



Buku Saku

Pijat Balita

Ririn Indriani, S.ST.,M.Tr.Keb.
Susanti Pratamaningtyas, S.ST.,M.Keb
Eny Sendra, S.Kep.,Ns.,M.Kes



Buku Saku

Pijat Balita



eureka
media aksara
Anggota IKAPI
No. 225/ITB/2021

0858 5343 1992
eurekamediaaksara@gmail.com
Jl. Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362

ISBN 978-623-487-957-5



9 786234 879575

BUKU SAKU PIJAT BALITA

Ririn Indriani, S.ST.,M.Tr.Keb.
Susanti Pratamaningtyas, S.ST.,M.Keb.
Eny Sendra, S.Kep.,Ns.,M.Kes.



eureka
media aksara

PENERBIT CV. EUREKA MEDIA AKSARA

BUKU SAKU PIJAT BALITA

Penulis : Ririn Indriani, S.ST.,M.Tr.Keb.
Susanti Pratamaningtyas,
S.ST.,M.Keb.
Eny Sendra, S.Kep.,Ns.,M.Kes.

Desain Sampul : Ardyan Arya Hayuwaskita

Tata Letak : Ahmad Yusuf Efendi, S.Pd.

ISBN : 978-623-487-957-5

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA,**
APRIL 2023
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi:

Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan
Bojongsari Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992

Surel : eurekamediaaksara@gmail.com

Cetakan Pertama : 2023

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

KATA PENGANTAR

Assamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Syukur Alhamdulillah atas rahmat Allah SWT, yang telah memberikan nikmat sehat kepada kita semua. Tak lupa sholawat serta salam kita haturkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad SAW, yang kita harapkan syafa'atnya di yaumul akhir amin. Saya atas nama civitas akademika menyambut baik atas terbitnya buku saku *Massage Untuk Balita*. Diharapkan dengan adanya buku saku ini akan mempermudah proses transfer of knowledge, psikomotor dan attitude, sehingga akan meningkatkan skill mahasiswa dalam memberikan KIE dan sebagai upaya untuk menyampaikan informasi pada masyarakat. Buku saku ini dapat digunakan sebagai penunjang belajar baik di kelas, laboratorium maupun di wahana praktik.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Tim Penyusun,

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
BAB 1 MASSAGE UNTUK BALITA	1
A. Latar Belakang	1
B. Konsep Massage	2
C. Masalah Kesulitan Makan pada Balita.....	3
D. Penanganan Kesulitan Makan pada Balita....	3
BAB 2 TUMBUH KEMBANG BALITA	11
A. Latar Belakang	11
B. Pertumbuhan dan Perkembangan Balita 1 Tahun	16
C. Pertumbuhan dan Perkembangan Balita 2 Tahun	18
D. Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi 3 Tahun	21
E. Pertumbuhan dan Perkembangan Balita 4 Tahun	23
F. Pertumbuhan dan Perkembangan Balita 5 Tahun	25
G. Faktor Yang Menyebabkan Balita Terlihat Lebih Besar atau Lebih Kecil.....	28
H. Bagaimana agar Balita Memiliki Tubuh Sehat	31

I. Pola Asuh Anak Yang Positif	32
J. Menjaga Keselamatan Balita.....	33
BAB 3 SEPUTAR STUNTING.....	35
A. Latar Belakang.....	35
B. Patofisiologi Stunting.....	37
C. Penyebab Stunting.....	38
D. Dampak Stunting.....	44
E. Kebijakan dan Program Penanggulangan Stunting	51
F. Intervensi Gizi Sensitif.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	62
TENTANG PENULIS.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Klasifikasi Status Gizi berdasarkan PB/U atau TB/U.....	46
Tabel 3. 2	Standar Panjang Badan menurut Umur (PB/U).....	47
Tabel 3. 3	Standar Tinggi Badan menurut Umur (TB/U).....	48
Tabel 3. 4	Standar Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) Anak Perempuan Umur 0 - 24 Bulan.....	49
Tabel 3. 5	Standar Tinggi Badan menurut Umur (TB/U).....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1	Kesulitan Makan pada Balita	3
Gambar 1. 2	Bagian sekitar mulut dan kepala.....	5
Gambar 1. 3	Titik Bagian perut (abdomen) dan punggung	6
Gambar 1. 4	titik Bagian telapak tangan.....	7



**BUKU SAKU
PIJAT BALITA**

Ririn Indriani, S.ST.,M.Tr.Keb.

Susanti Pratamaningtyas, S.ST.,M.Keb.

Eny Sendra, S.Kep.,Ns.,M.Kes.



BAB

1

MESSAGE UNTUK BALITA

Ririn Indriani

A. Latar Belakang

Angka kesakitan pada balita di Indonesia sangat tinggi jika dibandingkan dengan negara maju. Kesulitan makan pada balita seringkali menjadi salah satu penyebab permasalahan yang meningkatkan angka stunting di Indonesia. Selain masalah teknik memberikan menu yang tidak sesuai dengan usia dan kebutuhan balita, aktifitas balita yang meningkat juga membutuhkan kebugaran kondisi tubuh pada balita. Keseimbangan nutrisi, aktifitas fisik dengan stimulasi yang sesuai akan menjamin tumbuh kembang balita akan lebih maksimal. Pengobatan tradisional seperti massage (akupresur) telah lama di kenal di masyarakat Indonesia. Meskipun bangsa Indonesia sejak lama telah mengenal pengobatan tradisional

BAB 2

TUMBUH KEMBANG BALITA

Susanti Pratamaningtyas

A. Latar Belakang

Wong (2009) mengartikan pertumbuhan sebagai pertambahan dalam ukuran pada bagian tubuh suatu organisme. Menurut Hurlock "pertumbuhan berkaitan dengan perubahan kuantitatif yaitu peningkatan ukuran dan struktur. Tidak saja anak itu menjadi lebih besar secara fisik, tetapi ukuran dan struktur organ dalam dan otak meningkat" (Keliat, 2011). Sedangkan menurut Desmita (2005) pertumbuhan merujuk kepada perubahan yang bersifat kuantitatif, yaitu peningkatan dalam ukuran dan struktur. Dari pengertian di atas, istilah pertumbuhan cenderung merujuk kepada perubahan yang bersifat kuantitatif yang terlihat pada fisik, organ, dan struktur tubuh suatu organisme. Pertumbuhan ini terlihat dari

BAB

3

SEPUTAR STUNTING

Eny Sendra

A. Latar Belakang

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita (Bagi bayi di bawah lima tahun) yang diakibatkan kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun. Stunting yang dialami anak dapat disebabkan oleh tidak terpaparnya periode 1000 hari pertama kehidupan mendapat perhatian khusus karena menjadi penentu tingkat pertumbuhan fisik, kecerdasan, dan produktivitas seseorang di masa depan. Stunting dapat pula disebabkan tidak melewati periode emas yang dimulai 1000 hari pertama kehidupan yang merupakan pembentukan tumbuh kembang anak

DAFTAR PUSTAKA

Baby Center. Diakses pada 2022. Average weight and growth chart for babies, toddlers, and kids

Ferry M Wong, (2015), *Buku Pijat Mencerdaskan Otak & Daya Ingat, Smart Punktur*

Ferry M Wong, (2017), *Holistic Care With Jaripunktur*, Jakarta

Nurul, Melyana W, dkk. (2018). *Loving Massage Pregnancy*. Semarang : Indonesian Holistic Care Association (IHCA)

Fogarty, Sarah, dkk. (2020). Safety and Pregnancy Massage : A qualitative thematic review. *International Journal of Therapeutic Massage & Bodywork*, 13 (1) : 4 - 12

Sutherland, Christine. (2018) *Birth in Good Hands : Holistic Massage for Pregnancy, Labor, and Babies*. Canada : Brush Education

Keliat. (2021). Model Praktik Keperawatan Profesional Jiwa. Jakarta: EGC

Mom Loves Best. Diakses pada 2022. Understanding Toddler Weight Charts and Child Growth

Sumber gambar: Bidansekar.blogspot.com

Wong, D. L. (2019). Pedoman klinis Keperawatan Pediatric (Wong and Whaley's clinical manual of pediatric nursing). (4th ed). (Monica Eater & Sari Kurnianingsih, Penerjemah). Jakarta: EGC.

World Health Organization (WHO). (2017). Paediatric Mortality in 2005. Geneva?: Department Health and Research WHO.

TENTANG PENULIS



Ririn Indriani, S.ST.,M.Tr.Keb.

Lahir di Tulungagung, 30 Januari 1979.

Riwayat pendidikan : SPK dan P2B

Depkes Blitar (1998), DIII Kebidanan

Poltekkes Depkes Surabaya (2004), DIV

Kebidanan Poltekkes Kemenkes

Bengkulu (2010), Magister Terapan Kebidanan Poltekkes

Kemenkes Semarang (2020). Riwayat pekerjaan : menjadi

Bidan PTT di Kec.Singgahan Tuban (1998-2001), Klinik

Afina Cilegon dan Bidan PTT di wilayah Puskesmas

Anyer Serang Banten (2004-2006), Pelaksana KIA dan

Bidan Koordinator Puskesmas Kepala Curup,

Binduriang, Rejang Lebong, Bengkulu (2006-2012), Prodi

Kebidanan Curup Poltekkes Kemenkes Bengkulu (2012-

2015), Prodi Kebidanan Kediri Poltekkes Kemenkes

Malang (2015-Sekarang)



Susanti Pratamaningtyas,
S.ST.,M.Keb. Lahir pada tanggal 15
Januari 1976 di Nganjuk. Riwayat
pendidikan : SMAN 2 Nganjuk - 1994
SPK BAPTIS Kediri- 1997 P2B BAPTIS
Kediri - 1998 D3 DEPKES Kediri- 2001 D4 Kebidanan
UNPAD - 2005 S2 Kebidanan UNPAD - 2011. Riwayat
Pekerjaan : Dosen dan Kaprodi Kebidanan Kediri
Poltekkes Kemenkes Malang Prodi Kebidanan Kediri,
Crown Star Director KK Indonesia, Bidan dan Konsultan
Terapi Komplementer serta Penyuluh Anti Korupsi



Eny Sendra, S.Kep.,Ns.,M.Kes.

Lahir pada tanggal 14 April 1964 di Medan. Menempuh pendidikan di Akademi Perawatan Malang pada tahun 1986, dilanjutkan dengan Program Studi Ilmu Keperawatan FK Unair (2001), Program Profesi Ners Unair (2002), dan Program Magister Kedokteran Keluarga UNS (2013). Sejak tahun 1991 hingga sekarang menjadi Dosen Poltekkes Kemenkes Malang, sebelumnya menjadi Pelaksana Perawatan RSUD Dr Soetomo (1987-1991).