

Terapi Komplementer Akupresure Sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan

Ibu Kader 'Aisyiah Tanjung Kabupaten Banyumas

Ima Syamrotul Muflihah¹, Evicenna Naftuchah Riani², Atika Nur Azizah³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Purwokerto

(Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia)

e-mail: ¹ima.syamrotul@gmail.com

ABSTRAK. Paradigma pelayanan kebidanan saat ini telah mengalami pergeseran. Asuhan kebidanan telah dilaksanakan dengan memadukan pelayanan kebidanan konvensional dengan komplementer dan telah menjadi bagian penting dari praktik kebidanan. Kehamilan merupakan proses fisiologis, pada kehamilan ibu akan mengalami perubahan fisik maupun psikologis. Terapi komplementer kebidanan yang dapat diberikan merupakan salah upaya mempertahankan kesehatan ibu. Jenis terapi komplementer dalam kebidanan menurut Permenkes RI No. 1109/Menkes/Per/IX/2007 antara lain yoga prenatal dan doa, herbal, akupunture, akupresure, aromaterapi, terapi pijat, suplemen nutrisi. Terapi komplementer akupresure pada asuhan kebidanan merupakan suatu metode alternatif pemijatan dengan teknik penekanan untuk menstimulasi aliran darah didalam tubuh menjadi baik sehingga menimbulkan rasa rileks dan menciptakan kenyamanan. Tidak hanya itu, akupresure dapat dimanfaatkan karena meningkatkan hormone endorphin atau hormone kebahagiaan sehingga ibu hamil, ibu bersalin serta ibu nifas cenderung lebih tenang dan terhindar dari rasa cemas. Setelah dilakukan pelatihan dan pemberian edukasi para kader terhadap akupresure sebagai upaya dalam meningkatkan kesehatan melalui pemberian materi, diskusi, demonstrasi dan tanya jawab, maka hasilnya tingkat pengetahuan kader terhadap akupresure meningkat secara signifikan dimana 55% peserta mendapatkan nilai baik dan 45% tingkat pengetahuan dengan kategori sedang. Pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada edukasi dan pelatihan terapi komplementer akupresure sebagai upaya meningkatkan kesehatan ibu selanjutnya dapat diterapkan oleh kader Aisyiyah di lingkungan 'Aisyiah Tanjung Kabupaten Banyumas.

KATA KUNCI: Terapi komplementer, Akupresure, Kesehatan Ibu

ABSTRACT *The paradigm of midwifery services is currently experiencing a shift. Midwifery care has been carried out by combining conventional and complementary midwifery services and has become an important part of midwifery practice. Pregnancy is a physiological process, during pregnancy the mother will experience physical and psychological changes. Complementary midwifery therapy that can be given is an effort to maintain maternal health. Types of complementary therapy in midwifery according to RI Minister of Health No. 1109/Menkes/Per/IX/2007 include prenatal yoga and prayer, herbs, acupuncture, acupressure, aromatherapy, massage therapy, and nutritional supplements. Acupressure complementary therapy in midwifery care is an alternative method of massage with pressure techniques to stimulate good blood flow in the body, causing a feeling of relaxation and creating comfort. Not only that, acupressure can be used because it increases the hormone endorphin or the hormone of happiness so that pregnant women, women in labor, and postpartum women tend to be calmer and avoid feeling anxious. After training and providing education to the cadres on acupressure as an effort to improve health through the provision of material, discussion, demonstration, and question and answer, the result is that the level of knowledge of cadres on acupressure increases significantly where 55% of participants get good scores and 45% level of knowledge with the category currently. This community service focuses on education and training in complementary acupressure therapy as an effort to improve maternal health which can then be applied by Aisyiyah cadres in the 'Aisyiah Tanjung environment, Banyumas Regency.*

KEYWORDS: *Complementary Therapy, Acupressure, Maternal Health*

1. Pendahuluan

Paradigma pelayanan kebidanan saat ini telah mengalami pergeseran. Selama satu dekade ini, asuhan kebidanan dilaksanakan dengan mengombinasikan pelayanan kebidanan konvensional dan komplementer, serta telah menjadi bagian penting dari praktek kebidanan[1], [2]. Indonesia memiliki cara pengobatan tradisional secara turun temurun dari para leluhurnya (nenek moyang). Pengobatan tradisional (terapi komplementer alternatif) pada umumnya diyakini lebih aman daripada pengobatan modern, karena pengobatan tradisional (terapi komplementer alternatif) lebih terjangkau oleh masyarakat. Indonesia belum ada Undang-Undang yang mengatur secara khusus tentang pelaksanaan pelayanan kebidanan komplementer, namun penyelenggaraan pengobatan komplementer secara umum telah diatur dalam Keputusan Menteri Kesehatan No.1109/Menkes/Per/IX/2007 tentang pengobatan komplementer-alternatif. Terapi komplementer alternatif dalam asuhan kebidanan antara lain: yoga prenatal dan doa, herbal, akupunture, akupresure, aromaterapi, terapi pijat, suplemen nutrisi [3].

Pengobatan tradisional merupakan upaya pengobatan yang telah dikenal luas dan dimanfaatkan oleh masyarakat di Indonesia, dengan tujuan untuk mengobati penyakit ringan, mencegah datangnya penyakit, menjaga ketahanan, serta kesehatan tubuh. Pemanfaatan bahan alam banyak ditemukan pada masyarakat Jawa baik pada ibu hamil, melahirkan maupun pasca melahirkan (nifas) serta bayi baru lahir[4], [5]. Pengaruh sosial budaya dalam masyarakat memberikan peran penting dalam mencapai derajat kesehatan yang setinggi-tingginya. Peran kader kesehatan sebagai penggerak masyarakat diharapkan mampu menjadi penyambung informasi yang bermanfaat untuk warga sekitar[6]. Hal ini mendorong tim untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan “Edukasi dan Pelatihan Terapi Komplementer Akupresure Sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Ibu Pada Kelompok Kader ‘Aisyiah Tanjung Kabupaten Banyumas”.

2. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Ranting Aisyiah Tanjung Kecamatan Purwokerto Selatan Kabupaten Banyumas. Populasi dan sampel dalam kegiatan ini adalah kader aisyiah dengan jumlah 20 peserta. Penerapan program Ipteks bagi Masyarakat (IbM) yang ditawarkan di Aisyiah Tanjung Kecamatan Purwokerto Selatan Kabupaten Banyumas adalah penyuluhan dan pelatihan pada kader dengan menggunakan metode *learning by doing* (belajar dengan mempraktekannya). Tahap-tahap kegiatan yang direncanakan dalam (IbM) ini adalah:

- 2.1. Persiapan program IbM, meliputi survey ke kelompok sasaran, koordinasi dan pengurusan ijin dengan instansi terkait, serta persiapan bahan dan peralatan untuk melaksanakan IbM.
- 2.2. Edukasi dan pelatihan dalam pemanfaatan terapi komplementer akupresure kepada kelompok kader sebanyak 20 orang sebagai upaya mempertahankan kesehatan ibu (hamil, bersalin dan nifas).
- 2.3. Dilaksanakan *pretest* dan *posttest* pada kelompok kader untuk mengukur perbedaan pengetahuan dan keterampilan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan akupresure dalam upaya peningkatan kesehatan ibu.

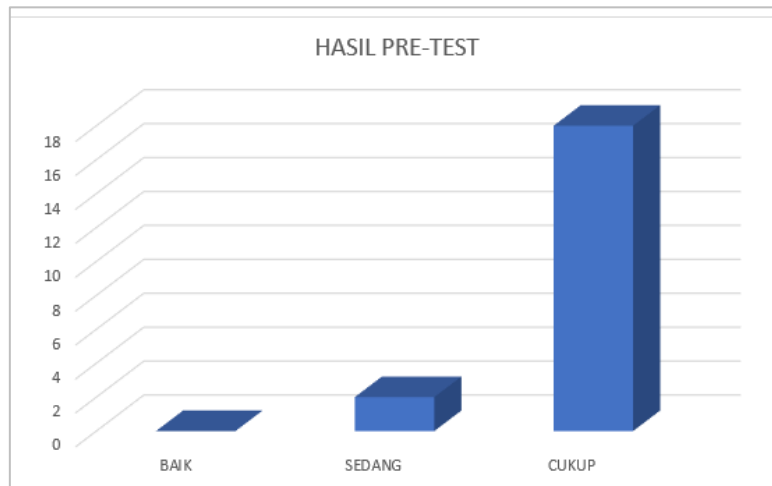
3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Pelatihan dan Sosialisasi Akupresure Kebidanan untuk Kesehatan dilaksanakan oleh Tim Pengabdian setelah berkoordinasi dengan kader setempat serta koordinasi dengan Ketua Aisyiah Ranting Tanjung Kecamatan Purwokerto Selatan. Pelaksanaan kegiatan bertempat di Masjid An-Nur Tanjung dan dihadiri oleh kader Aisyiah sekaligus kader kesehatan Ranting Tanjung.

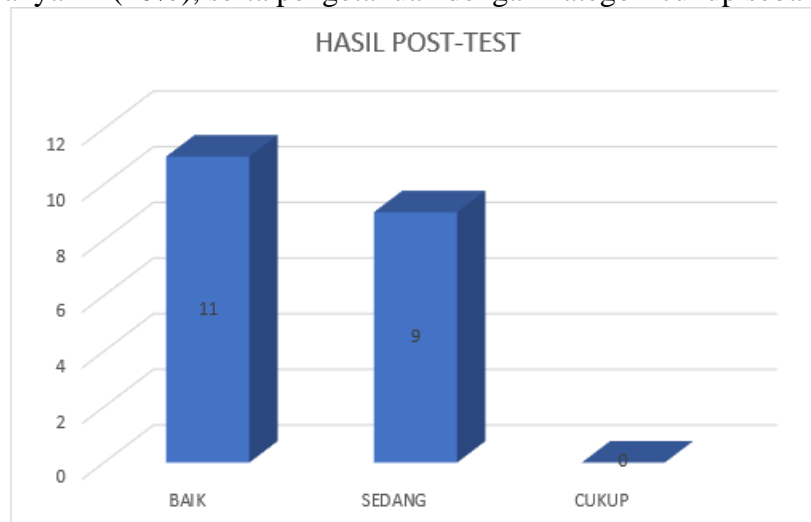
Pelatihan Akupresure dimulai dengan mengukur pengetahuan awal ibu tentang akupresure yang biasa dilakukan dalam kegiatan sehari-hari dalam upaya menjaga kesehatan (ibu hamil, ibu bersalin,

ibu nifas) melalui *pretest*. Selanjutnya dilaksanakan pelatihan dengan memberikan materi, diskusi, demonstrasi dan tanya jawab tentang topik akupresure. Saat pelatihan dilaksanakan, semua peserta tampak semangat, aktif dan berpartisipasi tanya jawab yang tidak dipahami sampai paham akupresure. Proses diskusi membahas masalah atau ketidaknyamanan yang sering terjadi dalam keseharian ibu yang dapat diberikan terapi akupresure. Adapun hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada grafik berikut ini:



Gambar 1. Grafik Hasil *Pretest* Pengetahuan Ibu Terhadap Akupresure Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan

Hasil *pretest* menunjukkan pengetahuan ibu tentang akupresure kategori baik 0 (0%), pengetahuan kategori Sedang sebanyak 2 (10%), serta pengetahuan dengan kategori cukup sebanyak 18 (90%).



Gambar 1. Grafik Hasil *Posttest* Pengetahuan Ibu Terhadap Akupresure Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan

Setelah dilakukan edukasi melalui pemberian materi, diskusi, demonstrasi serta tanya jawab tentang topik akupresure, maka dilakukan posttest kepada peserta. Hasil posttest yang didapatkan yaitu kategori baik sebanyak 11 (55%), kategori sedang sebanyak 9 (45%), serta kategori cukup 0 (0%) dari peserta.

3.2. Pembahasan

Hasil pelatihan dan pemberian edukasi para kader terhadap akupresure sebagai upaya dalam meningkatkan kesehatan menunjukkan hasil yang positif. Terlihat peningkatan pengetahuan kader

terhadap akupresure yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan signifikan dimana 55% peserta mendapatkan nilai baik dan 45% tingkat pengetahuan dengan kategori sedang.

3.3. Dokumentasi Kegiatan



Gambar 3: Dokumentasi kegiatan edukasi dan pelatihan terapi komplementer akupresure

(a) Pemberian materi tentang akupresure kepada para kader

(b) Pasca edukasi dan pelatihan terapi akupresure

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan kader tentang akupresure, meningkatkan pengetahuan ibu di wilayah Aisyiyah Ranting Tanjung tentang akupresure, serta sebagai bentuk kontribusi dalam asuhan kesehatan ibu dalam upaya peningkatan kesehatan.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami haturkan kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberikan pendanaan terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Tidak lupa kami haturkan terima kasih kepada Aisyiyah Muhammadiyah Banyumas Khususnya Ranting Purwokerto Selatan (Tanjung) yang telah berkenan meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Daftar Pustaka

- [1] M. Foureur and D. Harding, "New Zealand and Canadian midwives' use of complementary and alternative medicine," *New Zealand College of Midwives Journal*, vol. 40, no. April, p. 7, 2009, [Online]. Available: <http://go.galegroup.com.ezproxy2.acu.edu.au/ps/i.do?&id=GALE%7CA206107521&v=2.1&u=acuni&it=r&p=AONE&sw=w>
- [2] L. D. Febriati, P. P. Rahayu, and Z. Zakiyah, "Hubungan Karakteristik dengan Praktik Komplementer Kebidanan," *Seminar Nasional UNRIYO*, no. 1109, pp. 211–219, 2020.
- [3] Kementerian Kesehatan RI, "PerMenKes-2007-1109-Penyelenggaraan Pengobatan Komplementer - Alternatif.pdf." p. 29, 2007. [Online]. Available: <http://www.lafai.org/lafai->

35/files/regulasi/permen/PerMenKes-2007-1109-Penyelenggaraan Pengobatan Komplementer - Alternatif.pdf

- [4] I. F. Ayuningtyas, *Kebidanan komplementer : terapi komplementer dalam kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2019.
- [5] E. N. Akhiriyanti and H. Nisa, *Mengenal terapi komplementer dalam kebidanan pada ibu nifas, ibu menyusui, bayi dan balita : dilengkapi dengan penjelasan alur perizinan dan upaya mengembangkan usaha klinik komplementer dalam kebidanan*. Jakarta: Trans Info Media, 2020.
- [6] O. Emilia, Y. S. Prabandari, and Supriyati, *Promosi kesehatan dalam lingkup kesehatan reproduksi*. Yogyakarta: UGM Press, 2018.