

Pijat Tui Na sebagai Upaya Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita di Pustu Munding

Nova Harianti¹, Ruliana Isna Rosida², Yulia Nur Khayati³, Luvi Dian Afriyani⁴

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan,
Universitas Ngudi Waluyo, hariantinova06@gmail.com

²Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan,
Universitas Ngudi Waluyo, ruliana0701@gmail.com

³Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan,
Universitas Ngudi Waluyo, yulia.farras@gmail.com

⁴Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan,
Universitas Ngudi Waluyo, luviqanaiz@gmail.com

Korespondensi Email : hariantinova06@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2024-05-11

Accepted, 2024-06-11

Published, 2024-06-24

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 body weight and head circumference, while development can be seen from motor skills, social, emotional, language skills and cognitive abilities. Children's growth and development is influenced by several factors, one of which is influenced by nutritional status. Efforts to overcome feeding difficulties in toddlers can be done using non-pharmacological methods through tui na massage. Tui na massage is one way to overcome feeding difficulties in toddlers, carried out for 6 consecutive days before eating for 30 minutes with 8 series of massages that can overcome eating difficulties. The aim of this community service is to apply tui na massage as a complementary therapy to overcome feeding difficulties in toddlers. Method: Implementation of activities in the form of tui na massage training for mothers of toddlers using lecture, discussion and practice methods. The conclusion obtained after this community service were the pre – test result of respondents in the good knowledge category (50%) in the poor category (30%) and the post - test result of 100 % of respondents in the good knowledge category. Apart from that, the skills of the posyandu respondents are also in the good category, shown by the evaluation result with a score of (98%).

Abstrak

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. 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 6 hari secara berturut turut sebelum makan selama 30 menit dengan 8 rangkaian pijat yang dapat mengatasi kesulitan makan. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini untuk menerapkan pijat tui na sebagai terapi komplementer untuk mengatasi kesulitan makan pada balita. Metode: Pelaksanaan kegiatan berupa pelatihan pijat tui na pada ibu balita dengan metode ceramah, diskusi dan praktik. Kesimpulan yang didapatkan setelah pengabdian masyarakat ini adalah hasil pre – test responden dalam kategori pengetahuan baik (50%) kategori pengetahuan baik. Selain itu, keterampilan para responden posyandu juga dalam kategori baik ditunjukkan dengan hasil evaluasi nilai (98%).

Pendahuluan

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 juga dipengaruhi oleh pola asuh pemberian makan orang tua. Orang tua yang memberikan jenis makanan yang kurang beragam akan menyebabkan nafsu makan anak menurun. Pemberian makanan yang beragam bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat gizi baik makro maupun mikro dan mencegah kesulitan makan pada balita (Domili et al., 2021).

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 akupuntur (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 Posyandu Di Desa Kenteng sebagai lokasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat kegiatan pijat tuina pada balita tersebut belum pernah dilaksanakan sebelumnya di kelas balita. Sehingga banyak ibu yang belum mengetahui tentang pijat tuina pada balita

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Pustu Munding, Kabupaten Semarang. Pada tanggal 28 Mei 2024 yang dihadiri dengan 10 responden para ibu balita

yang mengikuti posyandu di Pustu Munding, 1 bidan desa, 1 pembimbing lahan praktik, 1 dosen pembimbing, dan 2 mahasiswa. Metode yang digunakan yaitu penyuluhan dan pelatihan pijat tu ina pada balita menggunakan phantom bay. Proses pelaksanaan diawali dengan pre – test menggunakan kuesioner yang terdiri dari 6 pertanyaan dengan pilihan jawaban benar atau salah. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan para ibu tentang pijat tu ina. 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 tu ina dengan benar, sehingga para ibu akan lebih mudah mengingat gerakan – gerakan apa saja yang harus dilewati dalam pijat tu ina Setelah itu para ibu dapat meragakan gerakan pijat tu ina dengan balitanya secara langsung. Para ibu sangat antusias dalam mendengarkan, melihat, dan praktek melakukan pijat tu ina. Tahap akhir yaitu evaluasi gambaran pengetahuan para ibu setelah diberikan penyuluhan menggunakan kuesioner sebagai post – test yang terdiri dari 6 pertanyaan dengan pilihan jawaban benar atau salah, sedangkan untuk evaluasi keterampilan menggunakan checklist dimana perwakilan para ibu mempraktikkan pijat tu ina.

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat tentang pijat tui na sebagai upaya meningkatkan nafsu makan pada balita di Pustu Munding melalui empat tahap. Dari empat tahap tersebut didapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan para ibu anak di posyandu mengenai pijat tui na. Hasil tersebut didapat dari penilaian pre-test dan pos-test menggunakan kuisisioner untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan menggunakan checklist evaluasi untuk menilai keterampilan para ibu.

Tabel 1 Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan para ibu tentang pijat tui na

	Mean	Minimal	Maksimal
Pre	36,00	30,00	50
Post	98,00	80,00	100,00

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil pre-test sebelum diberikan penyuluhan yaitu sebanyak 36, 00 % pada ibu dalam kategori pengetahuan benar dan 50,00 % dalam kategori salah 50,00%, sedangkan hasil post-test setelah diberikan penyuluhan didapatkan hasil 98,00 % pada ibu dalam kategori baik. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada ibu sebelum dan setelah diberikan penyuluhan pijat tui na. Salah satu strategi untuk memperoleh perubahan pengetahuan dan sikap, menurut WHO dengan pemberian informasi dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap sehingga menimbulkan kesadaran yang pada akhirnya orang itu akan memiliki sikap yang sesuai dengan pengetahuannya.

Penentuan metode ini diawali dengan melakukan analisis situasi agar informasi yang akan diberikan dapat diterima dengan baik oleh kelompok masyarakat serta efektif untuk menambah pengetahuan dan ketrampilan terhadap praktik pemijatan tui na pada anak. Keterampilan ibu balita dalam mempraktikkan pijat tui na setelah penyuluhan kesehatan diberikan. Pada akhir sesi ditunjuk perwakilan ibu balita untuk mempraktikkan pijat tui na. Hasil menunjukkan ibu balita sudah mampu melakukan pijat tui na dengan urut dan benar. Selain itu ibu balita di Pustu Munding juga mampu untuk mempersiapkan alat dan bahan sebelum tindakan pijat tui na. Artinya ada peningkatan pengetahuan melalui pemberian informasi dengan penyuluhan, melalui media video dan demostrasi langsung terhadap pengetahuan ibu dalam melakukan teknik pijat tui na sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan nafsu makan pada anak balita.

Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Farmakologi antara lain dengan pemberian multivitamin, dan

micronutrien lainnya. Sedangkan non farmakologi antara lain melalui minuman herbal/jamu, pijat, akupresur, dan akupunktur. Saat ini kebanyakan orang tua mengalami kesulitan dalam mengatasi nafsu makan pada anak, sebatas pemberian multivitamin tanpa memperhatikan penyebab. Hal tersebut akan berdampak negatif jika diberikan dalam jangka waktu yang lama. Dengan mulai berkembangnya teknik pijat tui na yang dilakukan dengan tehnik pemijatan meluncur untuk mengatasi kesulitan makan pada anak balita dengan cara memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan, melalui modifikasi dari akupunktur tanpa jarum, teknik ini menggunakan penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga relatif lebih mudah dilakukan dibandingkan akupuntur (Munjidah Annif, 2015).

Manfaat Pijat tui na Melalui pemijatan aliran darah otot akan meningkat menyebabkan vaso dilatasi otot-otot yang aktif sehingga oksigen dan bahan gizi lain dalam jaringan jumlahnya meningkat dan curah jantung akan meningkat. Kecepatan aliran darah melalui kulit merupakan kecepatan yang berubah-ubah tergantung dari kecepatan kegiatan metabolisme (Hidayanti, 2023).

Apabila Makanan yang masuk kedalam perut tidak segera dicerna, yang berakibat pada stagnasi makanan dalam saluran cerna, keluhan yang disampaikan orang tua pada masalah ini adalah anak sering muntah, mual jika disuapi, dan perut terasa penuh sehingga mengurangi nafsu makan atau bahkan tidak nafsu makan sama sekali. Pijat ini akan memperlancar peredaran darah ke limpa dan pencernaan sehingga dapat meningkatkan nafsu makan balita (Kursani et al., 2020).

Bahwa pemberian pijat tui na sangat dipandang penting untuk diberikan kepada bayi, balita. Berat badan yang meningkat mengindikasikan status gizi yang baik. Status gizi yang baik dapat dicapai bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang adekuat, sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik. Dengan zat gizi yang adekuat dapat memperlancar proses pertumbuhan yang seimbang untuk pengangkutan oksigen dan nutrisi agar sel-sel dapat tumbuh untuk menjalankan fungsinya dengan normal (Fifit & Luvi Dian Afriyani, 2023).

Kesimpulan

Kegiatan pelatihan Pijat Tui na pada Ibu Balita di Pustu Munding, 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 Munding.

Pengabdian masyarakat melalui pelatihan pijat tui na pada ibu di posyandu mendapatkan hasil pre-test responden dalam kategori pengetahuan baik (50%) kategori kurang (30%) dan hasil post-test 100% responden dalam kategori pengetahuan baik. Selain itu, keterampilan para responden posyandu juga dalam kategori baik ditunjukkan dengan hasil evaluasi dengan nilai (98%). Jadi, kesimpulannya adalah adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan pada ibu tentang pijat tui na.

Saran

Saran bagi Perangkat Desa Pustu Munding 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-anak mereka masing-masing, sehingga dapat meningkatkan nafsu makan anak, sehingga 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 tim puskesmas Bergas karena telah membantu dan memfasilitasi penulis dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat,

kepada Bidan Pustu Munding para kader di pustu munding 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 Kesehata*, 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.
- 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.
- Hidayanti, A. N. (2023). the Effect of Tuina Massage on Increasing Appetite in Toddlers in the Working Area of Kapuan Health Center, Blora Regency. *Journal of TSCNers*, 8(1), 2453–2503.
- Ikhsan, M. N. (2019). *Dasar Ilmu Akupresur dan Moksibusi*. Bimaristan Press.
- 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.
- Marimbi, Hanum. (2010). *Tumbuh Kembang, Status Gizi Dan Imunisasi Dasar Pada Balita*. Nuha Medika.
- Sukanta, P. O. (2010). *Akupressur & Minuman untuk Mengatasi Gangguan Kesehatan Reproduksi*. PT Elex Media Komputindo.
- Suryani, & Ba'diyah. (2017). *Asuhan Keperawatan Anak Sehat dan Berkebutuhan Khusus*. Pustaka Baru Press.