

Pelatihan Totok Wajah Pada Tim Medis di Wilayah Desa Tambusai

Heny Sepduwiana¹⁾, Andriana²⁾, Evi Kristina³⁾, Rika Herawati⁴⁾, Masdi Janiarli⁵⁾, Elvira Junita⁶⁾, Andria⁷⁾, Ermiza⁸⁾, Sumi Alfaizah⁹⁾, Wilda¹⁰⁾, Fermi Yuba¹¹⁾

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11}Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian

Keywords :

Pelatihan;
Totok Wajah;
Tim Medis

Correspondensi Author

Email: masdijaniarli@gmail.com

History Artikel

Received: 29-06-2024

Reviewed: 15-07-2024

Revised: 18-07-2024

Accepted: 18-07-2024

Published: 01-08-2024

DOI:

10.52622/mejuajujabdimas.v4i1.136

Abstrak. Totok wajah merupakan salah satu dari terapi komplementer untuk mengatasi kecemasan karena merupakan salah satu jenis akupresur (pijat dengan menekan titik akupuntur). Totok wajah dilakukan dengan cara melakukan penekanan dengan ujung jari pada titik-titik akupuntur pada wajah yang bertujuan untuk membantu melancarkan aliran energi dalam tubuh, mengatur aliran darah dan pergerakan getah bening, meningkatkan kekebalan tubuh, membuat tubuh menjadi lebih relaks dan menjernihkan pikiran serta melembutkan kulit. Penekanan pada titik-titik akupuntur pada wajah bertujuan untuk mengirim sinyal yang menyeimbangkan sistem syaraf atau melepaskan bahan kimia seperti endorfin yang mengurangi rasa sakit dan stress . Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada Pelatihan Pada Tim Medis tentang totok wajah untuk mengurangi stres pada ibu setelah melahirkan atau ibu nifas. Kegiatan dilakukan dengan melatih tim medis untuk mentotok bagian wajah ibu nifas untuk mengirim sinyal yang menyeimbangkan sistem syaraf atau melepaskan bahan kimia seperti endorfin yang mengurangi rasa sakit dan stress ibu semasa ibu nifas



*This work is licensed under a Creative Commons Attribution
4.0 International License*

Pendahuluan

Pelayanan yang berkualitas merupakan cermin dari keberhasilan dalam usaha peningkatan kesejahteraan masyarakat, terutama pada pelayanan bagi ibu setelah melahirkan atau ibu masa nifas sangat perlu diperhatikan karna masa nifas ibu banyak mengalami gangguan psikologis dan fisik sehingga ibu bisa mengalami stres, untuk mengurangi beban yang dialami oleh ibu nifas tersebut tenaga medis hendaknya memberikan pelayanan yang maksimal dan meningkatkan kualitas kerja tim medis tersebut.

Peningkatan mutu adalah program yang disusun secara objektif dan sistematis untuk memantau dan menilai mutu serta kewajaran asuhan terhadap pasien, menggunakan peluang untuk meningkatkan asuhan pasien dan memecahkan masalah-masalah yang terungkap. Dalam bidang pelayanan kebidanan juga mulai bermunculan pelayanan kebidanan berbasis terapi komplementer. Salah satu bidan praktek mandiri di Blora melengkapi pelayanan kebidanannya dengan post natal

nature treatment, dengan perawatan meliputi totok wajah, pijat ASI, pemijatan dan pemasangan bengkung. Di daerah Wonogiri, sebuah rumah bersalin juga memberikan terapi totok wajah dan pemijatan sebagai pelayanan tambahan bagi pasien.

Totok wajah merupakan salah satu dari terapi komplementer untuk mengatasi kecemasan karena merupakan salah satu jenis akupresur (pijat dengan menekan titik akupuntur) [1]. Totok wajah dilakukan dengan cara melakukan penekanan dengan ujung jari pada titik-titik akupuntur pada wajah yang bertujuan untuk membantu melancarkan aliran energi dalam tubuh, mengatur aliran darah dan pergerakan getah bening, meningkatkan kekebalan tubuh, membuat tubuh menjadi lebih relaks dan menjernihkan pikiran serta melembutkan kulit [2]. Penekanan pada titik-titik akupuntur pada wajah bertujuan untuk mengirim sinyal yang menyeimbangkan sistem syaraf atau melepaskan bahan kimia seperti endorfin yang mengurangi rasa sakit dan stress [3].

Masa nifas (puerperium) adalah masa kembalinya organ reproduksi seperti keadaan sebelum hamil dalam waktu enam minggu setelah melahirkan [5]. Dalam masa nifas, ibu nifas akan mengalami adaptasi fisiologis, psikologis dan adaptasi sosial. Salah satu gangguan psikologis yang dialami ibu nifas adalah kecemasan. Simkin (2008) menyebutkan bahwa 20% dari wanita pasca bersalin mengalami gangguan perasaan pasca melahirkan dengan gejala kecemasan dan panik. Pieter (2013) menyebutkan bahwa diperkirakan terdapat 10 dari 40 orang ibu pasca melahirkan mengalami depresi post partum. Sedangkan kasus *baby blues* bisa terjadi pada 50-80% ibu yang baru melahirkan.

Metode

Mekanisme kerja selama pelaksanaan program ini pertama-tama adalah tim pengusul terjun langsung ke lapangan dan melihat kondisi serta permasalahan yang dihadapi oleh mitra. Kemudian setelah program pengabdian ini disetujui, tim pengusul diskusi untuk membuat *workplan* (rencana kerja), yang berupa nama kegiatan serta waktu pelaksanaan. Dimana masing-masing kegiatan akan terdapat penanggung jawab, sehingga kegiatan sesuai dengan yang telah ditentukan.

Metode pengabdian dilakukan dengan memberikan sosialisasi tentang totok wajah untuk mengurangi tingkat stress ibu setelah melahirkan atau ibu masa nifas. Karena sampai saat ini belum dilakukannya sosialisasi tentang totok wajah di desa Tambusai.

Pengabdian ini dilakukan dengan melakukan pelatihan menghadirkan para pakar di bidangnya seperti tim pelatihan totok wajah. Sehingga segala informasi tentang totok wajah dapat diperoleh dan dapat diterima dengan baik.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pelatihan totok wajah pada tim medis di wilayah desa Tambusai Kabupaten Rokan Hulu ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan tim medis dalam mengatasi kecemasan pada ibu setelah melahirkan atau ibu masa nifas. Secara garis besar, tujuan dari kegiatan ini telah terlaksana dengan baik. Hal ini dapat dilihat dengan seluruh materi dan demonstrasi yang telah disiapkan oleh tim pengabdian kepada masyarakat telah tersampaikan keseluruhannya dengan baik. Pemaparan materi dan demonstrasi yang dilakukan mendapatkan respon yang baik dari peserta terlihat dari adanya tanya jawab yang interaktif antara pemateri dan peserta. Selain itu peserta juga antusias untuk melakukan redemonstrasi tindakan treatment totok wajah. Hal ini disebabkan karena masih jaranganya terapi ini digunakan di dunia pelayanan, khususnya dalam mengurangi kecemasan pada ibu setelah melahirkan atau pada ibu nifas.

Kegiatan ini juga mendapat dukungan yang baik dari pihak wilayah desa Tambusai dan puskesmas yang ada di kecamatan, sebagai salah satu intervensi yang nantinya dapat digunakan dalam pelayanan kesehatan pada ibu setelah melahirkan atau pada ibu masa nifas. Ketercapaian kegiatan ini dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu ketercapaian tujuan dimana secara umum tujuan dilakukannya pelatihan totok wajah pada tim medis ini telah tercapai yang ditandai dengan adanya peningkatan pengetahuan tim medis dalam mengatasi kecemasan pada ibu setelah melahirkan atau pada ibu masa nifas dengan treatment totok wajah. Kedua, aspek ketercapaian target materi dan demonstrasi yang direncanakan, dimana keseluruhan materi yang telah direncanakan telah tersampaikan dengan baik. Dan terakhir aspek kemampuan peserta dalam menguasai materi, dimana di akhir kegiatan peserta telah mampu melakukan redemonstrasi treatment totok wajah dan menjawab beberapa pertanyaan dari pemateri terkait materi yang disampaikan.

Secara umum hasil pengabdian kepada masyarakat ini berhasil dengan adanya dukungan dari beberapa pihak. Faktor pendukung dalam kegiatan ini adalah dukungan yang baik dari pihak desa dan puskesmas dalam pelaksanaan kegiatan ini khususnya dalam kegiatan pelatihan totok wajah kepada tim medis yang ada di wilayah desa Tambusai. Selain itu tersedianya sarana dan prasarana yang memadai untuk mendukung keberlangsungan kegiatan ini. Dan terakhir antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan sehingga membuat proses semakin baik. Pada kegiatan ini tidak ditemukan adanya hambatan yang berarti.



Gambar 1 .Tim Memberi KTI

Simpulan dan Saran

Simpulan

Pelatihan totok wajah kepada tim medis di wilayah desa Tambusai yang dilakukan dalam meningkatkan kemampuan bidan dalam menurunkan kecemasan pada ibu nifas melalui treatment totok wajah telah memenuhi tujuan dari kegiatan. Dari hasil evaluasi yang dilakukan, 100 % peserta telah mampu memahami materi dan melakukan redemonstrasi tindakan totok wajah pada ibu setelah melahirkan atau ibu masa nifas. Kegiatan ini

berjalan dengan baik dan mendapat antusias yang tinggi dari peserta kegiatan. Kegiatan ini belum pernah dilakukan sehingga memberikan wawasan baru kepada sebagian besar tim medis.

Saran

1. Kegiatan pelatihan totok wajah ini senantiasa dilakukan mengingat tingginya angka kecemasan pada ibu setelah melahirkan atau pada ibu nifas.
2. Kegiatan pelatihan totok wajah ini agar dilakukan secara berkala dan kontinu mengingat masih banyaknya penanganan untuk ibu yang mengalami gangguan psikologis/kecemasan pada ibu setelah melahirkan atau ibu masa nifas menggunakan obat – obatan kimia.
3. Kegiatan pelatihan totok wajah ini agar dilakukan secara berkala dan kontinu mengingat masih minimnya tim medis melakukan penanganan pada ibu setelah melahirkan atau ibu masa nifas dengan komplementer. beragam di sekolah

Referensi

1. Indrawati, Eka. (2015). Tampil Cantik dan Sehat dengan Totok. Yogyakarta:
2. Flashbook Kwan, H.K., 2010, Totok Aura/ Wajah Meridian 312 Cantik, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
3. Nirwana, A. B., 2011, Psikologi Ibu, Bayi dan Anak, Nuha Medika, Bantul.
4. Pieter, H. Z., dkk, 2013, Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan, EGC, Jakarta.
5. Pardede, DW, 2022, treatment totok wajah untuk mengurangi tingkat Kecemasan ibu post partum, Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat- ISSN: 2775-2437 Vol. 2 No.2 Edisi Desember 2022 <https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JPK>.
6. Simkin, P., et all, 2008, Panduan Lengkap Kehamilan, Melahirkan dan Bayi, Penerbit Arcan, Jakarta.
7. Sumantri, dkk, 2016, Penurunan Kecemasan Ibu Nifas Menggunakan Totok Wajah Di Fasilitas Pelayanan Persalinan, Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional
8. Trionggo, I., dkk., 2013, Panduan Sehat Sembuhkan Penyakit dengan Pijat dan Herbal, Indotoleransi, Yogyakarta.
9. Widiанти, dkk, 2021, Penyuluhan Dan Pelatihan Totok Wajah Untuk Mengurangi Kecemasan Ibu Nifas Di Puskesmas Metro Pusat, Penyuluhan Dan Pelatihan Totok Wajah Untuk Mengurangi Kecemasan Ibu Nifas Di Puskesmas Metro Pusat, Vol. 1 No. 1 (2021)