

Edukasi Pemberian Makanan Gizi Seimbang dan Pijat Tui Na Sebagai Upaya Meningkatkan Napsu Makan pada Balita di Desa Wringin Putih Kecamatan Bergas

Dewi Nurani Suci¹, Ari Andayani², Diah Ari Murti Afsari³, Ernawati⁴,
Lusiana Shinta⁵, Siti Musarofah⁶, Siti Soimi⁷, Wiwik Ardhiani⁸

¹Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo nuranidewi1201@gmail.com

²Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo arianday83@gmail.com

³Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo diaharimurtiafsari@gmail.com

⁴Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo ernawatiungaran01@gmail.com

⁵Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo lusianashinta6@gmail.com

⁶Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo andiensuse12@gmail.com

⁷Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo sitisoimi95@gmail.com

⁸Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo wiwikardhiani1979@gmail.com

Korespondensi Email : diaharimurtiafsari@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2025-06-23

Accepted, 2023-06-28

Published, 2025-07-04

Keywords: Balanced Nutrition for Toddlers, Tui Na Massage, Appetite

Kata Kunci: Gizi Seimbang Balita, Pijat Tui Na, Napsu Makan

Abstract

Community is a social group that lives together in a certain area, interacts based on the prevailing value system and customs, and has a shared identity and sense of attachment. Community midwifery services are a form of intervention carried out by midwives in order to identify and resolve health problems experienced by mothers and toddlers at the family and community levels. The general objective of community midwifery is that midwives are able to improve community welfare, especially the health of mothers and children within the scope of the work area, so that the ultimate goal is that the community is able to solve its problems independently. Based on the results of the study carried out on April 21, 2025 to April 25, 2025 in Krajan Hamlet, Wringin Putih Village, Bergas District, data was obtained, namely the number of pregnant women was 7 people, the number of postpartum mothers was 3 people, the number of toddlers was 48 children, the number of teenagers was 32 people. The data obtained showed that there were problems in each group. The method used in. Community midwifery care activities were carried out in Krajan Hamlet, Wringin Putih Village, Bergas District, Semarang Regency, from April 21, 2025 to May 10, 2025. Data collection was carried out by students through interview and observation methods to obtain a comprehensive picture of the target's health conditions. The stages of implementing community care include the process of assessing and analyzing data, formulating and determining problem priorities, preparing intervention plans, implementing programs and evaluating. Evaluation of community practice activities in Krajan Hamlet, Wringin Putih Village, Bergas District,

Semarang Regency. The evaluation of community practice in Krajan Hamlet, Wringin Putih Village, Bergas District, Semarang Regency is that the implementation is running well according to the planning that has been mad

Abstrak

Komunitas merupakan suatu kelompok sosial yang hidup bersama dalam suatu wilayah tertentu, berinteraksi berdasarkan sistem nilai dan adat istiadat yang berlaku, serta memiliki identitas dan rasa keterikatan bersama. Pelayanan kebidanan komunitas merupakan bentuk intervensi yang dilakukan oleh bidan dalam rangka mengidentifikasi dan menyelesaikan permasalahan kesehatan yang dialami oleh ibu dan anak balita di tingkat keluarga maupun komunitas. Tujuan umum kebidanan komunitas yaitu bidan mampu meningkatkan kesejahteraan masyarakat, khususnya kesehatan ibu dan anak yang ada dalam cakupan wilayah kerja, sehingga tujuan akhir bahwa masyarakat mampu memecahkan masalahnya secara mandiri. Berdasarkan hasil pengkajian yang dilaksanakan pada tanggal 21 April 2025 hingga 25 April 2025 di Dusun Krajan Desa Wringin Putih Kecamatan Bergas, diperoleh data yaitu jumlah ibu hamil 7 orang, jumlah ibu nifas 3 orang, jumlah balita 48 anak, jumlah remaja 32 orang. Data yang diperoleh menunjukkan terdapat masalah pada tiap kelompok. Metode yang digunakan dalam. Kegiatan asuhan kebidanan komunitas dilaksanakan di Dusun Krajan, Desa Wringin Putih, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang, dalam kurun waktu 21 April 2025 hingga 10 Mei 2025. Pengumpulan data dilakukan mahasiswa melalui metode wawancara dan observasi untuk memperoleh gambaran kondisi kesehatan sasaran secara komprehensif. Tahapan pelaksanaan asuhan komunitas mencakup proses pengkajian dan analisis data, perumusan serta penentuan prioritas masalah, penyusunan rencana intervensi, implementasi program dan evaluasi. Evaluasi kegiatan praktek komunitas di Dusun Krajan, Desa Wringin Putih, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang. Evaluasi dari praktik komunitas di Dusun Krajan, Desa Wringin Putih, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang ialah implentasi berjalan dengan baik sesuai dengan perencanaan yang telah dibuat.

Pendahuluan

Komunitas merupakan suatu kelompok sosial yang hidup bersama dalam suatu wilayah tertentu, berinteraksi berdasarkan sistem nilai dan adat istiadat yang berlaku, serta memiliki identitas dan rasa keterikatan bersama. Komunitas ditandai oleh kesamaan wilayah, keseragaman adat istiadat, identitas kolektif, serta loyalitas anggotanya terhadap kelompok tersebut. Kebidanan komunitas merupakan konsep fundamental dalam praktik kebidanan yang menitikberatkan pada pelayanan kepada keluarga dan masyarakat. Pelayanan kebidanan komunitas merupakan bentuk intervensi yang dilakukan oleh bidan

dalam rangka mengidentifikasi dan menyelesaikan permasalahan kesehatan yang dialami oleh ibu dan anak balita di tingkat keluarga maupun komunitas. Tujuan umum kebidanan komunitas yaitu bidan mampu meningkatkan kesejahteraan masyarakat, khususnya kesehatan ibu dan anak yang ada dalam cakupan wilayah kerja, sehingga tujuan akhir bahwa masyarakat mampu memecahkan masalahnya secara mandiri. (Siti & Yanik, 2020)

Asuhan kebidanan komunitas merupakan komponen penting dalam sistem pelayanan kesehatan dasar yang dilaksanakan oleh bidan secara aktif, terencana, dan berkesinambungan guna meningkatkan derajat kesehatan individu, keluarga, serta kelompok masyarakat di wilayah binaan. Pelayanan ini tidak hanya berorientasi pada aspek kuratif, tetapi juga menitikberatkan pada upaya pemberdayaan masyarakat melalui kegiatan edukatif dan intervensi yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi lokal (Kementerian Kesehatan RI, 2021)

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilaksanakan pada tanggal 21 April 2025 hingga 25 April 2025 di Dusun Krajan Desa Wringin Putih Kecamatan Bergas, diperoleh data yaitu jumlah ibu hamil 7 orang, jumlah ibu nifas 3 orang, jumlah balita 48 anak, jumlah remaja 32 orang. Data yang diperoleh menunjukkan terdapat masalah pada tiap kelompok.

Sejalan dengan pemaparan tersebut, mahasiswa ingin memberikan kontribusi untuk menjalankan peran asuhan kebidanan komunitas di Dusun Krajan Wringin Putih dengan melakukan analisis situasi secara komprehensif, merumuskan serta menentukan prioritas masalah, menetapkan diagnosis kebidanan, menyusun rencana intervensi, mengimplementasikan program, dan melakukan evaluasi terhadap seluruh proses yang telah dilaksanakan. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat, mahasiswa diharapkan dapat berperan aktif dalam mendukung upaya peningkatan status kesehatan masyarakat secara nyata dan berkelanjutan.

Metode

Kegiatan asuhan kebidanan komunitas dilaksanakan di Dusun Krajan, Desa Wringin Putih, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang, dalam kurun waktu 21 April 2025 hingga 10 Mei 2025. Kelompok sasaran dalam kegiatan ini meliputi ibu hamil sejumlah 7 orang, ibu masa nifas 3 orang, bayi dan balita sejumlah 48, serta remaja sejumlah 32 orang. Pengumpulan data dilakukan mahasiswa melalui metode wawancara dan observasi untuk memperoleh gambaran kondisi kesehatan sasaran secara komprehensif. Tahapan pelaksanaan asuhan komunitas mencakup proses pengkajian dan analisis data, perumusan serta penentuan prioritas masalah, penyusunan rencana intervensi, implementasi program dan evaluasi.

Hasil Dan Pembahasan

Diketahui bahwa Pada kelompok balita yang berjumlah 48 anak, ditemukan beberapa kasus dengan status gizi berada pada rentang -3 SD hingga <-2 SD, yang dikategorikan sebagai balita dengan gizi kurus. Proses pengkajian diawali dengan melakukan identifikasi terhadap keluarga, dilanjutkan dengan pengumpulan data yang mencakup riwayat keluarga serta analisis tahapan dan tugas perkembangan yang sedang dijalani oleh keluarga tersebut (Casnuri et al., 2022).

Di ketahui bahwa pengetahuan Ibu Tentang Gizi pada balita dan Pijat Tui Na untuk menambah napsu makan balita sebelum diberikan penyuluhan di desa Krajan, Wringin Putih. Setelah dilakukan tanya jawab maka kegiatan dilanjutkan dengan pemberian edukasi mengenai gizi pada balita dan dilanjutkan praktik pijat Tui Na setelah itu diberikan pertanyaan kembali untuk mengetahui sejauh mana ibu balita dapat menerima informasi kesehatan yang telah diberikan.

Berikut merupakan hasil pre-test pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita. Pelaksanaan intervensi berdasarkan perencanaan masalah pada kelompok balita dilakukan pada hari Senin, 5 Mei 2025, bertempat di Posyandu Dusun Krajan, Desa Wringin Putih,

Kecamatan Bergas. Materi penyuluhan disesuaikan dengan permasalahan yang teridentifikasi, yaitu mengenai pentingnya gizi seimbang pada balita serta edukasi pijat Tui Na sebagai terapi komplementer.

Kegiatan 1 : Penyampaian intervensi dan pengisian pre test

Kegiatan diawali dengan penyampaian tujuan intervensi, dilanjutkan dengan pemberian pre-test untuk mengukur pengetahuan awal peserta. Selanjutnya, dilakukan pemaparan materi menggunakan media leaflet dan booklet, kemudian disusul sesi diskusi interaktif melalui tanya jawab, dan diakhiri dengan pemberian post-test untuk menilai peningkatan pemahaman peserta setelah kegiatan edukatif berlangsung.

Tabel 1. Rata-rata pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita

Kategori	Nilai Rerata
Sebelum	5,1
Sesudah	8,3

Berdasarkan tabel 1. Hasil penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan nilai rerata pengetahuan responden tentang gizi seimbang balita, dari 5,1 sebelum diberikan penyuluhan menjadi 8,3. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa penyuluhan gizi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman peserta terhadap konsep dan pentingnya gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi yang baik sangat penting dalam mendukung perilaku makan sehat, terutama dalam pencegahan masalah gizi pada balita. Oleh karena itu, kegiatan edukasi seperti penyuluhan gizi seimbang perlu dilakukan secara rutin dan berkelanjutan agar pengetahuan tersebut dapat menjadi perilaku yang sehat dan berkelanjutan.

Tabel 2. Rata-rata pengetahuan ibu tentang pijat tui na

Kategori	Nilai Rerata
Sebelum	2,47
Sesudah	7,9

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada nilai rerata pengetahuan peserta mengenai pijat Tui Na, yaitu dari 2,47 sebelum edukasi menjadi 7,9 setelah pelaksanaan penyuluhan. Peningkatan tersebut mencerminkan bahwa penyuluhan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta terhadap teknik pijat Tui Na serta manfaatnya bagi kesehatan, khususnya dalam mendukung tumbuh kembang anak. Pijat Tui Na merupakan salah satu bentuk terapi akupresur yang banyak digunakan dalam pengobatan tradisional Tiongkok dan terbukti dapat memberikan efek terapeutik, seperti melancarkan sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, serta memperbaiki sistem pencernaan pada anak (Sun, 2018). Kurangnya pengetahuan tentang teknik ini sebelum dilakukan edukasi menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam memperkenalkan metode perawatan nonfarmakologis kepada masyarakat.

Masalah gizi kurang pada balita merupakan isu kesehatan yang membutuhkan intervensi tidak hanya dari aspek nutrisi, tetapi juga melalui pendekatan alternatif yang mendukung fungsi fisiologis tubuh. Salah satu metode yang digunakan adalah pijat Tui Na, sebuah teknik akupresur tradisional Tiongkok yang difokuskan pada stimulasi titik-titik meridian tertentu. Pada balita dengan berat badan kurang, pijat Tui Na diketahui mampu memperlancar sirkulasi darah, terutama di area limpa dan saluran pencernaan. Perbaikan sirkulasi ini berkontribusi terhadap peningkatan nafsu makan dan penyerapan nutrisi yang lebih efisien, sehingga membantu mempercepat proses perbaikan status gizi anak (Lestari & Wulandari, 2022).

Adapun pada kelompok balita, ditemukan bahwa sebagian besar ibu belum memiliki pengetahuan yang memadai mengenai prinsip pemberian gizi seimbang untuk balita, edukasi pijat Tui Na untuk mendukung tumbuh kembang anak.

Perumusan masalah yang efektif ditandai dengan kejelasan dalam mengidentifikasi adanya kesenjangan antara kondisi ideal dan keadaan aktual. Kesenjangan ini dapat diungkapkan baik secara kualitatif maupun kuantitatif untuk memberikan gambaran yang komprehensif. Dalam proses penetapan diagnosis dan/atau permasalahan kebidanan, perlu mempertimbangkan sejumlah kriteria, antara lain kesesuaian dengan nomenklatur kebidanan yang baku, relevansi rumusan masalah dengan kondisi spesifik keluarga, serta kelayakan masalah untuk ditangani melalui asuhan kebidanan, baik secara mandiri, kolaboratif, maupun melalui rujukan yang tepat. (Casnuri et al., 2022)

Prioritas Masalah Dan Pemecahan Masalah

Penentuan prioritas kesehatan dan kebidanan perlu disusun skala prioritas yang terdiri dari sifat masalah, kemungkinan masalah dapat diubah, potensi masalah untuk dicegah, dan menonjolnya masalah. (Casnuri et al., 2022).

Masalah Kesehatan	Kriteria Penilaian				Total	Prioritas
	Sifat Masalah	Kemungkinan Masalah Dapat Diubah	Potensi Masalah Untuk Dicegah	Menonjolnya Masalah		
Kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita	$(2/2) \times 1 = 1$	$(2/2) \times 2 = 2$	$(3/3) \times 1 = 1$	$(2/2) \times 1 = 1$	5	1

Dalam menentukan prioritas masalah kebidanan di komunitas, penting untuk menyadari bahwa tidak semua permasalahan yang teridentifikasi dapat ditangani secara bersamaan. Oleh karena itu, diperlukan seleksi berdasarkan urgensi dan dampak masalah tersebut terhadap kesehatan. Masalah-masalah yang berpotensi mengancam keselamatan jiwa, seperti gangguan kesehatan pada ibu dan anak, harus menjadi prioritas utama. Selain itu, perhatian terhadap respon dan keterlibatan keluarga dalam proses asuhan kebidanan sangat penting, karena keberhasilan intervensi sangat bergantung pada dukungan dan partisipasi aktif keluarga. Aspek lain yang juga perlu dipertimbangkan adalah ketersediaan sumber daya yang dimiliki keluarga untuk mendukung penyelesaian masalah, termasuk kondisi sosial, ekonomi, pengetahuan, serta nilai-nilai budaya yang berlaku. Intervensi sebaiknya difokuskan pada keluarga yang tergolong dalam kelompok risiko tinggi, mengingat kelompok ini memiliki potensi komplikasi yang lebih besar dan membutuhkan pemantauan lebih intensif. (Casnuri et al., 2022).

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan bahwa prioritas masalah yang ditemukan yaitu mengenai Kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita. Hasil penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan nilai rerata pengetahuan responden tentang gizi seimbang balita, pengetahuan kurang sebelum diberikan penyuluhan menjadi Peningkatan setelah dilakukan post tes. ini mengindikasikan bahwa penyuluhan gizi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman peserta terhadap konsep dan pentingnya gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi yang baik sangat penting dalam mendukung perilaku makan sehat, terutama dalam pencegahan masalah gizi pada balita. Oleh karena itu, kegiatan edukasi seperti penyuluhan gizi seimbang perlu dilakukan secara rutin dan berkelanjutan agar pengetahuan tersebut dapat

menjadi perilaku yang sehat dan berkelanjutan. Tahapan awal pengabdian ini adalah penimbangan dan pre test. Pre test ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman ibu sebelum diberikan penyuluhan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita.

Kegiatan 2: Demonstrasi serta praktik pijat *Tui Na*

Efektivitas pijat *Tui Na* sebagai intervensi pendukung telah dibuktikan melalui berbagai studi yang menunjukkan adanya pengaruh positif terhadap sistem metabolisme dan fungsi organ internal pada anak-anak. Pijat ini relatif aman, dan dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih maupun orang tua dengan pelatihan yang memadai.

Pijat *Tui Na*. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Joko Widodo dkk (2012) didapatkan bahwa pijat *Tui Na* dapat memperlancar aliran darah ke pencernaan dan limpa yang dapat meningkatkan daya absorpsi zat gizi. Pijat *Tui Na* ini merupakan tehnik pijat yang lebih spesifik untuk mengatasi kesulitan makan pada balita dengan cara memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan yang dapat meningkatkan daya absorpsi zat gizi (Zhuan Huan Liu, 2011). Hasil penelitian Zhen Huan Liu dan Li Ting Cen di Guangzhou tahun 2009 menyebutkan bahwa pijat *Tui na* berpengaruh positif terhadap perkembangan syaraf dan peredaran darah pada bayi (Zhuan Huan Liu, 2011).



Gambar 1. Demonstrasi dan praktik pijat *Tui Na*

Kegiatan 3 : Evaluasi (Pengisian post test dan evaluasi)

Tahap terakhir dari kegiatan pengabdian ini adalah tahap Evaluasi dilakukan dengan cara memberikan post test yang berisi pertanyaan dan didapatkan hasil bahwa ibu balita mempunyai pengetahuan baik setelah dilakukan penyuluhan dan praktik Pijat *Tui Na*.

Bahwasannya dalam mengatasi kurang gizi pada balita yaitu dengan diadakannya kegiatan edukasi seperti penyuluhan gizi seimbang perlu dilakukan secara rutin dan berkelanjutan agar pengetahuan tersebut dapat menjadi perilaku yang sehat dan berkelanjutan. Pengetahuan ibu tentang Gizi pada balita kaitannya dengan pemberian implementasi pijat *Tui Na* sebagai intervensi pendukung telah dibuktikan melalui berbagai studi yang menunjukkan adanya pengaruh positif dan Efektif terhadap sistem metabolisme dan fungsi organ internal pada anak-anak. Pijat ini relatif aman, dan dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih maupun orang tua dengan pelatihan yang memadai.

Simpulan dan Saran

Hasil penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan nilai rerata pengetahuan responden tentang gizi seimbang balita, dari 5,1 sebelum diberikan penyuluhan menjadi 8,3. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa penyuluhan gizi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman peserta terhadap konsep dan pentingnya gizi seimbang dalam

kehidupan sehari-hari. dan Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada nilai rerata pengetahuan peserta mengenai pijat Tui Na, yaitu dari 2,47 sebelum edukasi menjadi 7,9 setelah pelaksanaan penyuluhan. Peningkatan tersebut mencerminkan bahwa penyuluhan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta terhadap teknik pijat Tui Na serta manfaatnya bagi kesehatan, khususnya dalam mendukung tumbuh kembang anak.

Kemudian penyuluhan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi pada balita dan Pijat Tui Na untuk meningkatkan nafsu makan di Dusun Krajan Desa Wringin Putih Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

Kemudian saran bagi tenaga kesehatan yaitu dapat bekerja sama dengan kader untuk menerapkan penyuluhan yang sudah diberikan secara konsisten. Saran bagi peneliti selanjutnya yaitu diharapkan dapat meningkatkan penelitian ini dengan intervensi yang lebih baik.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada masyarakat Dusun Krajan Desa Wringin Putih Kecamatan Bergas, Bidan desa, Kader dan Universitas Ngudi Waluyo yang telah membantu dalam proses kegiatan Komunitas kebidanan.

Daftar Pustaka

- Casnuri, M.G. et al. (2022). *Buku ajar asuhan kebidanan komunitas*. Yogyakarta: Pena Persada.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021) *Pedoman pemberian tablet tambah darah pada remaja putri*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kim, S.Y. et al. (2012) 'Acupressure for menstrual pain: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials', *Complementary Therapies in Medicine*, 20(6), pp. 353–363.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022) *Petunjuk teknis pelayanan kebidanan komunitas*. Jakarta: Direktorat Kesehatan Keluarga, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lestari, A. & Wulandari, D. (2022) *Terapi pijat Tui Na sebagai pendekatan komplementer pada balita dengan masalah gizi*. Yogyakarta: Pustaka Medika.
- Liu, Y. & Zhang, W. (2019). *Tuina Therapy for Children: Clinical Application and Research*. Beijing: China Traditional Chinese Medicine Press.
- Marmi. (2018) *Asuhan kebidanan kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Sun, K. (2018). *The Essentials of Chinese Pediatric Tuina*. Shanghai: Shanghai University of Traditional Chinese Medicine Press.