

Implementasi Terapi Komplementer pada Praktik Komunitas di Desa Karangudi Kecamatan Ngrampal Kabupaten Sragen Provinsi Jawa Tengah

Fitri Zulaikhah¹, Ari Andayani², Indri Aprilia³, Susi Asmarah⁴, Rahmawati⁵

¹Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, zulaikhahfitri98@gmail.com

² Universitas Ngudi Waluyo. arianday83@gmail.com

³Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo. indriaprilialia0101@gmail.com

⁴Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, susiasmarah@gmail.com

⁵ Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, rahmawati081299@gmail.com

Korespondensi Email: zulaikhahfitri98@gmail.com

Article Info

Article History
Submitted, 2022-12-16
Accepted, 2022-12-22
Published, 2022-12-28

Kata Kunci : Hamil,
Mual Muntah, Nifas,
Pranikah, Balita

Keywords: Pregnancy,
Nausea Vomiting,
Postpartum, Premarital,
Toddler

Abstract

A family assessment was carried out on October 30 – November 06 , 2022 in Karangudi Village , Ngrampal District, Semarang Regency, Central Java Province. When the study was carried out there were problems in pregnant women. Pregnant women with complaints of nausea and vomiting, as well as a lack of knowledge of mothers about how to deal with nausea and vomiting with non-pharmacology, so it is necessary to carry out complementary care with acupressure to reduce nausea and vomiting. In the family study, it was found that 5 were at risk and only one postpartum mother complained of a lack of aches and did not know how to deal with it, so complementary care was needed with postpartum massage to reduce aches. The data obtained in the family study included 2 prospective brides. The assessment carried out by the bride and groom did not know about full-blooded faces and the function of full-blooded faces to improve blood circulation so that before the wedding the bride and groom became more relaxed. In the family assessment there were 12 toddlers. In toddlers it was found that toddler mothers did not know how to stimulate the growth and development of their toddlers so that they remained optimal, mothers did not know about healthy toddler massage and the function of healthy toddler massage to stimulate toddler growth and development. The purpose of this activity is that students are able to carry out community midwifery services by implementing complementary care in Karangudi Village, Ngrampal District, Sragen Regency, Central Java. The results of this activity have been implemented in the Karangudi Ngrampal Village community, Sragen, Central Java, according to the problem, namely carrying out complementary acupressure care to overcome nausea and vomiting in pregnant women targeting pregnant women, face acupressure therapy for prospective brides, stimulating massage for healthy babies, and massage

postpartum mother. This activity was carried out on November 17, 2022 at 10:00 WIB. Evaluation of this activity found that the respondent's knowledge increased and reduced the problems felt by each target after complementary therapy was carried out.

Abstrak

Telah dilakukan pengkajian keluarga pada tanggal 30 Oktober - 06 November tahun 2022 di Desa Karangudi, Kecamatan Ngrampal, Kabupaten Sragen, Provinsi Jawa Tengah. Saat dilakukan pengkajian terdapat beberapa masalah pada ibu hamil. Ibu hamil dengan keluhan mual muntah, serta kurangnya pengetahuan ibu tentang cara mengatasi mual muntah dengan terapi non farmakologi sehingga perlu dilakukan asuhan komplementer dengan akupresure untuk mengurangi mual muntah. Dalam pengkajian keluarga ditemukan 5 yang beresiko dan hanya satu ibu nifas dengan keluhan kurangnya pegal-pegal dan tidak mengetahui cara untuk mengatasinya, sehingga perlu dilakukan asuhan komplementer dengan pijat nifas untuk mengurangi keluhan pegal-pegal. Data yang diperoleh dalam pengkajian keluarga terdapat 2 calon Pengantin (pranikah), pengkajian yang dilakukan calon pengantin tidak mengetahui tentang totok wajah dan fungsi dari totok wajah untuk melancarkan peredaran darah sehingga menjelang pernikahan calon pengantin menjadi lebih rileks. Dalam pengkajian keluarga terdapat 12 balita. Pada balita ditemukan bahwa ibu balita tidak mengetahui bagaimana cara menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan balita nya supaya tetap optimal, Ibu belum mengetahui tentang pijat balita sehat dan fungsi dari pijat balita sehat untuk menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan balita. Tujuan dari kegiatan ini adalah mahasiswa mampu melaksanakan pelayanan kebidanan komunitas dengan menerapkan asuhan komplementer di Desa Karangudi Kecamatan Ngrampal kabupaten Sragen Jawa Tengah. Hasil kegiatan ini telah dilakukan implementasi pada masyarakat wilayah Desa Karangudi, Kec. Ngrampal, Kab. Sragen, Provinsi Jawa Tengah sesuai dengan masalah adalah melakukan asuhan komplementer akupresur untuk atasi mual muntah pada ibu hamil dengan sasaran ibu hamil, terapi totok wajah pada calon pengantin, pijat stimulasi pada bayi sehat, dan massage ibu nifas. Kegiatan tersebut di laksanakan pada tanggal 17 November 2022 pukul 10:00 WIB. Evaluasi pada kegiatan ini diperoleh bahwa pengetahuan responden meningkat serta mengurangi masalah-masalah yang dirasakan sertiap sasaran setelah dilakukan terapi komplementer.

Pendahuluan

Komunitas adalah suatu kumpulan orang-orang dalam jumlah yang banyak dan membentuk kelompok-kelompok sosial yang bekerja sama untuk mencapai kepentingan

atau tujuan bersama, menempati suatu wilayah tertentu dalam waktu yang cukup lama dan karenanya menghasilkan suatu kebudayaan (adat istiadat, norma dan nilai) yang di jadikan dasar bersama, sehingga membentuk suatu system sisoal yang dapat memenuhi kebutuhannya sendiri, baik kebutuhan untuk mengatur diri sendiri, reproduksi sendiri maupun penciptaan sendiri. Komunitas adalah kumpulan orang yang memiliki minimal satu karakteristik yang sama seperti geografi, pekerjaan, etnik, minat dan lain-lain Riyadi, (2014).

Dalam hal ini peran tenaga kesehatan khususnya tenaga bidan dituntut untuk dapat memberi pelayanan baik dari sebelum menikah sampai dengan masa nifas dan kesehatan wanita sepanjang siklus kehidupannya baik diinstitusi rumah sakit maupun desa yang bersifat kuratif atau klinis maupun juga dalam upaya-upaya pelayanan sebelum menikah sampai nifas yang bersifat promotif, Preventif dan mampu menggerakkan peran serta masyarakat dalam upaya kesehatan ibu dan anak, sesuai dengan prinsip Primary Health Care (PHC). Depkes RI (2016).

Sikap dan kemampuan profesional seorang Profesi Kebidanan khususnya dibidang pelayanan komunitas yaitu dituntut untuk mengabdikan diri kepada masyarakat dibina sepanjang proses pendidikan melalui bentuk pengalaman belajar yang dilaksanakan dan dikembangkan masyarakat, pembinaan pendidikan masyarakat diperlukan pengalaman belajar bagi mahasiswa dalam penerapan langsung (nyata) terjun dimasyarakat serta memberikan pelayanan Asuhan Kebidanan yang sesuai kebutuhan dalam bentuk Pembangunan kesehatan Masyarakat Desa. Runjati M, (2010).

Praktik kerja lapangan ini merupakan aplikasi dari teori kami yang kami dapatkan dikampus dalam bidang kebidanan komunitas, sehingga nantinya dapat menghasilkan bidan yang terampil, berkompeten sesuai dengan tugas, peran dan tanggung jawab sebagai bidan. Strategi pendekatan pelaksanaan yang digunakan dalam praktik manajemen kebidanan komunitas adalah berorientasi pada program kerja puskesmas, yaitu program-program kesehatan ibu dan anak (PHC), yaitu lebih memfokuskan pada upaya membangkitkan peran serta masyarakat, kesadaran akan pentingnya perilaku hidup sehat, peningkatan pengetahuan masyarakat dalam hal kesehatan, sehingga masyarakat mampu mengenal kesehatan sendiri beserta keluarga. Sehingga memberikan kontribusi bagi mencapai SDG's di tingkat keluarga dan masyarakat. Mubarak, (2014).

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan selama 7 hari tertanggal 30 Oktober sampai 06 November 2022, maka telah ditemukan adanya beberapa masalah yang layak diangkat untuk diberikan penyelesaian yang tepat diantaranya adalah terdapat masalah pada catin, ibu hamil, ibu nifas dan balita. Berdasarkan uraian di atas maka mahasiswa berkewajiban untuk menganalisa, merumuskan masalah, memprioritaskan, menegakkan diagnosa masalah, melakukan perencanaan kegiatan, mengimplementasikannya sehingga dapat dilakukan evaluasi atas semua rangkaian kegiatan dan pada akhirnya diharapkan mahasiswa dapat meningkatkan derajat kesehatan melalui kegiatan Komunitas khususnya di desa Karangudi. Kami mahasiswa profesi kebidanan Universitas Ngudi Waluyo mencoba untuk membantu memecahkan masalah – masalah kesehatan yang ada di desa Ngebung dengan mengadakan beberapa program kesehatan.

Metode kegiatan

Sasaran dalam kegiatan ini adalah Catin, Ibu Hamil, Balita, Ibu Nifas di Desa Karangudi Kecamatan Ngerampal sedangkan bentuk kegiatannya meliputi persiapan, pelaksanaan kegiatan dan evaluasi kegiatan. Persiapan dilakukan dengan melakukan survey awal yang dilakukan di wilayah Desa Karangudi Kecamatan Ngerampal Kabupaten Sragen. Survey dilakukan dengan pendataan keluarga di masyarakat dengan cara kunjungan ke rumah, kemudian menentukan masalah, prioritas masalah, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan. Pelaksanakan kegiatan dengan memberikan asuhan kebidanan komplementer yaitu Akupresure mengurangi mual mutah P6 dan Sp4 pada ibu hamil, totok wajah pada catin, pijat nifas dan pijat bayi sehat di Desa Karangudi dan dilaksanakan pada

tanggal 17 November 2022. Tim kegiatan pelaksanaan implementasi yang terlibat yaitu 4 mahasiswa 1 dosen pendidikan profesi bidan.

Hasil dan Pembahasan

Pengkajian keluarga merupakan pemantauan secara langsung pada manusia untuk memperoleh data tentang klien dengan maksud menegaskan kondisi penyakit dan masalah kesehatan yang terbagi menjadi data subjektif dan objektif (Veftisia, et.al, 2020). Data subjektif ini berhubungan dengan masalah dari sudut pandang klien. Diperoleh dari ekspresi klien mengenai kekhawatiran dan keluhannya yang dicatat sebagai kutipan langsung atau ringkasan yang akan berhubungan dengan diagnosis (Wahyuni, 2018).

Implementasi kegiatan kebidanan komunitas dalam menyelesaikan suatu masalah kesehatan di wilayah Desa Karangudi dilangsungkan di Kediaman posko KKN dukuh Grogol RT 12/ RW 03 Kelurahan Karangudi Kecamatan Ngrampal, Kabupaten Sragen pada Kamis 17 November 2022 yang dihadiri dosen pembimbing Ari Andayani, S.SiT., M.Kes, Ibu Hamil, Ibu Nifas, Balita, Wanita Pranikah. Kegiatan yang bertujuan untuk menjaga Kesehatan ibu hamil, ibu nifas, balita, wanita pranikah. Dilakukan asuhan pada ibu hamil dengan akupresure untuk mengurangi ketidaknyamanan ibu hamil trimester I untuk mengurangi mual muntah, massase ibu nifas untuk mengatasi pegal-pegal seluruh tubuh, pijat balita sakit, totok wajah untuk melancarkan aliran darah yang menjadikan relaksasi. kegiatan ini didampingi oleh dosen pembimbing. Selama jalannya kegiatan setiap paien di jelaskan prosedur yang akan dilakukan kemudian diberikan asuhan sesuai keluhan masing-masing dan dilakukan evaluasi.

Ibu Hamil

Pada tanggal 17 November 2022 pada pukul 10.00 WIB dilakukan kegiatan penyuluhan akupresure untuk mengatasi mual muntah dan akupresure untuk menangani insomnia pada ibu hamil yang diikuti WUS, ibu hamil. Kegiatan ini sebagai bentuk cara preventif yang dapat diberikan dalam menekan masalah ketidaknyamanan pada ibu hamil salah satunya mual muntah.

Table 1. Pengetahuan ibu tentang penanganan mual mutah

Pengetahuan Penanganan Mual Mutah	Tahu	Tidak tahu
Jumlah	8	10
Prosentase	44%	56%

Mahyuni Akhmad, Fathia Yunidai (2015) Pengetahuan adalah hasil “tahu” dan setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan yakni penglihatan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek. Hal ini sesuai dengan penelitian Dewi Yuliasari dkk (2020) bahwa Terdapat pengaruh signifikan Pada pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah penyuluhan. Rika Catur PF (2018) menyatakan mengukur pengetahuan dapat diukur dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subyek penelitian atau responden ke dalam pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat kita sesuaikan dengan tingkatan diatas. Kategori tingkatan pengetahuan terdiri dari 3 kategori yaitu Baik menjawab dengan benar 76% - 100%, Cukup menjawab dengan benar 56% - 75% , Kurang menjawab dengan benar 40% - 55%. Dengan demikian, pemberian edukasi dapat memberikan peningkatan pengetahuan, khususnya yang berkaitan dengan Manfaat dan cara Akupresur untuk mengatasi mual muntah bagi Ibu Hamil

Mual muntah dapat diatasi dengan non-farmakologi, Terapi nonfarmakologi merupakan jenis terapi komplementer yang dapat digunakan sebagai intervensi untuk mengatasi mual seperti akupresur. Titik PC 6 banyak dipelajari untuk tujuan mengetahui keefektifan dalam menurunkan mual dan muntah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan

oleh Putri, dkk (2014) di Kecamatan Magelang Utara didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh akupresur terhadap mual muntah diberikan pemijatan akupresur titik PC 6 efektif untuk menurunkan morning sickness.

Hal ini sesuai dengan penelitian Maisura dkk (2016) bahwa ada perbedaan yang signifikan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan dengan upaya memberikan pendidikan kesehatan melalui penyuluhan kepada ibu hamil, sehingga ibu hamil siap dan mengerti perubahan yang terjadi pada dirinya. Jika sejak dini WUS dan ibu hamil diberikan bekal atau informasi tentang cara atasi ketidaknyamanan kehamilan maka diharapkan dapat meningkatkan kewaspadaan dan kemampuan ibu dalam menghadapi ketidaknyamanan mual muntah pada saat hamil.

Pada saat berjalannya penyuluhan, ibu dapat memahami dengan baik terkait pengertian akupresure , tujuan, manfaat dan langkah-langkah melakukan akupresure diketahui pengetahuan ibu meningkat setelah dilakukan penyuluhan dan terlihat ibu dapat mempraktekkan gerakan akupresure secara mandiri. Ny. P mengatakan rasa mual muntahnya berkurang saat dilakukan akupresure. Sehingga tidak ada kesenjangan antara teori, rencana kegiatan dan juga praktik.



Gambar 1 akupresure pada ibu hamil

Ibu Nifas

Telah dilakukan pengkajian keluarga pada tanggal 30 Oktober – 06 November 2022 di Kelurahan Karangudi Kecamatan Ngrampal Kabupaten Sragen Provinsi Jawa Tengah. Dalam pengkajian keluarga ditemukan satu ibu nifas dengan keluhan rasa pegal dalam masa nifas di karenakan ibu mengasuh bayinya sendiri dan ibu kurang dalam istirahat

Pada tanggal 17 November 2022 pada pukul 10.00 WIB dilakukan kegiatan KIE pijat untuk ibu masa nifas . Kegiatan ini sebagai bentuk cara preventif yang dapat diberikan dalam menekan masalah rasa pegal pada ibu nifas.

Tabel 2. Pengetahuan Ibu tentang penanganan Pegal – pegal pada ibu nifas

Pengetahuan Ibu tentang penanganan Pegal pegal pada Ibu Nifas	Tahu	Tidak tahu
Jumlah	1	4
Prosentase	9%	91%

Berdasarkan tabel dan diagram tersebut pengetahuan ibu tentang penanganan pegal-pegal pada ibu nifas banyak yang tidak tahu yaitu 4 ibu nifas (91%) dan hanya 1 ibu nifas (9%) yang tahu.

Tabel 3. Klasifikasi Pengetahuan Ibu tentang Pijat Nifas

Pengetahuan Ibu tentang Pijat Nifas	Tahu	Tidak tahu
Jumlah	1	4
Prosentase	9%	91%

Berdasarkan tabel dan diagram tersebut didapatkan ada 4 ibu (91%) yang tidak tahu dan ada 1 ibu nifas (9%) yang tahu tentang pijat nifas.

Berdasarkan dari tinjauan manajemen Asuhan Kebidanan bahwa melaksanakan rencana tindakan harus efisien (mudah di terima klien), dan memberikan rasa nyaman pada klien, penatalaksanaan dapat di laksanakan seluruhnya oleh bidan ataupun beberapa dilaksanakan oleh klien serta berkerja sama dengan tenaga kesehatan lainnya sesuai dengan asuhan yang telah direncanakan.

Memberitahu Ny.N bahwa keadaannya dalam batas normal hal ini sejalan dengan teori (Hellosehat, 2021) yang menjelaskan tahapan masa nifas. Memberitahu ibu agar bidan menyiapkan peralatan yang dibutuhkan untuk melakukan pemijatan antara lain: Alas yang empuk dan lembut. Misalnya kasur atau busa yang dilapisi dengan kain lembut. Alas ini sebaiknya dalam posisi datar. Alas yang empuk dan lembut akan membantu ibu lebih merasa nyaman dan relaks. Handuk, kain dan lap. Minyak untuk memijat Minyak digunakan sebagai pelumas (lubricant) bersifat melicinkan permukaan kulit sehingga memudahkan dalam berbagai gerakan urut dan membuat merasa nyaman. Tujuan pelumas ini adalah merawat kulit agar tetap lembut dan sehat tanpa terpengaruh oleh bekas gesekan pijat. Jadi, gunakan minyak ketika memijat untuk menghindari luka akibat gesekan yang dapat terjadi karena kontak dengan kulit. Minyak yang cocok adalah minyak zaitun (olive oil), minyak dara (virgin coconut oil), minyak telon (baby oil), minyak kelapa (minyak klentik), minyak kelapa sawit, minyak jojoba dan minyak kacang almond minyak biji bunga matahari, minyak biji anggur bisa juga menggunakan losion. Hal ini karena sifatnya yang lembut dan melembabkan. Dapat juga menambahkan beberapa tetes minyak esensial ke dalam campuran minyak pijat. Anda harus menggunakan minyak esensial yang murni (alami tanpa pemrosesan), bukan minyak esensial kimiawi. Perhatikan bahwa minyak esensial dapat masuk ke dalam aliran darah, sehingga Anda perlu memilih jenisnya dengan bijak. Pilihlah minyak esensial yang relatif lembut, misalnya minyak lavender atau minyak jeruk. (Budi et al., 2016)

Menurut Teori Puji Lestari, Ninik Christiani dan Rini Susanti, (2021) Massage nifas Gerakan-gerakan Pijatan yatu Telapak kaki : Melakukan pemijatan dimulai dari telapak kaki dengan dipencet 5 titik bagian tengah telapak kaki, Diurut dari bawah ke bagian atas bagian tengah telapak kaki, Diurut dari atas kebawah menggunakan buku jari tengah, Diurut bagian belakang jari kaki dari atas kebawah, Diurut dari ujung ke pergelangan kaki sepertiga bagian menggunakan jempol, Dipijit jari-jari kaki dan ditarik kearah luar, Dengan telapak tangan kaki diusap sampai lutut diulang beberapa kali, Diurut dengan ibu jari bagian tengah dan samping gerakan keatas dan diusap keatas, Lakukan bergantian. Paha : Usap dengan kedua tangan berirama, Urut dengan jempol dari bawah keatas, Urut 1/3 bagian luar paha, Usap bagian paha dalam dan paha luar, Usap dengan kedua tangan berirama, Gulung-gulung. Telapak Tangan : Pencet dengan satu jari pada titik-titik telapak tangan, Urut dari bawah ke atas, Urut antara ibu jari dan jari telunjuk, Urut dari atas ke bawah tiap jari , Urut dari atas ke bawah ibu jari dan telunjuk, Urut dengan ibu jari keatas sampai lengan atas, Urut dengan ibu jari mendatar ke atas sampai dengan pergelangan tangan, Urut dengan ibu jari mendatar ke atas sampai pergelangan, ubah posisi tangan lanjut keatas sampai bahu, usap bahu ke belakang langsung dibawa ke bawah menuju jari, pijat satu-satu lalu di cetot. Massage kaki (Posisi Tengkurap) : Pencet pada saraf pada telapak kaki dari bawah dengan kedua ibu jari diurut ke atas, Pijat dengan buku-buku jari diurut dari atas ke bawah, Urut tumit dari bawah keatas, Totok tungkai kaki dengan jempol lalu ke seluruh telapak kaki. Pemanasan: Pemijatan dimulai dari kaki, paha, bokong dengan gerakan berirama, punggung dan pundak dengan gerakan menyilang, Tekan kedua bahu berirama, Bakar lemak (gerakan menggosok punggung ke bawah). Paha : Usap paha dengan kedua tangan berirama, Dengan kedua jari diurut ke atas, Usap bagian dalam keluar lalu gulung-gulung. Punggung (posisi terapis dari atas) : Diurut dengan 2 tangan berirama dari bawah ke atas, Diurut dari tengah ke pinggir pakai jempol, Diulang beberapa kali, Pijat lemak dari samping, Pijat kedua bahu dengan jempol dari atas ke bawah, Urut pundak

kekanan kekiri dan lakukan berulang-ulang. Pijat Punggung (posisi duduk) :Pijat naik turun pada tengkuk dan di cemol, Dipijat dengan kedua jempol ke atas, Pijat bahu bergantian, Usap dengan kedua tangan dari bawah keatas, Lakukan tapotage (pukul-pukul berirama), Merapikan Ibu, Melakukan evaluasi . Pada Langkah ini tidak terjadi adanya kesenjangan teori dan kasus yang didapatkan di lahan, karena keluhan yang dialami Ny.N sesuai dengan teori yang ada.



Gambar 2 Pijat Nifas

Calon Pengantin

Telah dilakukan pengkajian keluarga pada tanggal 30 Oktober – 06 November 2022 di Kelurahan Karangudi Kecamatan Ngrampal Knbupaten Sragen Provinsi Jawa Tengah. dalam pengkajian keluarga terdapat 2 catin, tidak ditemukan masalah pada catin yang pertama “ Nn.B” yaitu merasakan mudah lelah dan masalah catin yang ke II “Nn.E” yaitu KEK LILA <23,5 cm , saat dilakukan pengkajian pada calon pengantin terdapat kurangnya pengetahuan tentang totok wajah sehingga perlu di lakukan terapi komplementer totok wajah.

Tabel 4. Klasifikasi Pengetahuan Calon Pengantin tentang Totok Wajah

Pengetahuan calon pengantin tentang totok wajah	Tahu	Tidak tahu
Jumlah	0	2
Prosentase	0%	100%

Berdasarkan tabel dan diagram tersebut didapatkan 2 calon pengantin (100%) semuanya belum mengetahui tentang totok wajah.

Pada tanggal 17 November 2022 pada pukul 10.00WIB dilakukan kegiatan KIE Totok Wajah pada calon pengantin. Kegiatan ini sebagai bentuk cara preventif yang dapat diberikan dalam menekan masalah pada rasa lelah calon pengantin .

Pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku kesehatan, penyebab rendahnya pengetahuan yaitu adanya pemahaman calon pengantin yang kurang memahami mengenai Totok Wajah. Suhu Alan dan dr. Meylita dari Centre of Aura dalam Indrawati (2015), mengatakan bahwa terapi totok lebih dari sekedar pijat yang dapat memberikan manfaat begitu banyak bagi tubuh, seperti melancarkan aliran energy dalam tubuh, melancarkan sirkulasi dalam darah, membuat tekanan dalam tubuh menjadi normal, memberikan relaksasi yang mendalam, meningkatkan system kekebalan tubuh, dan memancarkan aura kecantikan.

Terapi totok dengan menggunakan jari menjadi alat yang bisa dipergunakan untuk menotok titik –titik akupuntur pada tubuh. Jari yang dimaksud adalah ibu jari, telunjuk dan jari tengah. (Indrawati, 2015). Selain itu pemijatan dapat dilakukan dengan berbagai cara yang aman, tidak melukai kulit atau menyebabkan pecahnya pembuluh darah, yaitu dengan cara menggunakan jari jempol; jari tangan yang disatukan, jari

telunjuk atau telapak tangan; membuat gerakan cubitan halus tetapi tidak sampai memar; menepuk-nepuk atau memukul ringan; dan menggosok dengan jari jempol, telunjuk, atau telapak tangan dengan syarat saat melakukan pemijatan kuku tidak boleh panjang dan kotor. (Putu Oka, 2008).



Gambar 3 Totok wajah pada Catin

Balita

Telah dilakukan pengkajian keluarga pada tanggal 30 Oktober – 06 November 2022 di Kelurahan Karangudi Kecamatan Ngrampal Kabupaten Sragen Provinsi Jawa Tengah. dalam pengkajian terdapat 12 balita beresiko stunting, ditemukan masalah pada balita dengan TB dan BB kurang dan di khawatirkan apabila di biarkan balita akan mengalami stunting, saat dilakukan pengkajian pada orang tua terdapat kurangnya pengetahuan ibu cara pijat balita sehat untuk menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan balita, sehingga perlu dilakukannya edukasi cara pijat bayi sehat.

Pada tanggal 17 November 2022 pada pukul 10.00 WIB dilakukan kegiatan KIE pijat untuk menstimulasi pada balita. Kegiatan ini sebagai bentuk cara preventif yang dapat diberikan dalam menekan masalah kurangnya BB dan TB pada balita.

Pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku kesehatan, penyebab rendahnya pengetahuan yaitu adanya pemahaman ibu balita yang kurang memahami mengenai pijat balita sehat. Dalam pengetahuan ibu banyak mengetahui tentang pijat balita didukun. Banyak di antara ibu balita yang tidak mengerti tentang pijat balita (Sari, Nurtika, Aprilia dan Pangestika, Puspa, Vicy., 2018). Salah satu gerakan pijat bayi sehat dengan cara sentuhan untuk melancarkan peredaran darah sesuai dengan tumbuh kembang anak (Budi, 2015).

Dari hasil penelitian (wahyu, puji 2021) diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pijat balita dengan peningkatan berat badan. Terapi ini juga dapat meningkatkan nafsu makan. Saat melakukan asuhan komplementer pijat balita sehat untuk stimulasi, Ny.S ibu dari An. R memahami dengan baik cara pemijatan, manfaatnya untuk stimulasi pertumbuhan dan Ny. S dapat memperagakan cara pemijatan dengan baik. Kemampuan keluarga dalam melakukan asuhan komplementer untuk ibu dapat menekan masalah stimulasi pertumbuhan balita. Sehingga tidak ada kesenjangan antara teori, rencana kegiatan dan juga praktik.



Gambar 4. Pijat bayi sehat

Simpulan dan Saran

Dari kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan pada ibu hamil, Calon pengantin, ibu nifas, ibu balita di wilayah Desa Karangudi Ngrampal Sragen Jawa Tengah. Dilakukan pengkajian pada masyarakat di wilayah Desa Karangudi Ngrampal Sragen Jawa Tengah didapatkan beberapa masalah terkait kesehatan seperti, ibu hamil yang mengalami mual muntah, ibu hamil dengan ketidaktahuan pijat ibu nifas dalam mengurangi rasa pegal, kurangnya pengetahuan tentang pijat balita sehat, totok wajah, Akupresure.

Interpretasi data didapatkan pada bagian analisa data terdapat 9 masalah yaitu ibu hamil yang mengalami mual muntah, ibu nifas dengan pegal pegal, kurangnya pengetahuan tentang pijat stimulasi balita sehat, calon pengantin yang merasa lelah. Rencana asuhan dan implementasi pada masyarakat wilayah Desa Karangudi Ngrampal Sragen Jawa Tengah sesuai dengan masalah adalah melakukan asuhan komplementer akupresur untuk atasi mual muntah pada ibu hamil dengan sasaran ibu hamil, terapi totok wajah pada calon pengantin, pijat stimulasi pada bayi sehat, dan massage ibu nifas. Kegiatan tersebut di laksanakan pada tanggal 17 November 2022 pukul 10:00 WIB. Evaluasi pada kegiatan ini diperoleh bahwa pengetahuan responden meningkat setelah dilakukan penyuluhan diharapkan pengetahuan yang meningkat ini dapat meningkatkan pemahaman masyarakat dan dapat melakukan penanganan masalah kesehatan yang dialami secara mandiri sehingga kondisi kesehatan ibu, remaja, lansia dapat meningkat. Saran Bagi Keluarga diharapkan setelah diberikan penyuluhan ini masyarakat dapat menambah pengetahuan dalam menjaga kesehatan, perawatan kesehatan secara mandiri dan melakukan hal penting dalam memprioritaskan kondisi kesehatan jangka pendek maupun jangka panjang tentunya untuk menekan angka kematian ibu dan bayi.

Ucapan Terima kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih untuk Masyarakat Desa Karangudi Kecamatan Ngerampal dan Bapak Lurah, Bidan Desa dan kader dan Universitas Ngudi Waluyo yang telah membantu proses penelitian ini. Diharapkan setelah diberikan penyuluhan ini masyarakat dapat menambah pengetahuan dalam menjaga kesehatan, perawatan kesehatan secara mandiri dan melakukan hal penting dalam memprioritaskan kondisi kesehatan jangka pendek maupun jangka panjang tentunya untuk menekan angka kematian ibu dan anak.

Daftar Pustaka

Ainun Wulandari, (2015). *Ilmu Kesehatan Masyarakat Sistem Manajemen Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Dan Manajemen Kesehatan Masyarakat*. Fakultas

Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo

Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam Institut Sains Dan Teknologi Nasional
:Jakarta Selatan

Aizar Ibrahim E. (2018). *Massage Postpartum dan Status Fungsional Ibu Pascasalin di Medan*. Vol 3, No 1 (2018)

Azwar, S. (2018). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta, Indonesia: Pustaka Pelajar.

Depkes. (2016). *Riset Kesehatan Dasar Tahun*. Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan RI.

Effendy, Nasrul. 2012. *Dasar –Dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat*(Ed. 2). Jakarta: EGC.

Gayatri Ratih Setyabudi. 2017. *Analisis Strategi Promosi Kesehatan dalam Rangka Meningkatkan Kesadaran Hidup Sehat oleh Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah*. Jurnal komunikasi. 12-1

Masdinarsyah Imas. (2022). *Kupresur Dalam Mengurangi Emesis Gravidarum*.
<https://www.journal.unisa-bandung.ac.id/index.php/jaia/article/download/302/166>

Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Revika, Era. (2020). *Edukasi Stimulasi Perkembangan Melalui Pijat Bayi di Dusun Jati*. Vol 2, No 2 (2020)

Riyadi S dan Purwanto T. (2014). *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Sulistiarini,dkk. 2018. *Acupressure Pericardium Dan Aromatherapy Citrus Untuk Mengurang Mual Muntah Ibu Hamil*. Jurnal Kebidanan. Vol. 8 No. 2 October 2018.

Sumantri. (2016). *Penurunan Kecemasan Ibu Nifas Menggunakan Totok Wajah Di Fasilitas Pelayanan Persalinan*. Vol 1, No 1 (2016)

Syahlan J.H. (2017). *Kebidanan Komunitas*. Jakarta: Balai Pustaka.

Varney, Helen. (2010). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4*. Jakarta : EGC.2.