

Pijat Tui Na sebagai Upaya Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita di Dusun Pengkol, Kelurahan Ceweng Kabupaten Jombang

Pipit Ariani¹, Wahyu Kristiningrum²

¹Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, pipitariani6490@gmail.com

²Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo,
kristiningrumwahyu@gmail.com

Korrespondensi Email : pipitariani6490@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2024-12-07

Accepted, 2024-12-10

Published, 2024-12-19

Keywords: Tui Na
Massage, Toddler Eating
Difficulties.

Kata Kunci: Pijat Tui Na,
Kesulitan Makan Balita.

Abstract

Child growth and development is a very important issue and needs serious attention. Growth can be seen from weight and height according to age, while development can be seen from motor skills, social, emotional, language skills, and cognitive abilities. Child growth and development are influenced by several factors, one of which is influenced by nutritional status. Efforts to overcome eating difficulties in toddlers can be done non-pharmacologically through tui na massage. Tui na massage is one way to overcome eating difficulties in toddlers, carried out for 6 consecutive days before eating for 30 minutes with 8 massage series that can overcome eating difficulties. The purpose of this community practice is to apply tui na massage as a complementary therapy in overcoming eating difficulties in toddlers. Method: Implementation of activities in the form of tui na massage training for mothers of toddlers with lecture, discussion and practice methods. The results obtained after implementing this community practice are the results of the pre-test of respondents in the good knowledge category (50%) good knowledge category. In addition, the skills of the respondents are also in the good category as indicated by the results of the evaluation value (98%). Tui Na massage is effective in overcoming eating difficulties in toddlers in Dusun Pengkol. The conclusion of this study is that the more routinely Tui Na massage is done, the more difficulty eating in toddlers will be resolved. It is hoped that mothers of toddlers are able and routinely apply this massage.

Abstrak

Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat bergantung pada pemenuhan nutrisi. Beberapa masalah yang sering terjadi dalam pemenuhan nutrisi yakni kesulitan makan pada balita yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan tumbuh kembang atau stunting. Penyebab umum kesulitan makan pada bayi dibedakan dalam 3 faktor, diantaranya adalah hilangnya nafsu makan, gangguan fungsi saluran cerna, dan gangguan proses makan atau gangguan oral motor. Upaya untuk mengatasi

kesulitan makan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Upaya dengan farmakologi antara lain dengan pemberian multivitamin, dan micronutrien lainnya. Sedangkan non farmakologi antara lain melalui minuman herbal / jamu, pijat, akupresur, dan akupunktur. Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan masalah yang sangat penting dan perlu mendapatkan perhatian yang serius. Pertumbuhan dapat dilihat dari berat badan dan tinggi badan menurut umur, sedangkan perkembangan dapat dilihat dari kemampuan motorik, sosial, emosional, kemampuan berbahasa, serta kemampuan kognitif. Upaya untuk mengatasi kesulitan makan pada balita dapat dilakukan dengan cara non farmakologi melalui pijat tui na. Pijat tui na merupakan salah satu cara untuk mengatasi kesulitan makan pada balita, dilakukan selama 10 hari secara berturut turut sebelum makan selama 30 menit dengan 8 rangkaian pijat yang dapat mengatasi kesulitan makan. Tujuan dari praktek komunitas ini untuk menerapkan pijat tui na sebagai terapi komplementer dalam mengatasi kesulitan makan pada balita. Metode: Pelaksanaan kegiatan berupa pelatihan pijat tui na pada ibu balita dengan metode ceramah, diskusi dan praktik. Hasil yang didapatkan setelah melaksanakan praktek komunitas pijat tui na ini adalah hasil post – test responden baik (%) kategori pengetahuan baik. Pijat Tui Na efektif dalam mengatasi kesulitan Makan Pada balita di Dusun Pengkol. Simpulan dari penelitian ini semakin rutin pijat Tui Na dilakukan, maka kesulitan makan pada balita akan teratasi. Diharapkan agar ibu balita mampu dan rutin menerapkan pijat ini.

Pendahuluan

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2019, angka kejadian stunting di wilayah South East Asia termasuk yang tertinggi di dunia yakni sebanyak 31,9% Indonesia menduduki urutan ke enam di wilayah South East Asia dengan angka kejadian stunting sebanyak 36,4%. Anak dengan stunting beresiko memiliki IQ 5-10 poin lebih rendah dibanding dengan anak yang normal (Yenni Puspita. 2015).

Stunting terjadi akibat kekurangan gizi dan penyakit berulang dalam waktu lama pada masa janin hingga 2 tahun pertama kehidupan seorang anak (Yenni Puspita. 2015). Anak-anak yang mengalami stunting disebabkan kurangnya asupan makanan dan penyakit yang berulang terutama penyakit infeksi yang dapat meningkatkan kebutuhan metabolik serta mengurangi nafsu makan anak (Yenni Puspita, 2015).

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan masalah yang sangat penting dan perlu mendapatkan perhatian yang serius. Pertumbuhan dapat dilihat dari berat badan dan lingkar kepala, sedangkan perkembangan dapat dilihat dari kemampuan motorik, sosial, emosional, kemampuan berbahasa, serta kemampuan kognitif. Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya dipengaruhi oleh status gizi (Prastiwi, 2019; Setiawati et al., 2020).

Status gizi balita merupakan indikator untuk melihat masalah gizi yang terjadi pada anak, yang mana status gizi tersebut diklasifikasi berdasarkan antropometri yang berupa wasting (kurus), stunting (pendek) dan underweight (berat badan kurang), (Kemenkes, 2020)

Masa balita adalah masa yang paling penting dalam siklus kehidupan, karena pada usia 0 sampai 5 tahun balita mengalami perkembangan fisik, mental dan perilaku. Oleh karena itu di usia tersebut balita perlu mendapatkan perhatian khusus dalam hal gizi mereka.(Gunawan1 2018).

Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Upaya dengan farmakologi antara lain dengan pemberian multivitamin dan micronutrien lainnya. Sedangkan non farmakologi antara lain melalui minuman herbal/jamu, pijat, akupresur dan akupunktur (Munjidah Annif, 2015). Saat ini kebanyakan orang tua mengatasi kesulitan makan anak sebatas pemberian multivitamin tanpa memperhatikan penyebabnya. Saat ini, telah dipopulerkan kembali dari tehnik pijat bayi yakni pijat Tui Na. Pijat ini dilakukan dengan tehnik pemijatan meluncur (Effleurage atau Tui), memijat (Petrissage atau Nie), mengetuk (Tapotement atau Da), gesekan, menarik, memutar, menggoyang, dan mengetarkan titik tertentu sehingga akan mempengaruhi aliran energi tubuh dengan memegang dan menekan tubuh pada bagian tubuh tertentu. Sementara di Balai Desa Kelurahan Ceweng sebagai lokasi pelaksanaan praktik komunitas kegiatan pijat tuina pada balita tersebut belum pernah dilaksanakan sebelumnya di kelas balita. Sehingga banyak ibu yang belum mengetahui tentang pijat tuina pada balita.

Asuhan kebidanan pada keluarga merupakan asuhan kebidanan komunitas dimana pelayanan kebidanan komunitas merupakan upaya yang dilakukan bidan untuk pemecahan terhadap masalah kesehatan di dalam keluarga dan masyarakat supaya keluarga dan masyarakat selalu berada dalam kondisi kesehatan yang optimal. Kegiatan pelayanan kebidanan komunitas termasuk di dalamnya adalah penyuluhan dan nasihat tentang kesehatan, pemeliharaan kesehatan, pengobatan sederhana bagi ibu dan balita, perbaikan gizi keluarga, imunisasi ibu dan anak, pertolongan persalinan serta pelayanan KB (Puji dkk, 2021). Berdasarkan hal tersebut peneliti perlu mengkaji lebih lanjut efektifitas pijat Tui Na dalam mengatasi kesulitan makan pada balita, dengan tetap mengedepankan keamanan dan asuhan sayang anak.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Balai Desa Ceweng, Kabupaten Jombang. Pada tanggal 1 November 2024 yang dihadiri dengan 10 responden para ibu balita yang sebelumnya mengikuti posyandu di Dusun Pengkol, 1 bidan desa, 1 pembimbing lahan praktik, dan 1 mahasiswa. Metode yang digunakan yaitu penyuluhan dan pelatihan pijat tui na pada balita menggunakan phantom bayi. Proses pelaksanaan diawali dengan pre – test menggunakan kuesioner yang terdiri dari 10 pertanyaan dengan pilihan jawaban benar atau salah. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan para ibu tentang pijat tuina. Tahap selanjutnya adalah pemaparan materi dan demonstrasi, metode ini dilakukan untuk memperjelas apa itu pijat tui na dan bagaimana cara melakukan pijat tui na dengan benar.

Demonstrasi ini dilakukan dengan power point dan Leaflet Pijat tuina, sehingga para ibu akan lebih mudah mengingat gerakan – gerakan apa saja yang harus dilewati dalam pijat tuina. Setelah itu para ibu dapat memperagakan gerakan pijat tuina dengan balitanya secara langsung. Para ibu sangat antusias dalam mendengarkan, melihat, dan praktek melakukan pijat tuina. Tahap akhir yaitu evaluasi gambaran pengetahuan para ibu setelah diberikan penyuluhan menggunakan kuesioner sebagai post – test yang terdiri dari 10 pertanyaan dengan pilihan jawaban benar atau salah.

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat tentang pijat tui na sebagai upaya meningkatkan nafsu makan pada balita di Dusun Pengkol, Jombang. Sebelum dilakukan penyuluhan tentang pijat tuina ini pengetahuan ibu balita kurang dan setelah dilakukan penyuluhan maka pengetahuan ibu semakin baik. Hasil tersebut didapat dari penilaian pre-test dan pos-test

menggunakan kuisioner untuk mengetahui peningkatan pengetahuan para ibu. Berdasarkan hasil pre-test sebelum diberikan penyuluhan yaitu 70,0% memiliki pengetahuan kurang, 20,0% memiliki pengetahuan cukup dan 10% memiliki pengetahuan baik, sedangkan hasil post-test setelah diberikan penyuluhan didapatkan hasil 60,0% memiliki pengetahuan baik dan 40,0% memiliki pengetahuan cukup.

Tabel 1 Hasil Efektifitas

Pengukuran	Mean	Standar Deviasi	P Value	N
Pretest	5,00	1,633	0,000	10
Posttest	7,60	1,075		

Hasil di atas menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada ibu sebelum dan setelah diberikan penyuluhan pijat tui na. Salah satu strategi yang direkomendasikan oleh WHO adalah meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap individu melalui pemberian informasi yang tepat. Strategi ini dimulai dengan melakukan analisis situasi, memastikan bahwa informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh masyarakat dan efektif dalam menambah pengetahuan tentang praktik pemijatan tui na pada anak. Tujuan utamanya adalah menciptakan kesadaran dan kesesuaian antara pengetahuan dan sikap individu. Dengan memberikan informasi dan penyuluhan kepada ibu tentang teknik pijat tui na, diharapkan akan terjadi peningkatan nafsu makan pada anak balita. Pijat tui na diyakini sebagai salah satu upaya non-farmakologi yang dapat membantu mengatasi kesulitan makan pada anak. Melalui teknik pemijatan ini, diharapkan akan terjadi perbaikan dalam peredaran darah pada limpa dan pencernaan, yang pada akhirnya dapat meningkatkan nafsu makan pada anak-anak.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan

Upaya mengatasi kesulitan makan pada anak dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologi dan non-farmakologi. Pendekatan farmakologi, seperti pemberian multivitamin dan micronutrien, sering kali menjadi pilihan pertama bagi banyak orang tua. Namun, pendekatan ini harus dilakukan dengan hati-hati dan tidak hanya berfokus pada pemberian vitamin tanpa memperhatikan penyebab masalah nafsu makan pada anak. Jika dilakukan dalam jangka waktu yang lama tanpa memperhatikan penyebabnya, hal ini dapat berdampak negatif. Oleh karena itu, teknik pijat tui na yang sedang berkembang menjadi alternatif yang menarik. Teknik ini, yang berasal dari modifikasi akupunktur tanpa jarum, menggunakan teknik pemijatan meluncur untuk memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan. Dengan menekan titik-titik meridian tubuh atau garis aliran energi, pijat tui na relatif lebih mudah dilakukan dibandingkan akupunktur. Teknik ini dipercaya dapat membantu mengatasi kesulitan makan pada anak balita dengan cara meningkatkan peredaran darah dan meningkatkan nafsu makan (Annif, 2015).

Pijat tui na memiliki manfaat yang signifikan dalam meningkatkan aliran darah otot. Teknik pemijatan ini menyebabkan vasodilatasi pada otot-otot aktif, yang pada gilirannya meningkatkan oksigen dan nutrisi dalam jaringan. Selain itu, pijat tui na juga dapat meningkatkan curah jantung. Kecepatan aliran darah melalui kulit bervariasi

tergantung pada kecepatan metabolisme. Jika makanan tidak dicerna dengan baik dan terjadi stagnasi dalam saluran cerna, hal ini dapat menyebabkan masalah pada anak, seperti muntah, mual saat makan, dan perut terasa penuh (Hidayanti, 2023). Orang tua sering kali mengeluhkan masalah ini, yang berdampak pada penurunan nafsu makan pada anak. Namun, dengan melakukan pijat tui na, peredaran darah ke limpa dan pencernaan dapat diperlancar. Hal ini diyakini dapat meningkatkan nafsu makan pada balita, karena pijat ini membantu meningkatkan aliran darah dan nutrisi ke organ-organ vital yang terkait dengan pencernaan (Kursani., 2020).

Pemberian pijat tui na kepada bayi dan balita dianggap sebagai langkah penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka. Kenaikan berat badan yang signifikan adalah indikasi status gizi yang baik, yang menunjukkan bahwa tubuh memperoleh cukup zat gizi yang diperlukan. Zat gizi yang adekuat sangat penting untuk pertumbuhan fisik yang seimbang. Dengan asupan zat gizi yang cukup, proses pertumbuhan dapat berlangsung dengan lancar. Hal ini memungkinkan pengangkutan oksigen dan nutrisi yang memadai ke seluruh sel dalam tubuh, sehingga sel-sel dapat tumbuh dan berfungsi dengan normal. Oleh karena itu, pijat tui na dapat menjadi salah satu cara untuk mendukung status gizi yang baik dan pertumbuhan fisik yang optimal pada bayi dan balita (Fifit, 2023).

Simpulan dan Saran

Kegiatan pelatihan Pijat Tui na pada Ibu Balita di Balai Desa Kelurahan Ceweng , memberikan respon yang positif dimana ibu balita bisa mengerti dan termotivasi untuk menerapkan ketrampilan pijat tui na pada anak anak mereka. Respon positif tidak hanya diperoleh dari Ibu Balita tetapi juga dari bidan di Pustu Ceweng . Praktik Kebidanan Komunitas melalui pelatihan pijat tui na pada ibu di sini mendapatkan hasil pre-test responden sebagian besar dalam kategori pengetahuan kurang (70%) dan hasil post-test sebagian besar 60% responden dalam kategori pengetahuan baik. Jadi, kesimpulannya adalah adanya peningkatan pengetahuan pada ibu tentang pijat tui na

Saran bagi ibu bidan desa dapat memberikan motivasi kader kesehatan dan ibu – ibu yang mempunyai anak Balita untuk lebih berkomitment dalam melakukan upaya peningkatan gizi pada anak. Harapan kami kegiatan ini dapat berlanjut oleh ibu balita pada anak mereka masing- masing, sehingga dapat meningkatkan nafsu makan anak, dan bisa diterapkan oleh ibu ibu yang mempunyai anak balita, sehingga pada akhirnya bisa membantu mengatasi dan meningkatkan berat badan pada anak

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak kepala desa karena telah membantu dan memfasilitasi penulis dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Balai desa ceweng , kepada Bidan Pustu Ceweng para kader di pustu ceweng dan peserta kegiatan atas ketersediaannya mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan baik dari awal hingga akhir. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Instansi Perguruan Tinggi Universitas Ngudi Waluyo yang telah menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat.

Daftar Pustaka

- Aditya. (2014). *Keajaiban Pijat Bagi Bayi dan Balita*. PT. Wahyu Media.
- Annif, M. (2015). *Efektifitas Pijat Tui Na Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita Di Rw 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya*. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 8(2), 193– 199.
- Ardhillah. (2012). *Pengaruh Pemijatan Terhadap Kenaikan Berat Badan Dan Lama Tidur Bayi Usia 1-3 Bulan*. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes. Bimantoro, G. (2020). *Pijat Tui Na meningkatkan Nafsu Makan Anak*. Aplikasi Kesehatan Indonesia (2nd ed.). Pro Sehat.

Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo

- Fifit, K. I. S., & Afriyani, L. D. (2023). *Pengaruh Metode Pijat Tui Na Terhadap Penambahan Berat Badan pada Balita Usia 1-5 Tahun dengan Masalah Berat Badan dan Picky Eater*. *Journal of Holistics and Health Science*, 5(1), 135–143.
- Gunawan, R. (2016). *Pijat Tui Na Anak Tingkatkan Nafsu makan dan Penyerapan Gizi Anak*. Praktisi Kesehatan Holistik.
- Puspita, Yenni. 2015. *Faktor dan dampak stunting pada kehidupan balita*. Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu. Word Press.
- Anisa Qonitatun, Alfina Ifada, Dewi Larasati, Wahyu Kristiningrum(2024). *Edukasi Peningkatan Nafsu Makan pada Balita dengan Pijat Tui Na*. Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo Volume 3 No (1) 2024
- Kursani, E., Purba, C. V. G., & Marlina, H. (2020). Efektivitas pijat Tuina terhadap Picky Eater pada balita usia 6-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 5(2), 65–71.