



Indonesian

BOOKLET



PIJAT BIOMASSAGE BALITA STUNTING

OLEH:

Dr. Nyoman Ribek, S.Kep, Ns. M.Pd

Ketut Labir, SST, S.Kep Ns M.Kes

*Bahan Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes
Denpasar untuk Kader Kesehatan dan Ibu Balita stunting di
Puskesmas Banjar 1 Kabupaten Buleleng.*

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
TAHUN 2022**

Tujuan Umum

Untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan dan ibu dalam meningkatkan napsu makan, kualitas tidur dan daya imun pada Balita Stunting dengan Tindakan Biomassage

Tujuan Khusus

- 1. Memahami pengertian stunting**
- 2. Memahami gejala stunting**
- 3. Memahami penyebab stunting**
- 4. Memahami dampak stunting**
- 5. Memahami Biomaasge Balita stunting**

Masalah stunting



Stunting atau balita pendek/ kerdil menjadi persoalan serius, karena berdampak buruk terhadap permasalahan kesehatan, mempengaruhi fisik fungsional tubuh, meningkatnya angka kesakitan dan menjadi sorotan WHO untuk segera dituntaskan (Nia Karnia, 2010). Pada tahun 2019 angka stunting di Bali sebesar 21,9%, masih diatas yang ditentukan WHO sebesar 20% (Menkes, 2019) . Balita memiliki resiko untuk berbagai penyakit infeksi, masalah sosial, cedera dan gizi kurang sehingga biomassage dapat dilakukan selain program gizi yang telah dilaksanakan .

STUNTING DAN GEJALANYA

Apakah stunting itu

Stunting adalah gangguan pertumbuhan balita dimana tinggi badannya lebih rendah atau pendek (kerdil) ketimbang dari teman seusianya .

Anak pendek belum tentu stunting,

Anak stunting pasti terlihat pendek

Apakah gejala stunting

Tanda dan gejala stunting adalah bertubuh pendek, daya imun menurun sehingga sering sakit seperti demam, diare dan muntah, kemampuan kognitif menurun seperti belum bisa makan sendiri usia 1 tahun atau belum bisa mengucapkan kata-kata usia 2 tahun., anak menjadi lebih pendiam, wajah yang terlihat lebih muda, , mudah Lelah, kulit kering, sering kedinginan

Apakah penyebab stunting

Stunting disebabkan oleh :

- a. Asupan makanan yang buruk saat ibu hamil
- b. Penyakit yang berulang karena daya imun turun
- c. Balita tidur terlarut malam (0-3 bln:14-17Jam, 4-11 bln:12-15Jam, 1-3 th: 11-14 Jam, 3-5 th:10-13Jam)
- d. Balita tidak napsu makan

Apa saja dampak stunting

Dampak Jangka Pendek

Terganggunya perkembangan otak

Kecerdasan berkurang

Gangguan pertumbuhan fisik

Gangguan metabolisme dalam tubuh

Dampak Jangka Panjang

Menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar

Menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit

Risiko tinggi munculnya penyakit diabetes, obesitas,

penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua

TINDAKAN MENGATASI STUNTING

Tindakan mengatasi stunting sudah banyak dilakukan mulai edukasi pranikah, edukasi 1000 hari kelahiran, pemberian makanan tambahan, tablet tambah darah, pemberian obat cacing dan sanitasi tetapi angka stunting masih diatas standar WHO maka diperlukan tindakan lain yang murah dan dapat dilakukan oleh masyarakat yaitu Biomassa

Biomassage

Apakah Biomassage itu

Biomassage adalah pijat dengan teknik menekan, mengusap dan menarik pada tubuh yang kental dan dingin supaya nutrisi makanan yang masuk kedalam tubuh mudah mengalir dan maksimal menjadi energi untuk kehidupan.

Apakah fungsinya Biomassage balita stunting

Balita tidur lebih berkualitas

Napsu makan lebih baik

Daya imun lebih baik

Pertumbuhan tinggi badan akan lebih cepat

Kapan Biomassage dilakukan pada Balita stunting

Sesuai dengan gangguan dan kondisi penderita

Biasanya 2x/minggu

Persiapan & Alat Bantu

Persiapan

Melatih kepekaan tangan

Alat bantu yang digunakan

1. Jari tangan
2. Telapak tangan
3. Pangkal telapak tangan
4. Hand Sanitizer
5. Minyak massage/ VCO
6. Handuk
7. Masker

Bagaimana Cara Melakukan

1. Mengucapkan Salam
2. Mempersilahkan pasien duduk di dampingi ibu atau pengasuhnya
3. Menyiapkan bahan : handuk, minyak massage/ VCO, hand Sanitizer, ditempatkan dalam satu tempat
4. Posisikan pasien tidur terlentang, atau duduk atau miring di dampingi ibu
5. Menanyakan keluhan pasien
6. Melihat tinggi badan dan meraba bagian tubuh yang dingin dan mengeras
7. Mengusap dan menekan pada lokasi yang dingin dan mengeras sebanyak 5 x pada seluruh tubuh.
8. Menekan titik akupresur untuk meningkatkan napsu makan, kualitas tidur dan daya imun dengan memutar kekanan

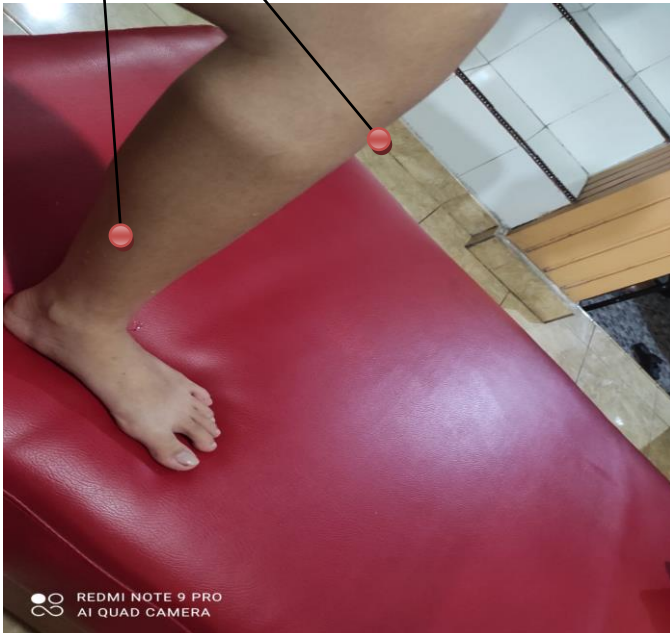
Kaki

1. Ditekukkan belakang mata kaki bagian dalam = **Napsu makan**
2. Pada 4 jari ke atas dari mata kaki bagian dalam – **Napsu makan**
3. Di punggung kaki pada cekungan antara pertemuan tulang telapak kaki ibu jari dan jari kedua kaki = **Susah tidur**
4. Lakukan tekanan sebanyak 3 x putaran



Kaki

1. Lokasi di 4 jari d atas mata kaki
bagian dalam = **Daya Imun**
2. Lokasi 4 jari di bawah tempurung
lutut = **Daya Imun**



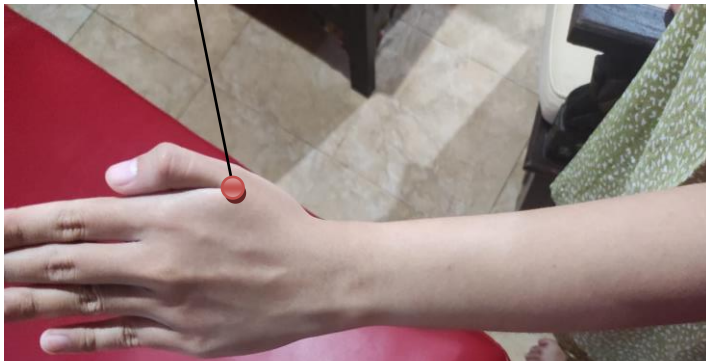
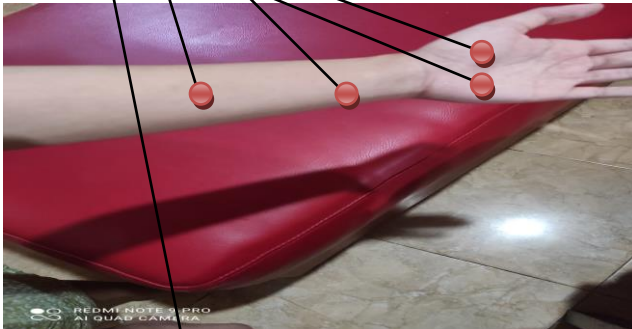
Kaki

1. titik refleksi kelenjar tiroid = **Napsu makan**
2. merupakan titik refleksi serabut syaraf lambung dan organ lambung di kedua telapak kak = **Napsu makan**



Tangan

1. Di 3 Jari di atas pertengahan pergelangan tangan bagian dalam.= **Susah tidur**
2. Di punggung tangan toniolan tertinggi ibu jari dan telunjuk dirapatkan= **susah tidur**
3. lokasi di lekukan garis pergelangan tangan bagian dalam, segaris dengan jari kelingking.
4. titik refleksi lambung dan usus
5. Lakukan sebanyak 5 x putaran tiap lokasi



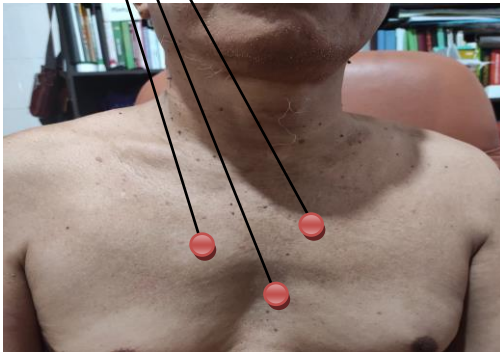
C. Bahu

1. Titik syaraf untuk mengurangi ketegangan otak yang berada dibahu kanan dan kiri == **susah tidur**
2. Titik cekungan akhir tulang tengkorak belakang kiri dan kanan = **susah tidur**



D. Dada

- 1.** Menekan titik thymus menggunakan empat jari masing-masing di bagian dada kanan dan kiri selama 5 kali putaran=**Daya imun**



a. Terletak 4 jari diatas pusar= **Napsu makan**

b. letaknya 2 jari disamping pusar ka dan ki

= **Napsu makan**



Penutup

Demikian booklet untuk melakukan biomassage pada balita stunting. Dengan bookleat ini di harapkan para kader kesehatan dan ibu Balita dapat melakukan pijat biomassage untuk mencegah dan mengatasi masalah Balita stunting. Selain itu, kepercayaan masyarakat terhadap Keperawatan juga akan semakin tinggi karena dapat meningkatkan Kesehatan Balita.

Daftar Pustaka

- Aprillia, Y. (2006). *Hipnostetri*. Jakarta: Gagas Media.
- Dinkes Klungkung. (2015). Profil Kesehatan Klungkung.
- Fontaine, K. . (2005). *Complementary & alternative therapies for nursing practice*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Hartono. R.I.W. (2012). *Akupresure untuk Berbagai Penyakit dilengkapi dengan terapi gizi medik dan herbal*. Yogyakarta: Andi Publishing.
- Kemenkes RI. (2006). 16 Persen Balita di Indonesia Alami Gangguan Perkembangan Saraf.
- Kemenkes RI. (2013). Permenkes 148 tentang ijin praktek perawat.
- Presiden. (2014). *UU no 38 tentang keperawatan*.
- RI, D. (2005). *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak Ditingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*No Title. (Edisi Pertama, Ed.). Jakarta: Depkes RI.
- Soetjiningsih. (1995). *Tumbuh Kembang Anak*. EGC.
- Sukanta, P. . (2008). *Pijat Akupresure untuk Kesehatan*. Jakarta: Penebar Plus.
- www.unicef.or.id. (2012). Ringkasan Kajian UNICEF Indonesia.