikan efek perbaikan aliran darah di pembuluh darah besar maupun pembuluh darah kecil menuju organ yang mengalami gangguan. (Aryunani; Nur Hidayatul Ainayah; Khabib Abdulah, 2022)

Stimulasi tuina pada titik meridian pada area anggota badan bagian distal ke proksimal dapat memulihkan fungsi dari sistem gastrointestinal, yang efeknya mempengaruhi sistem saraf otonom dan psikologi anak. Pijatan akan meningkatkan aliran darah perifer, aktivasi sistem saraf otonom, dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis gastrointestinal sehingga mempengaruhi kerja pada sistem pencernaan. (Setiawan, 2020).

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat menggunakan intervensi berupa pelatihan tentang akupresur abdomen dan pijat tuina. Sasaran kegiatan adalah orang tua yang memiliki bayi dan balita berjumlah 30 orang, di Kelurahan Siwalankerto Surabaya. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan selama 1 bulan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Minggu ke-1 : Tahap persiapan diawali dengan izin melakukan kegiatan, kemudian melakukan rapat koordinasi tim pengabdian masyarakat dengan Kepala Puskesmas Siwalankerto dan Lurah Siwalankerto. Kegiatan selanjutnya observasi lokasi dan sasaran, sehingga ditentukan lokasi dan sasaran pengabdian masyarakat adalah masyarakat RW II (RT 5 dan RT 7) sebanyak 100 warga.
2. Minggu ke-2 : Melakukan identifikasi terhadap masalah kesehatan ibu dan anak yang ada di RT 5 dan RT 7

3. Minggu ke-3 : Melakukan musyawarah masyarakat RW II untuk menentukan prioritas masalah dan solusi yang akan dilakukan. Masalah yang ditemukan diantaranya adalah beberapa bayi dan balita mengalami masalah potensial hambatan pertumbuhan dan perkembangan, dikarenakan anak mengalami kesulitan makan dan cenderung rewel. Solusi yang diberikan adalah pelatihan akupresur abdomen dan pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan, meningkatkan kualitas tidur dan meningkatkan imunitas anak.
4. Minggu ke-4 : Memberikan pelatihan akupresur abdomen dan pijat tuina kepada orantua untuk meningkatkan tumbuh kembang anak dan balita.
- Hari dan tanggal pelaksanaan = Kamis, tanggal 13 Juni 2024
 - Tempat = Balai RW II
 - Sasaran = 30 orang tua yang memiliki bayi dan balita
 - Persiapan materi pelatihan, alat dan bahan yang digunakan

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

- 1) Penyuluhan, pemberian materi dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab tentang tumbuh kembang anak, akupresur abdomen, dan pijat tuina. Materi yang disampaikan dalam bentuk PPT dan liflet yang dibagikan kepada peserta meliputi materi tumbuh kembang anak, definisi dan manfaat akupresur, langkah-langkah akupresur abdomen dan pijat tuina.
- 2) Demonstrasi, melakukan demonstrasi akupresur abdomen dan pijat tuina pada manekin bayi agar memudahkan pemahaman peserta, diikuti oleh peserta orang tua yang melakukan praktik pemijatan pada anaknya.
- 3) Evaluasi, peserta diminta melakukan pemijatan secara mandiri dengan didampingi oleh dosen dan mahasiswa.
- 4) Monitoring, peninjauan kembali untuk mengetahui keberhasilan kegiatan yang telah dilaksanakan, yaitu dengan bantuan kader memonitoring orang tua setiap bertemu dengan peserta pelatihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen kebidanan, dilaksanakan setiap semester dengan mengangkat tema hasil pendataan dan masalah yang ditemukan di masyarakat. Intervensi yang diberikan merupakan keunggulan dari program studi dan hasil penelitian yang dilakukan dosen dan mahasiswa. Sebelum pelaksanaan tingkat pengetahuan orang tua tentang akupresur, manfaat akupresur dan titik-titik akupresur untuk masalah gangguan nafsu makan pada anak diukur dengan *pre test* soal pilihan ganda sebanyak 10 soal, kemudian dilakukan *post test* kembali dengan soal yang sama, dengan lama waktu pengerjaan yang diberikan 10 menit. Pengukuran pengetahuan ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat pemahaman orang tua tentang akupresur.

Kegiatan selanjutnya adalah pemaparan materi terkait kebutuhan nutrisi pada anak, masalah nafsu makan, manfaat akupresur, titik-titik akupresur dan pijat tuina. Metode yang dilakukan adalah ceramah, diskusi tanya jawab, dan demonstrasi. Media yang digunakan adalah liflet, PPT, manikin bayi, dan poster titik-titik akupresur. Antusias orang tua sangat besar sekali dikarenakan pengetahuan orang tua selama ini tentang cara pengelolaan masalah nafsu makan pada anak masih sebatas pada pemberian vitamin dan variasi makanan.

Intervensi akupresur abdomen untuk merangsang nafsu makan adalah gerakan bulan matahari dan gerakan I Love You.(Setiawandari, 2019) Kedua gerakan yang dilakukan secara otomatis menekan titik ST 25 (*Stomach 25*) yang berada dua cun *lateral umbilicus Shenque* (CV 8) pada garis lateral perut II *rectus abdominis*. Fungsi titik ini yaitu menurunkan panas dan lembab, mengatur Qi, memperbaiki pencernaan, dan hambatan penyaluran makanan. Akupresur abdomen dan titik ST 25 akan merangsang pengeluaran hormon *gherlin* pada usus kecil yang berfungsi dalam melancarkan aliran darah dan energi pada usus. Jika mekanisme kerja usus baik, maka produksi hormon *gherlin* semakin tinggi dan anak akan sering merasa lapar sehingga nafsu makan anak semakin tinggi.(Yuni Kusmiyati; Centis;, 2022)

Pijat Tui Na ini merupakan tehnik pijat yang lebih spesifik untuk mengatasi kesulitan makan dan tidur pada balita dengan cara memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan, melalui modifikasi dari akupunktur tanpa jarum, teknik ini menggunakan penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga relatif lebih mudah dilakukan. Pada balita dengan berat badan yang kurang dengan pijat Tui Na akan membuat peredaran darah di limfa dan sistem pencernaan menjadi lebih lancar sehingga nafsu makan bertambah dan penyerapan nutrisi/ gizi lebih optimal sehingga dapat meningkatkan berat badan.(Sukanto; Putu Oka, 2010) Penelitian oleh Wijayanti, T dan Sulistiani, A (2019) melaporkan sebagian besar balita mengalami kenaikan berat badan sebanyak 19 balita (95%) $\rho=0,00$ dengan rata - rata kenaikan berat badan balita setelah dilakukan pijat Tui Na adalah 2,29.(Setiawandari, 2019)

Setelah pemaparan materi, dilanjutkan dengan demonstrasi akupresur abdomen dan pijat tuina pada manikin bayi, dilanjutkan dengan role play oleh peserta PkM.

Tabel 1 Pre-test dan post-test tingkat pengetahuan peserta pengabdian kepada masyarakat

Tingkat Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	N=30	%	N=30	%
Sangat baik	0	0.00	0	0.00
Baik	0	0.00	12	40.00
Cukup baik	17	56.67	10	33.33
Kurang baik	13	43.33	8	26.67
Tidak baik	0	0.00	0	0.00
Total	30	100.00	30	100.00

Pada tabel 1 diketahui tingkat pengetahuan peserta PkM *pre-test* lebih dari setengahnya (56,67%) adalah cukup baik, sedangkan tingkat pengetahuan *post-test* hampir setengahnya (40,00%) adalah baik. Sehingga ada peningkatan pengetahuan orang tua tentang akupresur abdomen dan pijat Tui Na untuk mengatasi masalah nafsu makan pada anak.

Evaluasi kegiatan dilakukan di akhir sesi, dimana peserta diminta maju dan mendemonstrasikan akupresur abdomen dan pijat Tui Na. Beberapa gerakan stimulasi telah dilakukan dengan benar dan diantaranya perlu pengulangan.



Gambar 1. Sambutan Lurah Siwalankerto



Gambar 2. Demonstrasi akupresur abdomen



Gambar 3. Demonstrasi pijat tuina



Gambar 4. Peserta praktik akupresur abdomen



Gambar 5. Peserta praktik pijat tuina telapak tangan



Gambar 6. Peserta praktik pijat tuina



Gambar 7. Tanya jawab peserta



KESIMPULAN

Dengan pelatihan akupresur abdomen kombinasi pijat tuina, pengetahuan orang tua tentang usaha memaksimalkan tumbuh kembang anak semakin meningkat, begitu juga ketrampilan orang tua dalam memberikan stimulasi akupresur juga bertambah terampil, hal ini diketahui pada saat dilakukan evaluasi, orang tua bisa melakukan akupresur secara mandiri.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah memberikan dukungan dana, sehingga kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar. Ucapan terima kasih disampaikan juga kepada Ketua RW II Kelurahan Siwalankerto sebagai mitra yang mendampingi kegiatan pengabdian masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, R. F., Ananditha, A. C., Aminoto, L. N., & Illiandri, O. (2021). The Relationship between Modification of Food Presentation and Changes in Appetite of Toddler Children at Puskesmas Mojo Surabaya. *MAGNA MEDICA Berkala Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(3), 18. <https://doi.org/10.26714/magnamed.1.3.2016.18-30>
- Aryunani; Nur Hidayatul Ainiyah; Khabib Abdulah. (2022). *Dasar-Dasar Komplementer*. Malang: Rena Cipta Mandiri.
- Kemendes RI. (2022). Kemendes RI no HK.01.07/MENKES/1928/2022 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Stunting. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–52.
- Nur, C. A. (2009). Deteksi Dini Gangguan Pertumbuhan dan Perkembangan Anak. *Jurnal Pendidikan Khusus*, vol.1 no.3, 1–8.
- RI, K. (2024). Panduan Kegiatan MP-ASI Kaya Proein Hewani Cegah Stunting Hari Gizi Nasional Tahun 2024. In *Kemenker RI*. Jakarta.
- Setiawandari. (2019). Modul Stimulasi Pijat Bayi dan Balita. In *Modul Stimulasi Pijat Bayi dan Balita*. Surabaya: Adi Buana University Press.
- Sukanto; Putu Oka. (2010). *Akupresur dan minuman untuk mengatasi gangguan pencernaan*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Yuni Kusmiyati; Centis; M. C. L. A. S. (2022). *Peran Akupresur Ki3, SP 6, ST 36, ST 25 Untuk Meningkatkan Berat Badan, Tinggi Badan, Dan Perkembangan Motorik Pada Baduta Stunting*. Magelang Jawa Tengah: Pustaka Rumah Cinta.