

EDUKASI PIJAT NAFSU MAKAN PADA BALITA DI KELURAHAN BATU IX KOTA TANJUNGPINANG

Putri Yuriati, Nining Sulistyowati
Akademi Kebidanan Anugerah Bintang
Email : putriyuriati86@gmail.com

ABSTRAK

Pijat adalah terapi sentuh tertua yang dikenal manusia. pijat bayi sudah beberapa waktu ini digemari karena bisa membuat bayi lebih sehat dan tidak rewel. pijat bayi juga bisa membuat otot bayi lebih kuat, imunitasnya meningkat, menaikkan berat badan bayi, mengurangi rasa sakit, dan membuat tidur bayi lebih lelap. Stimulasi atau rangsangan yang baik untuk anak dapat diberikan oleh orang tua untuk perkembangan potensinya secara maksimal. faktor yang berhubungan dengan tumbuh kembang anak yaitu nutrisi yang tercukupi, lingkungan keluarga yang mendukung merupakan dasar untuk tumbuh kembang anak. Pijat bayi dapat diartikan sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi. Pijat itu bermacam-macam ada pijat Balinese, thai massage, swedish massage, shiatsu, pijat refleksi, pijat akupresur dan banyak lainnya. Pijat yang dimaksudkan dalam kegiatan ini adalah pijat dengan nafsu makan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi kepada kader posyandu tentang pijat nafsu makan pada balita di wilayah kerja puskesmas mekar baru kelurahan batu IX kota Tanjungpinang. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini dimulai dari tahap persiapan, sosialisasi dan pelaksanaan dengan menggunakan power point tentang pijat nafsu makan serta alat peraga berupa phantom bayi untuk melakukan stimulasi pijat bayi, yang dihadiri sebanyak 16 ibu kader yang diberikan pre tes dan post tes, dengan hasil terjadi peningkatan pengetahuan ibu kader posyandu tentang pijat nafsu makan pada balita dari 25% menjadi 75 %. Kegiatan sosialisasi ini perlu dilakukan kepada tenaga kesehatan, para kader posyandu, serta ibu – ibu yang mempunyai anak balita, tentang edukasi pijat nafsu makan pada balita sehingga dapat meningkatkan tumbuh kembang anak dan terhindar dari balita stunting.

Kata Kunci: Edukasi, pijat nafsu makan , balita

ABSTRACT

Massage is the oldest touch therapy known to man. Baby massage has been popular for some time because it can make babies healthier and less fussy. Baby massage can also make the baby's muscles stronger, increase immunity, increase the baby's weight, reduce pain, and make the baby sleep more soundly. Parents can provide good stimulation or incentives for children to develop their potential to the maximum. Factors related to children's growth and development, namely adequate nutrition, a supportive family environment, are the basis for children's growth and development. Baby massage can be interpreted as a comfortable touch of communication between mother and baby. There are various types of massage, including Balinese massage, Thai massage, Swedish massage, Shiatsu, reflexology, acupressure massage and many others. The massage referred to in this activity is massage with appetite. This community service activity aims to

provide education to posyandu cadres about appetite massage for toddlers in the working area of the Bloom Baru Community Health Center, Batu IX sub-district, Tanjungpinang city. The method used in this service starts from the preparation, socialization and implementation stages by using power points about appetite massage as well as props in the form of baby phantoms to stimulate baby massage, which was attended by 16 cadre mothers who were given pre-tests and post-tests, with the results There was an increase in the knowledge of posyandu cadre mothers about appetite massage for toddlers from 25% to 75%. This socialization activity needs to be carried out for health workers, posyandu cadres, as well as mothers who have toddlers, regarding appetite massage education for toddlers so that it can improve children's growth and development and avoid stunting in toddlers.

Keywords: Education, appetite massage, toddlers

PENDAHULUAN

Pijat merupakan salah satu metode pengobatan tertua di dunia. Pijat meliputi seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang mampu melemaskan sendi yang terlalu kaku dan menyatukan organ tubuh dengan gosokan yang kuat. Terapi pijat tidak hanya digunakan disalon dan spa saja, tetapi juga di berbagai rumah sakit dan pusat perawatan kesehatan. Saat ini teknik pijat telah banyak digunakan untuk kesehatan dan peningkatan berat badan pada bayi (Amru et al., 2022).

Stimulasi atau rangsangan yang baik untuk anak dapat diberikan oleh orang tua untuk perkembangan potensinya secara maksimal. Faktor yang berhubungan dengan tumbuh kembang anak yaitu nutrisi yang tercukupi, lingkungan keluarga yang mendukung

merupakan dasar untuk tumbuh kembang anak. Selain itu dari segi personal anak dapat diberikan stimulasi, salah satu bentuk stimulasi yang umum dilakukan orang tua untuk bayi adalah stimulasi taktil dalam bentuk pijat bayi (Amru et al., 2022).

Nasfu makan adalah suatu dorongan ingin mengonsumsi makanan yang dipilih untuk memenuhi kebutuhan tubuhnya berdasarkan rasa lapar. Menurut Munjidah. Pijat Tui Na efektif dalam mengatasi kesulitan makan pada balita. Berdasarkan hasil penelitian oleh yusari asih dkk menyimpulkan pemberian pijat tuina pada anak balita lebih efektif untuk mengatasi kesulitan makan dari pada pemberian multivitamin ($p=0,000$). Dimana pada balita yang diberikan pijat tuina mengalami perubahan rata-rata kesulitan makan sebesar

3,360 dengan standar deviasi 0,921, sedangkan pada balita sebesar 2.260 dengan standar deviasi 1.337 serta Menurut suci rahmat juga menyebutkan bahwa pijat akupresur dapat meningkatkan napsu makan pada anak usia 1-4 tahun. Selain itu menurut penelitian (Wijayanti and Sulistian 2019) tentang keefektifitasan pijat Tuui Na pada penambahan berat badan balita 1-2 tahun didapatkan hasil bahwa nilai P (0,000) yang berarti pijat Tuui Na dapat meningkatkan berat badan anak-anak.

Anak usia dibawah lima tahun (balita) merupakan kelompok usia yang rentan terhadap gizi dan kesehatan. Pada masa ini daya tahan tubuh anak masih belum kuat, sehingga mudah terkena penyakit infeksi. Selain itu, anak juga sering mempunyai kebiasaan makan buruk yaitu anak sering tidak mau makan atau nafsu makan menurun, sehingga menyebabkan status gizinya menurun dan tumbuh kembang anak terganggu (Suriani et al., 2022). Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar balita. Jika pijat dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan,

meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak (Yanti & Husanah, 2020).

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah:

Tahap persiapan yaitu dengan menyusun berbagai hal yang akan dilakukan pada saat kegiatan pengabdian yaitu meliputi: penyusunan bahan/alat yang akan digunakan pada saat pengabdian, penyusunan jadwal pelaksanaan.

Tahap sosialisasi yaitu sebelum kegiatan pengabdian dilaksanakan terlebih dahulu dilakukan tahap sosialisasi yaitu melakukan silaturahmi dengan kader dan bidan kelurahan di wilayah kerja puskesmas mekar baru Kelurahan Batu IX, untuk menyampaikan maksud dan tujuan kegiatan ini serta menentukan jadwal kegiatan pengabdian, dan menentukan ibu kader posyandu yang mengikuti kegiatan ini.

Tahap Pelaksanaan yaitu melakukan edukasi kepada ibu kader posyandu di wilayah kerja puskesmas mekar baru Kelurahan Batu IX yang diadakan di Akademi Kebidanan Anugerah Bintang kecamatan Tanjungpinang timur dengan melibatkan mahasiswa kebidanan tingkat 3 dan bekerjasama dengan

pemerintahan dalam kegiatan penurunan angka stunting pada balita di kota Tanjungpinang, sosialisasi ini dilakukan dengan menggunakan powerpoint yang menjelaskan tentang edukasi pijat nafsu makan pada balita, dan menggunakan panthom bayi untuk stimulasi pijat nafsu makan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian tentang edukasi kepada ibu kader posyandu di wilayah kerja puskesmas mekar baru Kelurahan Batu IX yang diadakan di Akademi Kebidanan Anugerah Bintang terlaksana pada hari Kamis, tanggal 9 Maret 2023 bertempat di Ruang Aisyah Akademi Kebidanan Anugerah Bintang dengan diikuti oleh 16 ibu kader posyandu wilayah kerja puskesmas mekar baru Kelurahan Batu IX.



Gambar 1.
Power point tentang pijat nafsu makan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini tentang edukasi kepada ibu kader posyandu di wilayah kerja puskesmas mekar baru Kelurahan Batu IX dengan menggunakan power point dalam memberikan sosialisasi.



Gambar 2.
Proses pemberian sosialisasi



Gambar 3.
Proses pemberian sosialisasi



Gambar 4.
Foto Bersama ibu kader posyandu di Akademi Kebidanan Anugerah Bintang

Tabel. 1
Pengetahuan ibu kader posyandu tentang pijat nafsu makan sebelum dan sesudah sosialisasi

Pengetahuan	Pre Tes		Post Tes	
	n	%	n	%
Baik	4	25	12	75
Cukup	8	10	3	18,75
Kurang	4	25	1	6,25
Total	16	100	16	100

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum diberikan sosialisasi tentang pijat nafsu makan pada balita, sebagian besar ibu kader posyandu mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 25%, pengetahuan cukup 10% dan pengetahuan baik 25%. Sedangkan sesudah diberikan sosialisasi terjadi peningkatan pengetahuan yang baik sebanyak 75%, berpengetahuan cukup 18,75% dan berpengetahuan kurang sebanyak 6,25%.

Kegiatan pengabdian ini sesuai dengan harapan yang diinginkan hal ini dapat dilihat dari hasil pelaksanaan kegiatan sosialisasi, dengan diberikan sosialisasi edukasi dapat memberikan dampak peningkatan pengetahuan serta keterampilan dalam melakukan pijat nafsu makan para kader posyandu di wilayah kerja puskesmas mekar baru Kelurahan Batu IX dibandingkan sebelumnya. menurut Notoadmojo, pengetahuan merupakan hasil tahu

seseorang telah melakukan pengindraan suatu objek. Media yang selalu digunakan seseorang untuk memperoleh pengetahuan yaitu dengan penglihatan dan pendengaran.

menurut Lena and Alisa 2020, Stimulasi Nafsu Makan Balita Dengan Pijat Bayi dapat memberikan membuat bayi merasa nyaman, meningkatkan nafsu makan dan menstimulasi tumbuh kembang.

Upaya yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan salah satunya dalam menangani masalah pertumbuhan berat badan adalah dengan memberikan KIE kepada ibu tentang pemijatan pada balita dan peningkatan pelayanan kesehatan pada kesehatan anak.

Pijat bayi dapat dijadikan cara untuk memberikan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan balita. Sentuhan pijat bayi akan merangsang produksi hormon betha endorprin yang akan membantu

mekanisme pertumbuhan dan merangsang produksi hormon oksitosin dan menurunkan produksi hormon kortisol sehingga bayi dan balita menjadi rileks dan tenang sehingga perkembangannya akan lebih optimal. Pijat dan sentuhan kasih sayang yang dimulai pada usia dini dapat meningkatkan kualitas hidup anak dan orang tua. Sehingga pijat bayi merupakan salah satu cara yang baik untuk memberikan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan serta meningkatkan nafsu makan bayi dan balita

Hal ini sejalan dengan Tri (2014) pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan bayi menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata berat badan bayi pada kelompok eksperimen yang diberikan terapi pijat bayi sebesar 5600 dan pada kelompok kontrol tanpa diberikan pijat bayi sebesar 4500. Hal ini sejalan dengan Syaukani (2015) yang mengatakan terapi pijat bayi dapat meningkatkan aktifitas nervus vagus sehingga bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari makanan akan lebih baik, dimana hal ini membuat bayi menjadi lebih cepat lapar dan karena itu lebih sering

menyusu sehingga meningkatkan produksi ASI.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Mekar baru Kelurahan Batu IX disimpulkan bahwa dari 16 peserta sosialisasi mengalami peningkatan pengetahuan tentang pijat nafsu makan pada balita setelah diberikan edukasi pijat nafsu makan. Kegiatan sosialisasi ini perlu dilakukan kepada kader posyandu serta ibu – ibu yang memiliki anak balita mengenai pentingnya stimulasi pada balita yaitu dengan memberikan pijat nafsu makan pada anak. Selain itu, melakukan pijat nafsu makan harus dilakukan sesuai dengan prosedur atau langkah – langkah sesuai dengan gerakan – gerakan yang tepat. pada ibu yang mempunyai anak balita lebih meningkatkan kesadaran keluarga, terutama dalam memberikan stimulasi pada anak dimulai sejak dini sehingga tumbuh dan perkembangan anak dapat tercapai secara maksimal sesuai dengan usianya, sehingga terhindar dari balita stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Farida, Y., Isnanto, & I.G.A Kusuma Astuti, N. P. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Anak Balita. *Usia2, VIII*(2), 14–22.
- Hendro G., Yusti A. Ilmu Pijat Pengobatan Refleksi Relaksasi. 2015. from: <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/JKebIn/article/view/280>
- Munjidah A. Efektifitas Pijat Tui Na Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita Di Rw 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya. *J Heal Sci.* 2018;8(2):193–9.
- Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. 2012;45–62.
- Qolbi, P. A., Munawaroh, M., & Jayatmi, I. (2020). Hubungan Status Gizi Pola Makan dan Peran Keluarga terhadap Pencegahan Stunting pada Balita Usia 24-59 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 10(4), 167–175.
- Subekti. Keajaiban Pijat Bayi dan Balita. Jakarta.: PT Wahyu Media; 2008.
- Suci R. Pengaruh Akupresur terhadap Napsu Makan. 2017;001:1–9.
- Wijayanti T, Sulistiani A. Efektifitas Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Usia 1 – 2 Tahun. *J Kebidanan Indones J Indones Midwifery.*
- Yusari Asih M. PIJAT TUINA EFEKTIF DALAM MENGATASI KESULITAN MAKAN PADA ANAK BALITA. *J Keperawatan Tanjung Karang.*

