

## Edukasi Gizi Seimbang bagi Bumil, Bayi, Balita dengan Akupresure dan *Babby Massage*

Maria Beata Aku<sup>1</sup>, Helena Petra Bui<sup>2</sup>, Raquela Das Dores<sup>3</sup>, Etilia Abuk<sup>4</sup>,  
Dwi Soeyono<sup>5</sup>, Heni Hirawati Pranoto<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo Semarang, beataaqu@gmail.com,

<sup>2</sup>Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo Semarang, helenabui77@gmail.com

<sup>3</sup>Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo Semarang, raquela27@gmail.com

<sup>4</sup>Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo Semarang, etiliaabuk31@gmail.com

<sup>5</sup>Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo Semarang, dwisoeyono@gmail.com

<sup>6</sup>Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo Semarang, henipranoto071@gmail.com

Korespondensi Email: dwisoeyono@gmail.com

---

### Article Info

*Article History*

*Submitted, 2024-05-11*

*Accepted, 2024-06-11*

*Published, 2024-06-24*

---

*Keywords: Baby*

*Massage,*

*Hyperbilirubin,*

*Neonates*

Kata Kunci : Gizi  
Seimbang Bumil, Bayi,  
Balita, Akupresure,  
Massage

---

### Abstract

*Suboptimal nutritional conditions are related to health problems and poor health conditions and increase the risk of infectious and non-communicable diseases. Optimal nutrition is very important for normal growth and physical development of babies, toddlers and pregnant women. One non- pharmacological way to increase a child's appetite is through massage/touch. This massage is best done by the child's parents themselves, because apart from getting physical benefits from massage, it is also able to increase bonding between parents and children. Massage can improve blood circulation in the spleen and digestion, through modification of acupuncture points without needles. Based on the results of the study carried out from 20 to 25 May 2024, several problems were found, including nutritional problems in pregnant women, babies and toddlers. There were 2 pregnant women with mild anemia, there were also 10 babies under five with malnutrition and 4 with stunting. So there is a need for education about complementary care for pregnant women and toddlers. The evaluation results according to the pre and post-test assessments showed that the majority of mothers had increased knowledge (85%) after the education was carried out.*

### Abstrak

Kondisi gizi yang tidak optimal berkaitan dengan gangguan Kesehatan dan kondisi Kesehatan yang buruk serta meningkatkan risiko penyakit infeksi dan penyakit tidak menular. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik bayi,

balita maupun ibu hamil. Salah satu cara non farmakologi untuk meningkatkan nafsu makan anak adalah melalui pijat/ sentuhan. Pijat ini sangat baik dilakukan oleh orang tua anak itu sendiri, karena selain mendapatkan manfaat fisik dari pijat, juga mampu meningkatkan bonding antara orang tua dan anak. Pijat dapat memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan, melalui modifikasi dari titik akupuntur tanpa jarum. Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan tanggal 20 hingga 25 Mei 2024 ditemukan beberapa masalah, diantaranya terdapat masalah gizi pada ibu hamil, bayi dan balita. Terdapat 2 ibu hamil dengan anemia ringan, terdapat juga 10 bayi balita dengan gizi kurang dan buruk serta 4 dengan stunting. Maka perlu adanya edukasi tentang asuhan komplementer pada ibu hamil, dan bayi balita. Hasil evaluasi menurut penilaian pre dan postes diketahui sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang meningkat (85%) setelah dilakukan edukasi.

---

### **Pendahuluan**

Praktek lapangan merupakan suatu bentuk kegiatan pembelajaran yang menyiapkan peserta didik untuk mengintegrasikan informasi yang diperolehnya ke dalam ilmu dasar dan ketrampilan yang berorientasi pada *performance oriented skill* dan kompetensi yang berhubungan dengan asuhan kebidanan komunitas, memperoleh ketrampilan profesional, sikap dan tingkah laku yang dinilai penting dalam sistem pelayanan Kesehatan (Kholifah, 2018). Komunitas adalah kelompok dari masyarakat yang tinggal di suatu lokasi yang sama dengan dibawah pemerintahan yang sama, area atau lokasi yang sama dimana mereka tinggal, kelompok sosial yang mempunyai interest yang sama (Riyadi, 2014).

Peran tenaga kesehatan khususnya tenaga bidan dituntut untuk dapat memberi pelayanan KIA atau KB dan kesehatan wanita sepanjang siklus kehidupannya yang bersifat kuratif atau klinis maupun juga dalam upaya-upaya pelayanan KIA atau KB yang bersifat promotif, Preventif dan mampu menggerakkan peran serta masyarakat dalam upaya kesehatan ibu dan anak, serta KB sesuai dengan prinsip Primary Health Care (PHC) (Depkes RI 2012). Masalah kesehatan masyarakat merupakan masalah yang multi kausal, maka pemecahannya harus secara multi disiplin. Kesehatan masyarakat sebagai seni/praktek mempunyai bentangan yang luas. Semua kegiatan baik yang langsung maupun yang tidak langsung untuk mencegah penyakit (preventif), meningkatkan kesehatan (promotif), terapi (terapi fisik, mental, sosial) adalah upaya kesehatan masyarakat.

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 Sarabau Kecamatan Tasifeto Timur. Dari hasil pengkajian yang dilakukan tanggal 20 hingga 25 Mei 2024 ditemukan beberapa masalah, diantaranya terdapat masalah gizi pada ibu hamil, bayi dan balita. Terdapat 2 ibu hamil dengan anemia ringan, terdapat juga 10 bayi balita dengan gizi kurang dan buruk serta 4 dengan stunting.

Kondisi gizi yang tidak optimal berkaitan dengan gangguan Kesehatan dan kondisi Kesehatan yang buruk serta meningkatkan risiko penyakit infeksi dan penyakit tidak menular. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik bayi, balita maupun ibu hamil. Salah satu cara non farmakologi untuk meningkatkan nafsu makan anak adalah melalui pijat/ sentuhan. Pijat ini sangat baik dilakukan oleh orang

tua anak itu sendiri, karena selain mendapatkan manfaat fisik dari pijat, juga mampu meningkatkan bonding antara orang tua dan anak. Pijat dapat memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan, melalui modifikasi dari titik akupuntur tanpa jarum. Terapi non farmakologi adalah terapi yang tanpa menggunakan obat-obatan kimia atau yang disebut dengan pengobatan komplementer. Pengobatan komplementer merupakan pelengkap pengobatan kedokteran modern (Mangoenprasodjo, 2005).

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. Terapi pijat tidak hanya digunakan di salon 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 (Syaukani, 2015). Berdasarkan hal tersebut maka akan dilakukan pengabdian masyarakat dengan edukasi tentang asuhan komplementer pada ibu hamil, dan bayi balita.

### Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sejak tanggal 20 Mei hingga 8 Juni 2024 di desa Sarabau Kecamatan Tasifeto Timur Kabupaten Belu Provinsi Nusa Tenggara Timur. Kegiatan pengabdian diawali dari kegiatan pendataan, perencanaan, pelaksanaan sampai dengan evaluasi. Tahap pendataan dilaksanakan sejak tanggal 20 hingga 25 Mei 2024. Pada tahap ini kelompok mengidentifikasi masalah di desa dengan melibatkan lintas sektoral. Setelah dilakukan identifikasi masalah kemudian merumuskan masalah utama berdasarkan tingkat kegawatan, keseriusan dan besarnya masalah sehingga diputuskan masalah yaitu kurangnya pengetahuan ibu tentang akupresure ibu hamil dan pijat bayi balita untuk meningkatkan nafsu makan dan meningkatkan tumbuh kembang anak. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini metode yang digunakan adalah dengan cara Pendidikan Kesehatan (penkes) tentang Gizi seimbang bagi ibu hamil, bayi dan balita dengan diberi liflet dan demonstrasi pijat bayi dan akupresur titik P6 dalam video yang ditampilkan menggunakan laptop dan proyektor dan ada pula bidan yang memperagakan. Kegiatan ini dilakukan 1 hari pada tanggal 3 Juni 2024. Kemudian dilakukan monitoring dan evaluasi hasil penkes dan demonstrasi melalui Pretest dan posttest digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dan demonstrasi mengenai “Akupresure dan Pijat bayi”.

### Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan sesuai dengan perencanaan kegiatan penyuluhan dan demosntarsi akupresure, pijat bayi dan pijat oksitosin yang dihadiri ibu hamil 4 orang,ibu menyusui 9 orang, ibu dan bayi balita yang bermasalah status gizi sebanyak 9 orang.

Tabel 1. Pelaksanaan dan Evaluasi Pada Ibu Hamil tentang Penkes Gizi seimbang dan Akupresurre

Pelaksanaan	Sasaran	Waktu/Tempat	Evaluasi Program
Penyuluhan dan KIE tentang KEK, Anemia dan Gizi bagi ibu hamil, dan pelaksanaan akupresure	ibu hamil	Senin, 03 Juni 2024 Aula Kantor Desa	Semua Ibu hamil (100 %) mengerti tentang gizi seimbang dan mau menerapkan teknik akupresure untuk mengurangi mual muntah kehamilan.

Prosiding  
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan  
Universitas Ngudi Waluyo



Tabel 2. Pelaksanaan dan Evaluasi Kegiatan pada ibu menyusui tentang Penkes Gizi seimbang demonstrasi Pijat Bayi dan pijat Oksitocin

Pelaksanaan	Sasaran	Waktu/Tempat	Evaluasi Program
Penkes tentang Gizi seimbang, pijat bayi dan pijat Oksitocin	Ibu menyusui	Senin, 3 Juni 2024 Aula Kantor Desa	Sebanyak 8 orang (88,8%) Ibu menyusui dapat menerapkan asuhan komplementer sendiri dirumah dengan menggunakan metode wawancara pasca demonstrasi asuhan komplementer.



Tabel 3 Pelaksanaan dan Evaluasi Kegiatan pada bayi balita bermasalah dengan demonstrasi Pijat Bayi dan pijat Oksitocin

Pelaksanaan	Sasaran	Waktu/Tempat	Evaluasi Program
Demonstrasi Pijat bayi menggunakan liflet dan video	Ibu bayi dan balita dengan stunting, gizi buruk, kurang dan BGM	Senin, 3 Juni 2024 Aula Kantor Desa	Sebagian (9 org) bayi dengan masalah gizi telah mau menerapkan demonstrasi pijat bayi dengan menggunakan media vidio, dan liflet



Setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan metode wawancara untuk menilai tingkat pengetahuan ibu tentang pendidikan kesehatan ibu hamil(100%), ibu menyusui(88,8%), dan ibu bayi balita dengan masalah gizi (50%).

### Simpulan dan Saran

Dari hasil pengabdian masyarakat ini telah dilakukan pengkajian dilakukan dengan menggunakan metode observasi dengan cara menganalisis dan mengadakan pencatatan secara sistematis mengenai tingkah laku, keadaan lingkungan rumah dengan melihat atau mengamati individu atau kelompok secara langsung. Metode wawancara dengan melakukan wawancara oleh kader dan bidan. Data Objektif diperoleh dari Pemeriksaan fisik anggota keluarga khususnya untuk ibu hamil sebanyak 4 orang, ibu menyusui 9 orang, dan bayi balita bermasalah gizi 10 bayi balita dan terdapat ibu hamil yang berisiko tinggi antara lain dengan kekurangan energi kronik (KEK), anemia, pada bayi balita dengan masalah stunting, gizi buruk, kurang dan BGM.

Kemudian dilakukan analisa data dan perumusan masalah yang ditemukan yaitu kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang KEK, Anemia, Pentingnya gizi bagi ibu hamil, Kurangnya Pengetahuan tentang gizi seimbang, Pijat bayi, dan pijat Oxitocin, Bayi balita dengan stunting, gizi buruk, kurang, BGM.

Berdasarkan perumusan masalah maka dibuat prioritas masalah yaitu ibu hamil, ibu menyusui, ibu bayi dan balita dan faktor urgency, dari ke 4 masalah tersebut, yang paling cepat harus ditangani adalah masalah kehamilan, nifas, balita. Maka dilakukan perencanaan kegiatan pengabdian masyarakat yakni penyuluhan dan KIE dan Booklet berbasis komplementer, Penyuluhan dan KIE tentang KEK, Anemia dan Gizi bagi ibu hamil, dan pelaksanaan akupresure, Penkes tentang Gizi seimbang, pijat bayi dan pijat Oxitocin, dan Demonstrasi Pijat bayi menggunakan media liflet dan video.

Pelaksanaan atau implementasi dilaksanakan pada tanggal 03 Juni 2024 di Aula Desa Sarabau Kecamatan Tasifeto Timur Kabupaten Belu Provinsi Nusa Tenggara Timur dilakukan sesuai perencanaan .

Kegiatan evaluasi dari hasil pelaksanaan pada sasaran ibu hamil, ibu menyusui, ibu bayi dan balita di desa Sarabau yakni ibu hamil, menyusui, serta bayi dan balita terjadi peningkatan pengetahuan dan peningkatan nafsu makan pada bayi balita dengan masalah gizi.

### Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami ucapkan kepada Universitas Ngudi waluyo yang telah memberikan kesempatan kepada mahasiswa profesi bidan untuk berpraktek komunitas.

Terimakasih juga kepada seluruh masyarakat desa Sarabau yang bersedia menerima kami dalam melaksanakan praktek komunitas.

### Daftar Pustaka

- Elly Dwi Wahyuni. (2018). *ASUHAN KEBIDANAN KOMUNITAS*.
- Setyawan, D. A. (2012). Konsep Dasar Masyarakat. *Poltekes Surakarta*, 1–9. <https://bidankomunitas.files.wordpress.com/2012/02/konsep-dasar-masyarakat.pdf>
- Kemenkes. (2020). STANDAR PROFESI BIDAN. *STANDAR PROFESI BIDAN*, 3(2017), 54–67. <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf>
- Fetty Rosyadia, SST.Keb., M. P., & Hayun Manudyaning, M. K. (2017). Modul Pembelajaran Komunitas. *MODUL*.
- Cholifah, S., & Purwanti, Y. (2019). *Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Komunitas*.
- Lusiana El Sinta Bustami, S.ST. M.Keb Aldina Ayunda Insani, B. M. K., & dr. Detty Iryani, M.Kes, M.Pd.Ked. AIF Yulizawati, S.ST, M. K. (2019). Kebidanan Komunitas. In *Buku ajar KEBIDANAN KOMUNITAS*.
- Mariza, A & Ayuningtias, L .2019. *Penerapan akupresur pada titik P6 terhadap emesis gravidarum pada ibu hamil trimester I*. *Jurnal Kesehatan*, Vol 13 No. 3, 218-224.
- Sukanta. 2008. *Akupresur Untuk Kesehatan*. Jakarta: Penebar Plus.
- Widyastuti, D; dkk. 2019. *Terapi Komplementer Akupresure Untuk Mengatasi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I*. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, Vol. 10 No 1, 96-104  
<http://www.academia.edu/8364986/Metode-penentuan-prioritas-masalah>, diakses pada 15 September 2015
- Marineherta. 2009. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Bdan Bayi Usia 3-6 Bulan di Kelurahan Pasia Nna Tigo Kecamatan Koto Tangah Kota Padang*. Skripsi: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Andalas.
- Novy, R. H. 2019. *Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan*. *Jurnal Kesehatan Prima*, jkp.v13i2.226. Medan : Institut Kesehatan Helvetia.
- Puji, W. 2016. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Blita Usia 0-2 Tahun Di BPM Ny. N Banyuwangi Tahun 2015*, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*,2(2),pp.238-246.
- Rossi. 2017. *Pengaruh Frekuensi Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi*
- Apreliasari, H., & Risnawati. (2020). *Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Peningkatan Produksi Asi*. 5, 4424–4428
- Mukhodim, S., Hanum, F., & Purwanti, Y. (2015). *Efektivitas Pijat Oksitosin terhadap Produksi Asi*. 1(1), 1–7.
- Muslimah, A., Laili, F., & Saidah, H. (2020). *Pengaruh Pemberian Kombinasi Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi Asi pada Ibu Post Partum*. 1(1)