

PEMBENTUKAN DAN PEMBINAAN KELOMPOK ASUHAN MANDIRI (ASMAN) DENGAN KETERAMPILAN AKUPRESURE PADA KELOMPOK KELUARGA BALITA

Halimatus Saidah^{1*}, Dhita Kris Prasetyanti², Putri Wahyu Wigati³, Sutrisni⁴, Galuh Pradian Yanuaringsih⁵

^{1,2,3,4,5} Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri

*Koresponden penulis : halimatussaidah@gmail.com

Article History :

Received : 8 Juli 2024

Revised : 15 Agustus 2024

Accepted : 3 November 2024

Keywords : Keterampilan Akupresure, Kelompok Asman, kelompok Keluarga Balita

Abstract : Arah kebijakan kesehatan yang memperkuat upaya kesehatan dan pencegahan penyakit serta pemberdayaan masyarakat dapat dipenuhi salah satunya oleh pelayanan kesehatan tradisional yang berorientasi pada upaya menyingkirkan yang sakit dan mempertahankan yang sehat sekaligus meningkatkan kualitas hidup seseorang. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2016). Berdasarkan data di Puskesmas Ngasem Kota Kediri tahun 2024 bahwa kelompok asuhan mandiri yang mendukung program prioritas dengan sasaran 2 (100%) dan belum ada yang tercapai 0 (0 %). Permasalahan lain pada balita yang gizi buruk sebanyak 20 (86%), mengalami stunting sebanyak 248. Kasus pneumonia pada balita atau sebesar 23.3% dari 1.208 balita. Dengan dibekali pengetahuan dan keterampilan akupresure diharapkan masyarakat dapat melakukan kunjungan ke puskesmas untuk konsultasi masalah kesehatannya dalam rangka meningkatkan upaya promotif dan preventif. Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dilaksanakan di Desa Sukorejo Kec Ngampel karena desa dengan potensi dikembangkan Kelompok Asuhan Mandiri (AsMan) karena kader yang sudah aktif dan terbentuk. Dalam Pengabdian Masyarakat ini terdapat Peningkatan yang menunjukkan bahwa pelatihan dengan pendekatan partisipatif, demonstratif, dan praktik langsung sangat efektif dalam meningkatkan kapasitas kader sebagai agen kesehatan di masyarakat. Keterampilan yang diperoleh dapat dimanfaatkan untuk mendukung pelayanan kesehatan balita dan ibu menyusui di posyandu secara lebih komprehensif dan alami.

Introduction

Asuhan mandiri kesehatan tradisional adalah upaya untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan serta mencegah dan mengatasi gangguan kesehatan ringan dan memelihara kesehatan secara mandiri oleh individu dalam keluarga, kelompok atau masyarakat dengan memanfaatkan TOGA (Taman Obat Keluarga) dan Keterampilan (akupressure). Diharapkan masyarakat dapat melakukan kunjungan ke puskesmas untuk konsultasi masalah kesehatannya dalam rangka meningkatkan upaya promotif dan preventif. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2016).

Gerakan Asuhan Mandiri kesehatan tradisional adalah suatu upaya dari semua stakeholder terkait asuhan mandiri dengan memanfaatkan TOGA dan keterampilan melalui: (1) pembentukan dan pengembangan kelompok asuhan mandiri; (2) kegiatan kelompok asuhan mandiri secara benar dan berkesinambungan, dan; (3) pelaksanaan pembinaan asuhan mandiri secara berjenjang. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2016) Dengan melakukan asuhan mandiri berarti kita telah berupaya merubah paradigma pengobatan kuratif menjadi promotif dan preventif, yang bermanfaat untuk efisiensi dan efektivitas bagi keluarga dalam menjaga kesehatan diri sendiri dan keluarga. Sehingga kunjungan ke Puskesmas merupakan kunjungan dalam rangka konsultasi kesehatan bukan untuk mengobati sakitnya. Dalam Permenkes Nomor 9 Tahun 2016 tentang Pengembangan Kesehatan Tradisional Melalui Asuhan Mandiri Pemanfaatan TOGA dan Keterampilan menyatakan bahwa pelaksanaan asuhan mandiri di masyarakat perlu dilakukan pembinaan secara berjenjang dan berkesinambungan. Pembinaan asuhan mandiri kesehatan tradisional melalui pemanfaatan taman obat keluarga dan keterampilan dilakukan bersama antar lintas program kementerian dan lintas sektor kementerian terkait sesuai peran, tugas dan fungsi masing-masing melalui penilaian kelompok asuhan mandiri kesehatan tradisional. (PermenKes No 9. 2016).

Pengaduan kepada Masyarakat (PkM) ini fokus pada pembentukan dan pembinaan kelompok Asuhan Mandiri dengan fokus pada keterampilan Akupresure/ Pijat pada kelompok keluarga balita, karena Akupresur sangat cocok dilakukan pada balita sebagai upaya dini penanganan permasalahan pada Balita. (Yuniarti, 2019). Teknik pemijatan ini merangsang persarafan pada tubuh berdasarkan titik-titik meridian, seperti halnya akupunktur. Intinya, perangsangan di titik-titik meridian itu dilakukan dengan tekanan perlahan. Bisa dengan jari tangan, telapak tangan, atau dengan alat-alat lain yang ujungnya tumpul. Tujuan akupresur adalah sebagai penanganan awal penyakit atau gangguan yang sekiranya bisa diperingan tanpa obat seperti kolik, batuk pilek, kurang nafsu makan,

cekukan, dan pegal-pegal. (Endah, 2022) Masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Perkembangan dan pertumbuhan di masa balita menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode selanjutnya. Anak-anak dibawah usia lima tahun lebih rentan terhadap 3 berbagai serangan penyakit. Penyakit pada anak dapat diidentifikasi berdasarkan gejala yang timbul. Identifikasi penyakit sejak dini diperlukan agar orang tua dapat memberikan pertolongan pertama pada anak, sehingga dapat meminimalisir kemungkinan terjadinya resiko penyakit yang lebih berbahaya atau bahkan kematian. (Endah, 2022).

Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dilaksanakan di Desa Sukorejo Kec Ngampel karena desa dengan potensi dikembangkan Kelompok Asuhan Mandiri (AsMan) karena kader yang sudah aktif dan terbentuk.

Method

Tahapan Pengabdian kepada Masyarakat

1. Tahapan Pengabdian kepada Masyarakat Pengabdian kepada Masyarakat ini rencana akan dilaksanakan pada bulan April s.d Agustus 2025 di Desa Sukorejo wilayah kerja puskesmas Ngasem Kota Kediri dengan sasaran Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) adalah kader kelompok Asuhan Mandiri (AsMan) sebanyak 10 kader dan ibu yang mempunyai balita sebanyak 50 ibu balita. Adapun prosedur kerja PkM sebagai berikut :



Result

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa Pembentukan dan pembinaan kelompok Asuhan Mandiri Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngasem dengan Fokus Pembinaan Pelatihan Akupresur untuk Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita telah dilaksanakan di Desa Sukorejo, wilayah kerja Kelurahan Ngasem, Kabupaten Kediri, dengan sasaran 10 orang kader posyandu. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk edukasi, demonstrasi, dan praktik langsung dengan pendekatan partisipatif. Pembentukan Asuhan Mandiri telah terbentuk pada tanggal 12 Juni 2025 yang dihadiri oleh Puskesmas, Desa Sukorejo dan Dinas Kesehatan dengan Na,a kelompok ASMAN Desa Sukorejo ” Kelompok Asuhan Mandiri Mitra Alam”



Pembinaan dengan pelatihan Akupresure pada kader. Sebelum pelatihan dimulai, dilakukan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal peserta tentang akupresur dan pijat bayi. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar kader belum memiliki pengetahuan atau keterampilan terkait teknik akupresur, 12 termasuk pijat bayi normal maupun untuk kondisi sakit (seperti batuk, pilek, dan kembung), pijat tuina, serta pijat laktasi.

Pelatihan disampaikan dalam empat sesi utama: 1. Sesi 1: Pengenalan Akupresur dan Pijat Bayi Normal Kader diajarkan titik-titik akupresur dasar yang aman untuk bayi sehat, serta teknik pijat yang mendukung relaksasi dan stimulasi perkembangan motorik. 2. Sesi 2: Pijat Bayi Sakit (Batuk, Pilek, dan Kembung) Materi difokuskan pada teknik dan titik-titik akupresur yang digunakan untuk membantu mengatasi keluhan ringan pada bayi. Kader sangat antusias karena materi ini sangat aplikatif di lapangan. 3. Sesi 3: Pijat Tuina Pijat tuina

sebagai teknik pijat tradisional Tiongkok yang menstimulasi energi meridian dikenalkan dan dipraktikkan secara sederhana. 4. Sesi 4: Pijat Laktasi Materi ini bertujuan membekali kader dalam mendampingi ibu menyusui melalui stimulasi titik-titik akupresur yang mendukung produksi ASI.

1. Hasil Pre-Test dan Post-Test Kader Evaluasi dilakukan melalui pre-test sebelum pelatihan dan post-test setelah pelatihan. Hasilnya dapat dilihat dalam tabel berikut: Tabel 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test Kemampuan Kader dalam Setiap Materi Tabel 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan Kader tentang Akupresur

Materi Pelatihan	Jumlah Kader Paham (Pre-Test)	Persentase Pre-Test (%)	Jumlah Kader Paham (Post-Test)	Persentase Post-Test (%)
Pijat Bayi Normal	2 orang	20%	9 orang	90%
Pijat Bayi Sakit	0 orang	0%	10 orang	100%
Pijat Tuina		0%	10 orang	100%
Pijat Laktasi	2 orang	20%	10 orang	100%

2. Praktik Langsung Setelah penyampaian materi, kader mengikuti praktik langsung yang didampingi fasilitator. Semua kader menunjukkan antusiasme tinggi, mampu mengidentifikasi titik-titik akupresur secara mandiri, dan menunjukkan kemampuan praktik yang meningkat signifikan dibandingkan sebelum pelatihan.



5.2 Pembahasan Hasil

pelatihan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan baik dalam pengetahuan teoritis maupun keterampilan praktis kader posyandu mengenai akupresur untuk optimalisasi tumbuh kembang balita. Sebelum pelatihan, sebagian besar kader belum memiliki pemahaman atau pengalaman langsung terkait akupresur, dan hanya memiliki pengetahuan terbatas seputar pijat bayi konvensional. 1. Peningkatan Keterampilan Kader: Sebelum vs Sesudah Pelatihan • Sebelum Pelatihan: Berdasarkan hasil pre-test, mayoritas kader belum mengenal konsep dasar akupresur, titik-titik pijat yang tepat, serta manfaat pijat dalam menstimulasi sistem tubuh anak. Hanya 20% kader yang memiliki sedikit pemahaman, khususnya pada pijat bayi normal dan pijat laktasi. Tidak ada kader yang memahami teknik pijat bayi sakit dan pijat tuina. • Sesudah Pelatihan: Setelah diberikan materi teori dan praktik langsung, hasil post-test menunjukkan bahwa 90–100% kader telah memahami dan dapat mempraktikkan teknik dasar pijat akupresur dengan benar, sesuai indikator yang diberikan. Peningkatan ini mencerminkan keberhasilan proses pelatihan yang berbasis praktik dan didesain dengan pendekatan partisipatif.

Peningkatan keterampilan ini tidak lepas dari pendekatan pelatihan berbasis teori andragogi (pendidikan orang dewasa), yang menekankan bahwa orang dewasa akan belajar lebih efektif apabila materi :

- Relevan dengan kehidupan nyata mereka
- Dapat langsung diterapkan
- Diajarkan secara interaktif dan melalui pengalaman langsung. Pelatihan ini mengombinasikan metode ceramah singkat, demonstrasi, diskusi, dan praktik langsung dengan alat bantu boneka bayi, sehingga memfasilitasi pembelajaran yang konkret, aplikatif, dan menyenangkan.

Kader tidak hanya memahami secara kognitif, tetapi juga 15 mendapatkan pengalaman motorik dan visual yang memperkuat daya ingat dan keterampilan. 2. Integrasi Manfaat Pijat dengan Praktik Kader Pelatihan juga menjelaskan manfaat klinis dan tumbuh kembang dari setiap jenis pijat, yang membuat kader lebih memahami tujuan dari teknik yang diajarkan. Berikut keterkaitannya :

- Pijat Bayi Normal : Setelah pelatihan, kader memahami bahwa pijat bayi rutin dapat membantu memperbaiki sirkulasi darah, relaksasi otot, dan kualitas tidur, serta mempererat ikatan antara ibu dan bayi. Keterampilan ini penting karena bayi sehat tetap memerlukan stimulasi rutin untuk mendukung perkembangan motorik dan

sensorik.

- Pijat Bayi Sakit (Batuk, Pilek, Kembung): Teknik akupresur terbukti membantu mengurangi gejala ringan tanpa harus langsung menggunakan obat-obatan. Setelah pelatihan, kader menguasai titik-titik untuk meredakan lendir pernapasan, mengurangi gas di perut, dan menstimulasi sistem imun, sehingga mereka bisa mendampingi keluarga saat anak mengalami sakit ringan.
- Pijat Tuina: Teknik ini sebelumnya sama sekali tidak dikenal kader. Setelah pelatihan, mereka mampu melakukan teknik pijat Tiongkok ini untuk menstimulasi meridian energi tubuh (qi). Pijat tuina membantu menyeimbangkan fungsi organ, mengatasi gangguan tidur, dan menguatkan pencernaan, sangat sesuai untuk bayi dan balita.
- Pijat Laktasi: Kader memahami bahwa pijat ini membantu memperlancar ASI dengan menstimulasi titik akupresur di sekitar tulang belikat, punggung atas, dan lengan atas. Ini sangat penting karena kader sering menjadi tempat konsultasi pertama bagi ibu menyusui di lingkungan mereka. 16 Dengan bekal keterampilan ini, kader diharapkan mampu:
 - Memberikan edukasi kepada ibu tentang manfaat pijat anak dan menyusui.
 - Memberikan pertolongan awal dalam kondisi ringan sebelum ke fasilitas kesehatan.
 - Menjadi pendamping tumbuh kembang yang aktif dan terampil di posyandu.

Conclusion

Kelompok Asuhan Mandiri Di Desa Sukorejo telah terbentuk dengan nama kelompok Asuhan Mandiri Mitra Alam. Kegiatan pembinaan dengan melakukan pelatihan akupresur untuk optimalisasi tumbuh kembang balita pada 10 kader balita yang dilaksanakan di Desa Sukorejo, wilayah kerja Kelurahan Ngasem, Kabupaten Kediri, telah berlangsung dengan lancar dan mendapatkan respons positif dari para peserta. Pelatihan ini diberikan kepada 10 kader posyandu yang sebelumnya belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai mengenai teknik akupresur

Acknowledgements

Ucapan terimakasih disampaikan kepada LP3M Universitas Kadiri yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses Pengabdian Kepada Masyarakat Berlangsung.

References

- Endah, R., & Patriyani, H. (2022). Pelatihan Akupresur Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Masyarakat. *Jurnal Emphaty*, 3(2), 139–145.
- Fairus, M., Triwijayanti, Y., Poltekkes, Cindy, C., Maylina, M. & Maya, M. (2021). Edukasi Teknik Akupresur Untuk. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian 2021, “Penelitian Dan Pengabdian Inovatif Pada Masa Pandemi Covid-19”*, Isbn: 978-623-6535-49-3, 928–932.
- Oktarlina, R Z., Tarigan, A., Carolia, N., & Utami, E. R. (2018). Hubungan Pengetahuan Keluarga dengan Penggunaan Obat Tradisional di Desa Nunggalrejo Kecamatan Punggur Kabupaten Lampung Tengah. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 2(1), 42–45. <https://doi.org/10.23960/jkunila2142-46>
- Kemenkes RI. (2021). *Petunjuk Praktis Asuhan Mandiri Pemanfaatan TOGA dan Akupresur*.
- Kementrian Kesehatan RI. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2016 Tentang Upaya Pengembangan Kesehatan Tradisional Melalui Asuhan Mandiri Pemanfaatan Taman Obat Keluarga Dan Keterampilan*. Jakarta.
- Lestari, S., Roshayanti, F., & Purnamasari, V. (2019). Peningkatan Ekonomi Keluarga Melalui Pemanfaatan Tanaman Toga Sebagai Jamu Keluarga. *International Journal*.
- Liana, Yunita. (2017). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi keluarga dalam penggunaan obat tradisional sebagai Swamedikasi di Desa Tuguharum Kecamatan Madang Raya. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 4(3), 121–128.
- PermenKes RI . (2014). *Pelayanan Kesehatan Tradisional*. Yuniarti, A., & Sari, D. (2019). Implementation of Food Safety Management 20 System (FSMS) in Small and Medium Enterprises: A Review. *Indonesian Journal of Food Science and Technology*, 9(2), 87–96.