



Upaya Pengendalian Angka Kejadian Stunting Melalui Pendekatan Terapi Komplementer Pada Bayi Dan Balita

(Efforts To Control The Rate Of Stunting Incidents Through A Complementary Therapy Approach To Infants And Toddler)

Niken Ayu Merna Eka Sari¹, Ni Komang Ayu Resiyanthi², I Gusti Ayu Putu Satya Laksmi³, Ni Luh Gede Intan Saraswati⁴, Putu Ayu Parwati⁵

^{1,2,3,4}Program Studi Keperawatan Program Sarjana, STIKES Wira Medika, Bali

⁵ Program Studi Teknologi Laboratorium Medis Program Sarjana Terapan, STIKES Wira Medika, Bali

e-mail: nikenmerna@stikeswiramedika.ac.id

Received : Januari, 2024	Accepted : Maret, 2024	Published : Mei, 2024
--------------------------	------------------------	-----------------------

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu permasalahan Nasional yang sampai saat ini belum dapat ditangani. Indonesia termasuk dalam salah satu negara besar di dunia dengan masalah stunting dengan angka kejadian 24,1%. Target yang ditetapkan pemerintah pada tahun 2025 yaitu menurunkan angka stunting hingga 40%. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu mengoptimalkan pemberian gizi pada balita. Asupan nutrisi sangat dipengaruhi oleh nafsu makan pada bayi dan balita, saat ini metode komplementer menjadi salah satu metode populer yang dapat dilakukan yaitu salah satunya pijat bayi. Pijat merupakan metode yang mudah dipelajari, murah, sederhana untuk dilakukan dan dapat dilakukan di rumah secara mandiri. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang pijat dan nantinya dapat meningkatkan keterampilan orang tua dalam melakukan terapi pijat pada bayi dan balita. Metode kegiatan pemberian informasi melalui metode ceramah dan demonstrasi tentang pijat pada bayi dan balita, serta melakukan pre-test dan post-test. Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh orangtua yang memiliki bayi dan balita di Dauh Puri Kangin, Kecamatan Denpasar Utara sejumlah 30 orang. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa dari pre dan post mengalami perubahan yang signifikan setelah diberikan edukasi dan demonstrasi, dimana dari hasil pre-test awalnya didominasi oleh tingkat pengetahuan yang cukup sejumlah 24 responden (80%) kemudian post-test didominasi menjadi tingkat pengetahuan yang baik yaitu sejumlah 27 responden (90%). Hasil analisis didapatkan nilai p value 0,001. Disarankan kepada orang tua untuk dapat mengaplikasikan pijat pada bayi dan balita di rumah secara rutin guna meningkatkan nafsu makan pada bayi dan balita. Nafsu makan yang baik akan menunjang asupan nutrisi yang adekuat sehingga bayi dan balita akan terhindar dari permasalahan gizi yaitu stunting.

Kata kunci : Stunting, pijat bayi dan balita

ABSTRACT

Stunting is a national problem that has not yet been addressed. Indonesia is one of the major countries in the world with a stunting problem with an incidence rate of 24.1%. The target set by the government in 2025 is to reduce the stunting rate by 40%. One effort that can be made is to optimize the provision of nutrition to toddlers. Nutritional intake is greatly influenced by appetite in babies and toddlers, currently complementary methods are one of the popular methods that can be used, one of which is baby massage. Massage is a method that is easy to learn, cheap, simple to do and can be done independently at home. The aim of this community service is to increase knowledge about massage and later improve parents' skills in carrying out massage therapy on babies and toddlers. The activity method is to provide

information through lecture and demonstration methods about massage for babies and toddlers, as well as conducting pre-tests and post-tests. This service activity was attended by 30 parents of babies and toddlers in Dauh Puri Kangin, North Denpasar District. The results of the activity showed that the pre and post experienced significant changes after being given education and demonstrations, where the pre-test results were initially dominated by a sufficient level of knowledge of 24 respondents (80%) then the post-test was dominated by a good level of knowledge, namely a number 27 respondents (90%). The results of the analysis obtained a *p* value of 0.001. It is recommended that parents apply massage to babies and toddlers at home regularly to increase appetite in babies and toddlers. A good appetite will support adequate nutritional intake so that babies and toddlers will avoid nutritional problems, namely stunting.

Keywords : Stunting, baby massage and toddler

PENDAHULUAN

Salah satu target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang termasuk pada tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2 yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Target yang ditetapkan adalah menurunkan angka *stunting* hingga 40% pada tahun 2025. Stunting adalah kondisi balita yang memiliki ukuran badan pendek dan tidak sesuai dengan umur yang disebabkan oleh kekurangan gizi dari ibu maupun anak (Kementerian Kesehatan RI, 2018). *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 menyatakan bahwa kejadian balita *stunting* di dunia mencapai sebesar 22,9% atau 154,8 juta balita. Jumlah kejadian *stunting* di Indonesia termasuk ke dalam lima besar negara di dunia. Indonesia termasuk negara dengan prevalensi stunting tertinggi ketiga di *South-East Asian Region* setelah Timor Leste (50,5%) dan India (38,4%) dan Indonesia sebesar 36,4% (Pusat Data dan Informasi Kemenkes, 2018). Di tahun 2019 angka prevalensi stunting nasional menjadi 27,67. Sedangkan pada tahun 2020 angka prevalensi nasional menjadi 24,1% (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Bali yang mengacu pada data e-PPGBM (Aplikasi Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat) 3 wilayah di Kabupaten di Bali yakni Bangli, Karangasem, dan Buleleng angka prevalensi tinggi kejadian stunting sejak 3 tahun belakangan ini. Walau demikian kasus stunting di 3 wilayah tersebut sudah mengalami penurunan yakni Karangasem 23,6% (tahun 2018), 15,3% (tahun 2019) dan 11,9% (2020) Buleleng 29,0% (tahun 2018), 20,5% (2019) serta Bangli 20,4% (tahun 2018), 21,8% (tahun 2019) dan 11% (tahun 2020). Sedangkan kasus stunting di Klungkung dan tabanan justru mengalami peningkatan yakni Klungkung 4,8% (th 2019) dan sekarang meningkat menjadi 7% (th 2020). Tabanan 7,3% (th 2019) dan 8,3% (th 2020). Meskipun terjadi penurunan angka prevalensi di beberapa wilayah tetapi pencegahan stunting menjadi salah satu fokus pemerintah Pusat dan Provinsi Bali saat ini. Pemerintah Indonesia pada bulan September 2012, meluncurkan “Gerakan 1.000 Hari Pertama Kehidupan” yang dikenal sebagai 1.000 HPK. Gerakan ini bertujuan agar anak-anak Indonesia dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dan maksimal dengan salah satu upaya yaitu pemberian makanan yang bergizi pada anak (Arnita, Rahmadhani, & Sari, 2020).

Stunting dapat terjadi akibat beberapa faktor, salah satunya kekurangan gizi seimbang. Kekurangan gizi seimbang dapat disebabkan oleh asupan yang tidak adekuat pada bayi dan balita,

dimana hal tersebut juga dapat dipicu oleh karena nafsu makan yang menurun pada balita. Salah satu upaya yang dapat mengatasi masalah nafsu makan pada bayi dan balita yaitu dengan pengobatan atau pendekatan terapi komplementer. Pengobatan komplementer merupakan suatu fenomena yang muncul saat ini diantara banyaknya fenomena-fenomena pengobatan konvensional yang lain, seperti pengobatan dengan ramuan atau terapi herbal, akupuntur, akupresure, akupoint dan bekam. Dari beberapa macam terapi komplementer tersebut tidak semuanya dapat diterapkan kepada bayi dan balita. Terapi komplementer yang dapat meningkatkan nafsu makan pada bayi dan balita salah satunya yaitu pijat bayi. Pijat adalah metode komplementer yang semakin populer karena mudah dipelajari, murah, sederhana untuk dilakukan, dan dapat dilakukan di rumah. Selain itu pijat dapat meningkatkan beberapa hormone saluran cerna, oleh sebab itu bayi dan balita akan merasa cepat lapar sehingga akan lebih sering minum ASI (air susu ibu) dan makanan yang bernutrisi bagi balita. Dalam budaya yang berbeda di seluruh dunia, pijat bayi dan balita telah menjadi bagian dari perawatan yang sudah ada sejak ratusan tahun lalu dan merupakan teknik terapi tertua di dunia. Sebagai komponen pengembangan perawatan suportif. Pijat juga dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan dengan efek yang jelas bahkan pada bayi prematur dan bayi berat lahir rendah.(Balushi, Nursing and 2017, 2019). Selain itu pijat bayi dapat meningkatkan penyerapan makanan sehingga bayi dan balita akan merasa lebih cepat lapar yang menyebabkan bayi dan balita akan lebih sering menyusu dan makan sehingga status gizi anak juga meningkat. Peningkatan status gizi masyarakat termasuk penurunan prevalensi balita pendek menjadi salah satu sasaran pokok Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2020-2024.

Masalah stunting merupakan salah satu masalah serius yang harus ditangani dengan tcepat dan tepat. Anak stunting tidak hanya memiliki postur tubuh yang lebih pendek, tetapi juga mengalami keterlambatan dalam berbagai aspek perkembangan. Selain itu juga dapat menimbulkan dampak jangka Panjang bagi anak yaitu meningkatnya resiko penyakit lainnya, menurunnya kesehatan reproduksi, kapasitas belajar dan performa yang kurang ioptimal saat masa sekolah dan produktivitas serta kapasitas kerja yang tidak optimal. Oleh karena itu, orang tua memiliki peran penting dalam memenuhi gizi balita karena balita masih membutuhkan perhatian khusus dalam perkembangannya, lebih khususnya peran seorang ibu sebagai sosok yang paling sering bersama dengan balita. Jika seorang ibu memiliki pengetahuan yang baik tentunya akan empengaruhi sikap yang baik juga dalam pemenuhan gizi balita (Olsa *et al.* 2017). Pengetahuan ibu yang baik diharapkan dapat diterapkan ke dalam perilaku sehari-hari, baik dalam perilaku pengasuhan, pemilihan makanan, serta pemberian stimulus yang dapat mengoptimalkan tumbuh kembang balita. Namun, apabila ibu tidak mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari maka dapat berdampak buruk terhadap perkembangan balita seperti salah satunya *stunting*.

METODE

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan metode edukasi dan demonstrasi untuk mengajarkan orangtua melakukan pijat pada bayi dan balita. Media yang digunakan yaitu power point, leaflet dan set pijat bayi (pantom bayi, baby oil, baju ganti, handuk, handrub) untuk demonstrasi. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam melakukan terapi pijat pada bayi dan balita untuk meningkatkan nafsu makan guna mencegah kejadian stunting pada balita. Tahap pelaksanaan diawali dengan pengenalan dan penjelasan tujuan kegiatan yang dilakukan oleh ketua tim yaitu Ns. Niken Ayu Merna Eka Sari, S.Kep.,M.Biomed. Selanjutnya penyampaian materi tentang pijat bayi (pengertian, tujuan, manfaat, indikasi, kontraindikasi, hal-hal yang perlu diperhatikan sebelum melakukan pijat bayi). Setelah pemberian materi dilanjutkan dengan demonstrasi pijat bayi dan diakhiri dengan sesi diskusi. Lokasi pengabdian masyarakat dilakukan di Dusun Wanasari RT 4, Desa Dauh Puri Kangin, Kecamatan Denpasar Utara. Target peserta dalam pengabdian masyarakat ini adalah orangtua yang memiliki bayi dan balita. Waktu pengabdian masyarakat dilakukan selama tiga hari. Hari pertama kegiatan, anggota tim koordinasi dengan kepala Puskesmas dan kader posyandu di Puskesmas Denpasar Utara III, terkait gambaran lokasi pelaksanaan kegiatan. Hari kedua kegiatan berkunjung ke Dusun Wanasari RT 4 berkoordinasi dengan kepala desa, kepala dusun dan kader posyandu terkait kegiatan yang akan dilakukan saat pengabdian masyarakat. Sebelum kegiatan dimulai anggota tim membagikan kuesioner pre test untuk diisi oleh orang tua terkait tingkat pengetahuan tentang pijat bayi. Selanjutnya, masing-masing anggota tim melakukan edukasi, mendemonstrasikan tehnik pijat pada bayi dan balita, dilanjutkan dengan sesi diskusi. Hari ketiga, tim melakukan evaluasi terkait proses pelaksanaan dihari kedua, dengan melakukan posttest dan pemberian kenang-kenangan.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan selama tiga hari dengan topik “upaya pengendalian kejadian stunting melalui pendekatan terapi komplementer” di Desa Dauh Puri Kangin melalui kegiatan edukasi dan demonstrasi pijat bayi dan balita yaitu peningkatan pengetahuan ibu tentang tehnik dan manfaat pijat bayi bagi bayi dan balitanya. Hal itu dibuktikan dari hasil evaluasi kegiatan berupa pengisian kuesioner pengetahuan yang dilakukan sebelum dan setelah kegiatan edukasi dan demonstrasi dilakukan.

Berdasarkan hasil kuesioner didapatkan sebagian besar responden sebelum diberikan edukasi dan demonstrasi memiliki pengetahuan cukup sejumlah 24 orang (80%) dan setelah diberikan edukasi dan demonstrasi sebagian besar memiliki pengetahuan baik sejumlah 27 orang (90%). Berdasarkan hasil Analisa menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan audiens sebelum dan setelah dilakukan edukasi.

Hasil evaluasi tersebut sejalan dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen Program Studi Sarjana Kebidanan di Universitas Ngudi Waluyo. Kegiatan yang dilakukan yaitu pelatihan pijat bayi sehat di Desa Carangrejo Sampung Ponorogo. Hasil yang didapat setelah diberikan pelatihan yaitu terjadinya peningkatan pengetahuan ibu balita tentang tindakan pijat bayi. Sebelum diberikan pelatihan responden sebagian besar memiliki pengetahuan cukup sejumlah 6 orang (46%) dan setelah diberikan pelatihan sebagian besar memiliki pengetahuan 13 responden (100%).

Pengetahuan adalah kesan di dalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan pancaindranya. Pengetahuan adalah segala apa yang diketahui berdasarkan pengalaman yang didapatkan oleh setiap manusia. Lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Dua responden yang memiliki pengetahuan kurang adalah ibu rumah tangga. Beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah pendidikan, pekerjaan, usia, minat, pengalaman, kebudayaan lingkungan sekitar (Mubarak, 2009). Pendidikan dalam hal ini dapat berupa Pendidikan formal dan non formal. Pendidikan formal dapat berupa pelatihan, seminar, penyuluhan atau pemberian edukasi. Edukasi merupakan suatu proses usaha memberdayakan perorangan, kelompok, dan masyarakat agar memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya melalui peningkatan pengetahuan, kemauan dan kemampuan, yang dilakukan sesuai dengan factor budaya setempat (Depkes, 2012). Proses belajar dalam pendidikan kesehatan merupakan proses dalam terjadinya perubahan kemampuan pada subjek belajar dengan keluaran yang diharapkan adalah kemampuan sebagai hasil perubahan perilaku dari sasaran didik (Notoatmodjo, 2010). Pencapaian tujuan akan lebih mudah dengan penggunaan media pembelajaran yang sesuai dan dapat meningkatkan kemudahan penerima (Mardhiah, Abdullah, & Hermansyah., 2015).

Stunting merupakan masalah nasional yang sampai saat ini belum dapat terpecahkan. Target pemerintah dalam mengentaskan angka kejadian stunting yaitu mencapai 4% di tahun 2024. Dalam mencapai target tersebut berbagai upaya telah dilakukan oleh beberapa pihak baik pemerintah pusat, pemerintah daerah bahkan lini-lini pelaksana terendah juga bergerak guna tercapainya target tersebut. Tingginya angka kejadian stunting akan menjadi ancaman bagi kemajuan bangsa di masa mendatang. Balita dengan stunting akan mengalami gangguan perkembangan baik dari segi fisik maupun kognitifnya. Pencegahan kejadian stunting bukan hanya menjadi tugas tenaga kesehatan di pelayanan namun juga tanggung jawab tenaga kesehatan di bidang akademik. Berbagai kegiatan dapat dilakukan secara linier oleh akademisi dan pelayanan kesehatan seperti peningkatan pengetahuan masyarakat khususnya calon ibu dan ibu balita tentang pentingnya pemberian gizi yang seimbang pada anak balita.

Salah satu peran yang kami lakukan guna mendukung program pemerintah tersebut yaitu dengan melakukan kegiatan pengabdian masyarakat. Terapi komplementer yang kami pilih disini yaitu pijat. Teknik pijat yang diberikan disini yaitu pijat pada bayi dan balita. Pijat bayi dan balita memberikan banyak manfaat terhadap tumbuh kembang anak. Manfaat pijat bagi bayi dan balita diantaranya mampu meningkatkan kualitas tidur, membuat tubuh lebih rileks, mengurangi depresi, meningkatkan imun, meningkatkan berat badan dan mampu memperlancar system pencernaan dan pembuangan yang nantinya dapat meningkatkan nafsu makan bayi dan balita.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terlaksana dengan baik dan lancar. Terdapat perbedaan hasil dari pre dan post menunjukkan perubahan yang signifikan setelah diberikan edukasi dan demonstrasi pijat bayi dan balita, dimana dari hasil pre-test awalnya didominasi oleh tingkat pengetahuan yang cukup kemudian post-test didominasi menjadi tingkat pengetahuan yang baik. Sedangkan untuk keterampilan pijat bayi, sebelum dilakukan demonstrasi sebagian besar ibu belum bias melakukan pijat bayi namun setelah diberikan demonstrasi didapatkan seluruh peserta mampu mempraktikkan pijat bayi dengan baik sesuai tahapan. Disarankan kepada orangtua, dapat menerapkan pijat pada bayi dan balitanya secara rutin untuk dapat meningkatkan nafsu makan sehingga kejadian stunting dapat dicegah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari, M. T. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 7. Retrieved from <https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.149>
- Harikatang, M. R., Mardiyono, M. M., Karisma, M., Babo, B., Kartika, L., & Tahapary, P. A. (2020). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan kejadian balita stunting di satu kelurahan di tangerang. *Jurnal Mutiara Ners*, 3(2), 76–88. Retrieved from <http://114.7.97.221/index.php/NERS/article/view/1178>.
- Kemendes RI. 2018. Cegah Stunting Itu Penting. Jakarta: Warta Kesmas. https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Warta-kesmas-edisi-022018_1136.pdf&ved=2ahUKEwjDzZimvjjAhWB7HMBHULTDvIQFjAAegQIARAB&usq=AOvVaw29oOM6JZCQdUxhZfOKbi-X
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Jakarta: Buletin Jendela Data dan Informasi
- Kemendagri Kesehatan, R. 2014. *Cegah Stunting dan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi*. Jakarta: Depkes.
- Mitra. (2015). *Permasalahan Anak Pendek (Stunting) Dan Intervensi Untuk Mencegah Terjadinya Stunting (Suatu Kajian Kepustakaan)*. Jurnal Kesehatan Komunitas, Vol. 2 No.6, Mei 2015.
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan* : Rineka Cipta.
- Teja, M. (2019). Stunting Balita Indonesia Dan Penanggulangannya. *Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI*, XI(22), 13–18.