

## **PENYULUHAN DAN PELATIHAN FISIOTERAPI PADA BALITA DI POSYANDU BALITA SERUNI XII PONCOL KOTA PEKALONGAN**

**Nur Susanti dan Anggun Rahmawati Putri**

Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Pekalongan

Email: [Susantiimoto@yahoo.co.id](mailto:Susantiimoto@yahoo.co.id); [anggunrahmawatifis@gmail.com](mailto:anggunrahmawatifis@gmail.com)

### **ABSTRACT**

Babies are children with an age range of 0-12 months. Infancy is the first period of critical life. During infancy, children will adapt to the environment, changes in blood circulation, and body organs begin to work. From the observation process of **identifying** physiotherapy problems in infants by lecturers and students of D-III Department of Physiotherapy, Faculty of Health, Pekalongan University conducted by interviewing *Posyandu* cadres, it was found that the most common problems experienced by toddlers was a decrease in appetite in toddlers. Situation analysis in the form of observations made by the whole team in the environment of activities in *Posyandu Balita Seruni XII Poncol*, Pekalongan City was in form of interviews to *Posyandu* cadres. The process of observing the identification of physiotherapy problems in toddlers used an assessment method. The purpose of this activity was to increase the knowledge and understanding of cadres and parents about the role of physiotherapy in toddlers, especially in increasing appetite in children. The **solution offered** by the team was to use the counseling and training methods to improve appetite in toddlers with baby massage and neurostructure techniques. **The implementations** of counseling and training activities were attended by seventeen toddlers accompanied by their mothers. Before counseling and training process, the toddlers' mothers were given a pre-test and post-test that became a benchmark for toddlers' mothers understanding about counseling and training conducted. **The results** of the pre-test and post-test proved that the level of understanding of mothers under five increased after being given counseling and training in physiotherapy. It can be **concluded** that after being given counseling and physiotherapy training, the level of toddlers' mothers understanding in increasing the appetite of infants was increased.

Keywords: Children physiotherapy, appetite, baby massage and *neurostructure*

### **PENDAHULUAN**

Bayi merupakan anak dengan rentang usia 0-12 bulan. Masa bayi merupakan masa pertama kehidupan kritis. Pada masa ini bayi akan mengalami adaptasi terhadap lingkungan, perubahan sirkulasi darah, serta organ-organ tubuh mulai berfungsi (Soetjiningsih, 2015). Pertumbuhan adalah perubahan bersifat kuantitatif, yaitu bertambahnya jumlah, ukuran, dimensi tingkat sel, organ, maupun individu, yang bisa diukur dengan

berat (gram, pound, kilogram), ukuran panjang (centimeter, meter).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan yaitu faktor internal (genetik) dan faktor eksternal (lingkungan). Faktor internal (genetik) adalah faktor bawaan dan patologis, jenis kelamin dan ras atau suku bangsa. Sedangkan faktor eksternal (lingkungan) adalah faktor pendukung yang sangat menentukan tercapainya potensi genetik yang optimal, yang terdiri dari faktor

lingkungan prenatal (masih dalam kandungan) dan faktor lingkungan pascanatal (setelah lahir) (Soetijiningsih, 2015). Pertumbuhan fisik yang akan diukur dalam penelitian ini adalah penambahan besar dan panjang tubuh bayi yang diukur berdasarkan Kepmenkes tahun 2010. Faktor pendukung (pascanatal) yang sangat menentukan pertumbuhan fisik bagi anaknya yaitu nutrisi, status kesehatan, ekonomi keluarga dan stimulasi. Stimulasi memegang peran untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi untuk dapat berkembang secara maksimal, untuk mendukung faktor lainnya. Stimulasi yang diberikan terus-menerus secara rutin dapat merangsang perkembangan sel otak dan memperkuat hubungan antar syaraf yang telah terbentuk. Bentuk stimulasi yang dapat diberikan pada bayi adalah Baby Massage atau Pijat Bayi.

Dari proses observasi identifikasi problematika fisioterapi pada balita oleh Dosen dan mahasiswa Prodi D-III Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pekalongan dilakukan pada tanggal 3 Mei 2018 dengan cara wawancara kepada kader posyandu. Informasi yang didapatkan berupa **permasalahan** yang di alami oleh ibu para balita adalah penurunan nafsu makan pada anaknya. Komplikasi-komplikasi yang terjadi dapat dicegah dan untuk mengurangi tanda dan gejala yang timbul, maka diperlukan penanganan tepat. Salah satunya adalah penanganan dari segi fisioterapi. Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan

kepada individu atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara, dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang daur kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapeutik, mekanik) pelatihan fungsi komunikasi (KEPMENKES No. 80 Tahun 2013). Peran fisioterapi dalam mengatasi masalah yang di hadapi orang tua balita dengan keluhan balita seperti diatas, untuk mengembalikan fungsi dan kondisi balita sebaik mungkin.

**Tujuan** pelaksanaan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman kader dan orang tua tentang peran fisioterapi pada balita terutama dalam meningkatkan nafsu makan pada anak. Oleh karena itu, tim memberikan **solusi** yang di tawarkan kepada mitra yaitu metode Penyuluhan dan pelatihan cara meningkatkan Nafsu Makan pada Balita dengan teknik Baby Massage dan *Neurostructure*. Sehingga, kegiatan ini sangat **penting** untuk di lakukan supaya tingkat pengetahuan dan pemahaman kader, ibu balita meningkat terutama dalam meningkatkan nafsu makan pada buah hatinya.

### **Tahapan Kegiatan Sosialisasi Kegiatan**

Sosialisasi adalah pengenalan awal bahwa akan ada kegiatan yang akan dilaksanakan oleh dosen dan mahasiswa Fisioterapi UNIKAL di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan, tujuan sosialisasi agar para kader dan ibu mengerti tentang

cara meningkatkan nafsu makan pada balita.

Penyuluhan dan Pelatihan Fisioterapi pada Balita di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan yang dihadiri oleh tenaga medis/bidan, fisioterapis, dan target utama yaitu ibu balita di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan. Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan terletak di RT 01 RW XII Kelurahan Poncol, Kecamatan Pekalongan Timur, Kota Pekalongan. Fasilitas pelayanan yang ada di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan adalah pemeriksaan bayi, penimbangan rutin, pemeriksaan anak dan konseling. Kegiatan pelaksanaan posyandu balita, pada Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan belum optimal, beberapa kendala yaitu waktu masih sulit karena sebagian besar ibu-ibu pekerja dan masih rendahnya pemahaman ibu-ibu yang memiliki balita tentang kegiatan-kegiatan penyuluhan terkait asupan makanan bergizi bagi Balita.

Dari hasil identifikasi yang telah dilakukan sebagian besar permasalahan balita yang ada di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan ibu-ibu mengeluhkan bahwa balita nya mengalami penurunan nafsu makan.

## **METODE PELAKSANAAN**

### **Kerangka Pelaksanaan**

#### **Observasi**

Observasi merupakan proses dimana tim melakukan pengamatan dan wawancara kepada kader di lingkungan tempat yang akan dilakukan Penyuluhan dan Pelatihan Fisioterapi pada Balita di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan dengan tanya jawab kepada para kader posyandu.

#### **Identifikasi problematika**

Identifikasi problematika merupakan proses dimana tim melakukan wawancara kepada para kader Posyandu tentang keluhan atau problematik yang dialami.

#### **Pelaksanaan**

- a. Pembukaan
  - 1) Sambutan dari ketua kader Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan.
  - 2) Sambutan dari ketua pelaksana kegiatan.
- b. Pre Test  
Dilakukan oleh tim sebagai pemberi soal, dan peserta sebagai penjawab soal.
- c. Penyampaian Materi (Penyuluhan)  
Pemaparan materi tentang teknik Baby Massage dan Neurostructure.
- d. Pelatihan Fisioterapi  
Pada pelatihan ini di lakukan praktik secara bersama-sama kader dan ibu balita yang di pandu oleh ketua pelaksana kegiatan (dosen) yang di dampingi mahasiswa fisioterapi FIK UNIKAL. Saat

praktik berlangsung di putarkan video teknik baby massage nya disertai iringan musik yang sesuai untuk anak-anak.

- e. Diskusi  
Diskusi dilakukan oleh seluruh tim dan peserta penyuluhan.
- f. Post Test  
Dilakukan oleh tim sebagai pemberi soal, dan peserta sebagai penjawab soal.
- g. Tanya Jawab  
Tanya jawab diajukan oleh semua peserta penyuluhan dan seluruh tim pelaksana.
- h. Penutup

#### **Khalayak Sasaran**

Kegiatan ini ditujukan kepada kader dan ibu balita di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan.

#### **Materi Kegiatan**

- a. Pokok bahasan  
Penyuluhan Dan Pelatihan Fisioterapi Pada Balita Di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan.
- b. Tujuan  
Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang Penyuluhan dan Pelatihan Fisioterapi Pada Balita Di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan.
- c. Susunan Tim Pelaksana  
Program pelaksanaan kegiatan penyuluhan tentang “Penyuluhan Dan Pelatihan Fisioterapi Pada Balita Di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan”.

- i. Ketua Pelaksana : Nur Susanti, SST.FT. M.Fis
  - ii. Anggota I Sekretaris 1 : Anggun Rahmawati Putri
  - iii. Anggota II Sekretaris 2 : Riska Fitriani
  - iv. Anggota III Bendahara : Latifah
  - v. Anggota IV Sie. Perkap : Robiatul Adawiyah
  - vi. Anggota V Sie. Dekdok : Fitrianiingsih
  - vii. Anggota VI Sie. Konsumsi : Indah Dewi Kumala Sari
- d. Kajian Pustaka

#### **Baby Massage**

##### **1) Definisi**

Baby Massage atau Pijat Bayi berasal dari kata Arab masah, berarti menepuk-nepuk dengan tangan. Pijat adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktikkan sejak berabad-abad silam (Fitriana, 2007). Sedangkan definisi dari pijat bayi adalah suatu system dari sentuhan dan pijatan pada bayi dimana itu merupakan pijatan cinta, dukungan dan perhatian. Pijat bayi ini merupakan keunikan dan kedekatan yang menjembatani hubungan antara orang tua dan bayinya.

##### **2) Manfaat Baby Massage**

Beberapa manfaat pijat bayi menurut Roesli, 2005 antara lain :

- a. Meningkatkan berat badan dan pertumbuhan
- b. Meningkatkan daya tahan tubuh

- c. Meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lelap.
- d. Membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak (bonding).
- e. Meningkatkan produksi ASI
- f. Kecukupan gizi bayi
- g. Berat Badan Balita

**Tabel 1. Panduan Berat Badan Anak Usia 0 – 1 Tahun**

Usia (bulan)	Berat badan (gram)
0	2700-3000
1	3400-4000
2	4000-4700
3	4500-5400
4	5000-6000
5	5500-6500
6	6000-7000
7	6500-7500
8	6800-8200
9	7300-8500
10	7600-9000
11	8000-9500
12	8200-9700

**3) Pedoman dasar pijat bayi**

Pijat bayi dapat segera dimulai setelah bayi dilahirkan, sesuai keinginan orang tua. Dengan lebih cepat mengawali pemijatan, bayi akan mendapat keuntungan yang lebih besar (Nugraheni, 2017).

Pemijatan dapat dilakukan pada waktu-waktu berikut ini :

- a. Pagi hari, pada saat orang tua dan anak siap untuk memulai hari baru.
- b. Malam hari, sebelum tidur. Ini sangat baik untuk membantu bayi tidur lebih nyenyak (Nugraheni, 2017).

Selain waktu, ada beberapa hal lain yang harus diperhatikan dalam

melakukan pemijatan bayi ini, khususnya persiapan sebelum pemijatan antara lain :

- a. Tangan bersih dan hangat.
- b. Hindari agar kuku dan perhiasan tidak mengakibatkan goresan pada kulit bayi.
- c. Ruang untuk memijat diupayakan hangat dan tidak pengap.
- d. Bayi sudah selesai makan dan sedang tidak lapar.
- e. Secara khusus menyediakan waktu untuk tidak diganggu minimum selama 15 menit guna melakukan seluruh tahap-tahap pemijatan.
- f. Duduklah pada posisi yang nyaman dan tenang.
- g. Baringkan bayi di atas permukaan kain yang rata, lembut dan bersih.
- h. Siapkan handuk, popok, baju ganti dan minyak bayi (baby oil/lotion).
- i. Mintalah izin pada bayi sebelum melakukan pemijatan dengan cara membelai wajah dan kepala bayi sambil mengajaknya bicara.

Menurut dr. Utami Roesli tidak ada tehnik pijatan yang baku, setiap individu dapat menerapkan teknik dan tahapan pijatan dengan pedoman :

- a. Untuk bayi berumur 0-1 bulan, disarankan hanya diberikan gerakan usapan halus. Sebelum tali pusat lepas, sebaiknya tidak dipijat didaerah perut.
- b. Untuk bayi umur 1-3 bulan, diberi gerakan pijat halus dengan tekanan ringan.
- c. Untuk bayi umur 3 bulan - 3 tahun, bisa ditambah dengan tekanan.

- d. Pemijatan dimulai dari kaki, bagian dada, tangan, muka dan diakhir pada bagian punggung.

**4) Teknik-Teknik Baby Massage**

a) Massage pada kaki



b) Massage pada perut



c) Massage pada dada



d) Massage pada tangan



e) Massage pada muka



f) Massage pada punggung



**5) Kontra Indikasi Baby Massage**

- Memijat bayi langsung setelah selesai makan
- Membangunkan bayi khusus untuk pemijatan
- Memijat bayi pada saat bayi dalam keadaan tidak sehat
- Memijat bayi pada saat bayi tidak mau dipijat
- Memaksakan posisi pijat tertentu pada bayi

**Neurostructure**

Konsep Neurostructure adalah suatu pendekatan untuk kasus atau kondisi neurologi untuk menghubungkan brain dengan body, berdasarkan perkembangan biologi, psikologi, neuro, sosio dan kognitif pasien. Prinsip NS berdasarkan reflex alam yaitu, centering, grounding, stability, balancing, gravitasi dan righting. Yang bermanfaat untuk membuka gerbang sensoris anak, menghilangkan ketegangan tendon guard refleks, struktur tubuh, serta mengaktifkan kerja receptors yang berhubungan dengan sentuhan dan tekanan (Takarini, 2013).

1) Posisi pasien :

- Pasien tidur terlentang,
- Miring kanan,
- Miring kiri
- Tengkurap

2) Posisi terapis : berada di dekat pasien

3) Pelaksanaan :

- Posisi terlentang terdiri dari :

(1) Usapan lembut dengan penekanan pada sendi-sendi dimulai dari arah

proksimal ke distal. Dimulai dengan menyentuh area wajah, mata, telinga, kemudian leher lalu shoulder, elbow, wrist kemudian kembali lagi keatas sampai menyentuh bahu, dada, pelvic lalu menuju ke distal yakni paha, lutut kemudian ankle diulangi sampai 3x.

(2) Usapan bintang, usapan bergelombang ke arah bintang, usapan angka 1, usapan angka 8, contra stretch (badan, lengan, tungkai), tendon guard badan

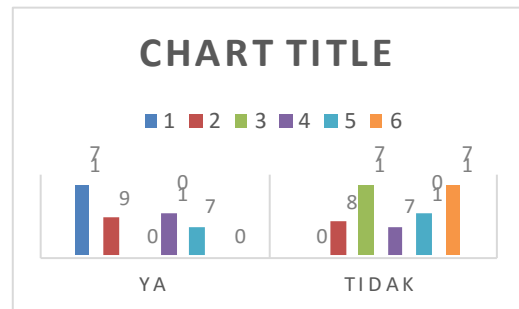
b) Posisi miring terdiri dari :  
Usapan pada trunk, myiofasial sepanjang punggung, contract stretch, usapan

c) Telungkup terdiri dari :  
Usapan seluruh badan (ujung kepala sampai ujung kaki), usapan bintang, usapan angka 1, usapan angka 8, kontra stretch, myofasial punggung.

### HASIL PENGABDIAN

Sebelum di lakukan penyuluhan dan pelatihan tim pelaksana melakukan pre test terlebih dahulu. Hasil pre test di sajikan dalam grafik 1.

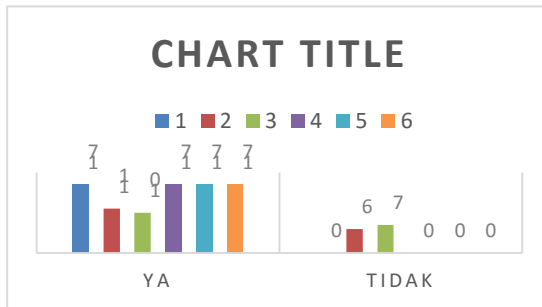
**Grafik 1. Grafik Pre Test**



Dari grafik 1 diatas didapatkan hasil dari 6 pertanyaan yang diberikan kepada 17 ibu balita sebelum dilakukan penyuluhan dan pelatihan dengan hasil pertanyaan nomer 1 yang menjawab YA 17 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 0 ibu balita, pertanyaan nomer 2 menjawab YA 9 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 8 ibu balita, pertanyaan nomer 3 menjawab YA 0 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 7, nomer 4 menjawab YA 10 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 7 ibu balita, nomer 5 menjawab YA 7 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 10 ibu balita, nomer 6 menjawab YA 0 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 17 ibu balita.

Setelah selesai penyuluhan dan pelatihan tim melakukan post test. Dimana post test ini akan di jadikan evaluasi kegiatan ini. Hasil post test di sajikan dalam grafik 2.

**Grafik 2. Grafik Post Test**



Dari grafik 2 diatas didapatkan hasil dari 6 pertanyaan yang diberikan kepada 17 ibu balita sebelum dilakukan penyuluhan dan pelatihan dengan hasil pertanyaan nomer 1 yang menjawab YA 17 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 0 ibu balita, pertanyaan nomer 2 menjawab YA 11 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 6 ibu balita, pertanyaan nomer 3 menjawab YA 10 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 7, nomer 4 menjawab YA 17 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 0 ibu balita, nomer 5 menjawab YA 17 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 0 ibu balita, nomer 6 menjawab YA 17 ibu balita dan yang menjawab TIDAK 0 ibu balita.

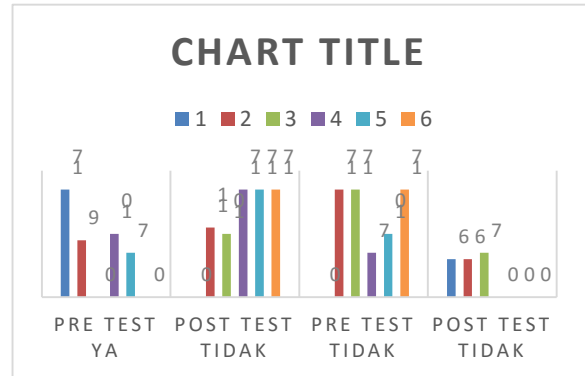
**Hasil Post test**

**Tabel 2.Post Test**

Pertanyaan No	Post Test	
	Ya	Tidak
1.	17	0
2.	11	6
3.	10	7
4.	17	0
5.	17	0
6.	17	0

**SIMPULAN**

**Grafik 3. Grafik Hasil Pre Test dan Post Test**



Dari kegiatan sebelum penyuluhan dan sesudah penyuluhan fisioterapi tentang Penyuluhan Dan Pelatihan Fisioterapi Pada Balita Di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan dengan tema “cara meningkatkan Nafsu Makan pada Balita dengan teknik Baby Massage dan *Neurostructure*” didapatkan hasil sebagai berikut : pre test ya pada no 1 sejumlah 17, tidak 0. Hasil post test ya no 1 tidak mengalami peningkatan menjadi 17, tidak 0. Pre test ya pada no 2 sejumlah 9 , tidak 8. Hasil post test ya no 2 mengalami peningkatan menjadi 11, tidak 6. Pre test ya no 3 sejumlah 0, tidak 7. Hasil post test ya no 3 mengalami peningkatan 10, tidak 7. Pre test ya no 4 sejumlah 10, tidak 7. Hasil post test ya no 4 mengalami peningkatan menjadi 17, tidak 0. Pre test ya pada no 5 sejumlah 7, tidak 17. Hasil post test ya no 5 mengalami peningkatan menjadi 17, tidak 0. Pre test ya no 6 sejumlah 0, tidak 17. Hasil post test ya no 6 mengalami peningkatan menjadi 17, tidak 0.

Dari data *pre test* dan *post test* **disimpulkan** bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pengetahuan kader dan ibu balita



tentang cara meningkatkan Nafsu Makan pada Balita dengan menggunakan teknik Baby Massage dan Neurostructure setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan ini.

Takarini N., 2013; Metode Pendekatan Terapi Sensori Motor, Surakarta.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Fitriani, dkk. 2007. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Bayi Usia Diatas 6 Bulan Di Poliklinik Fisioterapi Handicamp International Wedi Klaten, 2007.

Kepmenkes RI No. 80 /MENKES/SK/III/2013 tentang standar profesi fisioterapi MKRI  
<http://www.hukor.depkes.go.id>

Nugraheni, dkk. 2017. “Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi Terhadap Praktik Pijat Bayi pada Ibu di Desa Tugu Kecamatan Jumantono Kabupaten Karanganyar”. Universitas Sebelas Maret. Surakarta. Email : [hestinmaecelina@gmail.com](mailto:hestinmaecelina@gmail.com)

Prastiani, dkk. 2017. “Hubungan Frekuensi Baby Spa Dengan Pertumbuhan Fisik Bayi Usia 6 - 12 Bulan”. STIKES Bhakti Mandala Husada Slawi, Tegal. Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta.  
<http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/JKRY/index>  
Jurnal

Soetjiningsih, 1995; Tumbuh Kembang Anak; Cetakan Pertama; Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.