

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa intervensi teknik akupresur pada titik Ki3, SP6, ST36, dan ST25 terbukti memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan nafsu makan dan perkembangan motorik anak balita. Pada kedua subjek penelitian, yaitu An. N dan An. K, terjadi peningkatan skor nafsu makan setelah dilakukan akupresur secara teratur selama tiga minggu. Selain itu, terdapat peningkatan skor perkembangan motorik meskipun kedua anak masih berada pada kategori perkembangan yang meragukan, namun menunjukkan adanya perbaikan setelah intervensi. Teknik akupresur sebagai terapi komplementer terbukti aman, sederhana, dan efektif diterapkan pada anak dengan masalah makan dan pertumbuhan, serta dapat menjadi alternatif non-farmakologis dalam upaya pencegahan stunting.

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa akupresur dapat meningkatkan hormon yang berperan dalam regulasi nafsu makan serta merangsang hormon pertumbuhan dan penyerapan nutrisi. Oleh karena itu, akupresur berpotensi besar untuk diintegrasikan dalam program keperawatan komunitas, posyandu, maupun sebagai edukasi kepada orang tua dalam perawatan mandiri di rumah. Penerapan terapi ini juga mencerminkan praktik keperawatan berbasis bukti (*Evidence-Based Nursing*) yang menggabungkan data ilmiah, pengalaman klinis, dan kebutuhan individu pasien. Dengan demikian, akupresur dapat menjadi salah satu strategi intervensi yang relevan dalam mendukung upaya pengentasan stunting di Indonesia.

V.2 Saran

a. Bagi keluarga dengan balita

Keluarga, khususnya orang tua yang memiliki balita dengan masalah penurunan nafsu makan atau risiko stunting, Keluarga dapat melakukan teknik akupresur 1 kali sehari di titik yang telah ditentukan, pada waktu yang fleksibel sesuai kenyamanan ibu dan anak. Ibu juga disarankan untuk

memodifikasi makanan dengan menambahkan protein dan sayuran ke dalam menu yang disukai anak. Kombinasi akupresur dan perbaikan pola makan ini diharapkan dapat meningkatkan nafsu makan dan mendukung pertumbuhan optimal pada anak.

b. Bagi pelayanan kesehatan

Tenaga kesehatan dapat mengintegrasikan teknik akupresur ke dalam program promotif dan preventif, seperti kegiatan posyandu, penyuluhan gizi, dan kunjungan rumah. Pelayanan kesehatan juga diharapkan menyediakan pelatihan kepada kader dan orang tua tentang pelaksanaan akupresur yang sesuai dengan prosedur, sebagai bagian dari strategi pencegahan stunting yang komprehensif dan berbasis bukti.

c. Bagi institusi pendidikan

Institusi pendidikan, khususnya dalam bidang keperawatan dan kebidanan, dapat memasukkan terapi komplementer seperti akupresur ke dalam kurikulum pembelajaran dan praktik klinik. Hal ini bertujuan untuk membekali mahasiswa dengan keterampilan aplikatif yang mendukung pendekatan keperawatan holistik, serta meningkatkan kompetensi mereka dalam merancang asuhan keperawatan berbasis evidence-based practice (EBP).

d. Bagi penelitian di bidang keperawatan

Penelitian lanjutan dalam bidang keperawatan untuk mengembangkan studi dengan jumlah sampel yang lebih besar, waktu intervensi yang lebih panjang, serta pengukuran yang lebih mendalam terhadap aspek perkembangan anak lainnya. Selain itu, perlu dilakukan perbandingan efektivitas akupresur dengan intervensi lainnya untuk memperoleh alternatif penanganan stunting yang lebih optimal dan dapat diaplikasikan secara luas di berbagai lingkungan masyarakat.