

Pemberian Pijatan Tuina Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita Di Klinik Bersalin Angel Hiromi Bumi Sehat Papua Tahun 2023

Tiyan Febriyani Lestari¹, Endah Purwanti Handayani², Hasnia³

^{1,2}Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jayapura, Indonesia

³Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jayapura, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Tiyan Febriyani Lestari

E-mail: tyan.lestari@gmail.com

Abstrak

Permasalahan pertumbuhan yang sering muncul pada balita adalah masalah gizi yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti : hilangnya nafsu makan, gangguan fungsi saluran cerna, dan gangguan proses makanan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan nafsu makan balita dengan metode pijatan tui na. metode yang dilakukan adalah memberikan kuesioner kepada ibu yang membawa balitanya ke Klinik AHBS Papua, kemudian memijat bayi dengan metode tui na selama dua bulan dengan frekuensi 1 minggu 3 kali dan setelah dua bulan maka ibu kembali diberikan kuesioner yang sama untuk menilai nafsu makan balita. Sasarannya adalah ibu-ibu yang memiliki balita yang nafsu makannya berkurang. Hasilnya : Terdapat 8 anak yang mengalami nafsu makan meningkat dan 2 anak mengalami kenaikan berat badan dan tidur pulas sedangkan yang 2 balita masih mengalami kesulitan makan akan tetapi frekuensi tidurnya sudah baik. Kesimpulannya : Pemberian pijat Tui Na sangatlah efektif dalam meningkatkan nafsu makan balita dan membuat balita rileks dan tidur dengan nyenyak

Kata kunci - Balita, Pijat Tui Na, Nafsu Makan

Abstract

Growth problems that often arise in toddlers are nutritional problems that can be caused by several factors such as: loss of appetite, impaired gastrointestinal function, and food process disorders. The purpose of this activity is to increase the appetite of toddlers with the tui na massage method. The method carried out is to give questionnaires to mothers who bring their toddlers to the AHBS Papua Clinic, then massage the babies with the Tui Na method for two months with a frequency of 1 week 3 times and after two months then the mother is again given the same questionnaire to assess the appetite of toddlers. The target is mothers who have toddlers whose appetite is reduced. The result: There were 8 children who experienced increased appetite and 2 children experienced weight gain and deep sleep while 2 toddlers still had difficulty eating but the frequency of sleep was good. In conclusion: Tui Na massage is very effective in increasing the appetite of toddlers and making toddlers relax and sleep soundly

Keywords - Toddler, Tui Na Massage, Appetite

PENDAHULUAN

Stunting merupakan status gizi yang didasarkan pada indeks Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) dengan ambang batas (Z-score) <-2 Standar Deviasi (SD)(Damayanti et al., 2020). Dampak dari stunting tidak hanya dirasakan oleh individu yang mengalaminya tetapi juga berdampak terhadap roda perekonomian dan pembangunan bangsa. Hal ini dikarenakan sumber daya manusia yang stunting memiliki kualitas yang lebih rendah dibandingkan dengan sumber daya manusia normal (Valeriani et al., 2022)

Stunting harus menjadi prioritas karena dampaknya yang sangat luas. Stunting berdampak pada peningkatan risiko kesakitan dan kematian, perkembangan motorik terlambat, dan terhambatnya pertumbuhan mental (Hatijar, 2023), Peningkatan risiko overweight dan obesitas yang terus berlangsung lama akan meningkatkan risiko kejadian penyakit degeneratif (Wulaningsih et al., 2022).

Beberapa faktor penyebab masalah gizi stunting yaitu: faktor keterbatasan penghasilan keluarga (ekonomi), pengetahuan kesehatan akan gizi makanan, jarak Kelahiran, prasangka buruk terhadap makanan tertentu, tradisi pantangan yang merugikan, dan konsumsi makan (Nurlan et al., 2022). Penyebab masalah gizi di perkotaan dan pedesaan bukan karena faktor ekonomi namun didominasi oleh gangguan penyerapan makanan. Selain itu, anak juga sering mempunyai kebiasaan makan buruk yaitu anak sering tidak mau makan atau nafsu makan menurun, sehingga menyebabkan status gizinya menurun dan tumbuh kembang anak terganggu (Alwi et al., 2022).

Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dapat dilakukan dengan cara farmakologi antara lain dengan pemberian multivitamin tanpa memperhatikan penyebab. Hal tersebut akan berdampak negatif jika diberikan dalam jangka waktu yang lama. Dewasa ini telah dikembangkan dari teknik pijat bayi atau sebagai alternatif untuk mengatasi masalah anak kesulitan makan. Pijat sendiri secara definisi berarti sistem pengobatan dengan cara menekan-nekan titik tertentu pada tubuh (meridian) untuk memperoleh efek rangsang pada energi vital atau Chi guna mendapatkan kesembuhan dari suatu penyakit atau untuk meningkatkan kualitas kesehatan. Salah satu teknik pemijatan yang saat ini mulai berkembang adalah teknik pemijatan Tuina dengan salah satu manfaatnya adalah untuk mengatasi masalah nafsu makan yang kurang.)

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan melalui pendekatan yaitu analisis kondisi wilayah sasaran, dilanjutkan identifikasi masalah, merencanakan intervensi dan melaksanakan implementasi dalam mengatasi masalah yang dilakukan dengan melaksanakan kegiatan berupa pemberian Kuesioner berjumlah 10 point terkait penilaian nafsu makan Balita, setelah itu memberikan pemijatan Tuina pada balita sebanyak 12 balita untuk meningkatkan nafsu makan. Setiap bayi dipijat setiap 1 minggu tiga kali selama dua bulan. Setelah dilakukan perlakuan atau pemijatan selama dua bulan maka ibu diberikan kuesioner kembali untuk menilai nafsu makan bayi. Media promosi yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dengan menggunakan leaflet dan praktik langsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyebab umum balita mengalami sulit makan diantaranya adalah hilangnya nafsu makan, gangguan fungsi saluran cerna, dan gangguan proses makanan (Affanin et al., 2023). Penurunan nafsu makan anak yang berlangsung lama dapat menyebabkan pertumbuhan menjadi terlambat. Selain itu balita yang mengalami penurunan nafsu makan juga beresiko menurunnya imunitas sehingga balita mudah sakit. Balita yang sakit cenderung nafsu makannya menurun sehingga asupan nutrisinya berkurang (Rini & Masduki, 2020). Upaya dalam mengatasi masalah kesulitan makan pada balita dapat dilakukan dengan cara non farmakologi maupun farmakologi. Upaya farmakologi dapat dilakukan dengan memberikan multivitamin, penambah nafsu makan, suplemen, susu dan mikronutrien lainnya, sedangkan penanganan dengan metode non farmakologi dapat dilakukan dengan cara memberikan minuman herbal, pijat akupresur dan akupuntur (Setiawati et al., 2020).

Tehnik yang dapat dilakukan pada balita yang mengalami penurunan nafsu makan dan sulit makan yaitu dengan pijat tui na (Dahlia, 2023).

Pijat Tui Na adalah salah satu perawatan yang sangat membantu meringankan masalah gizi pada balita, jika balita mengalami kesulitan makan atau tidak nafsu makan, maka pemberian pijat tui na dapat dilakukan. Metode pijat tuina ini merupakan metode pijat yang dirancang untuk membantu meningkatkan sirkulasi darah melalui bentuk akupuntur sederhana yang dapat dilakukan pada balita tanpa menggunakan jarum suntik, pemijatan ini fokus pada limpa dan sistem pencernaan dengan memberikan tekanan dispanjang titik meridian tubuh atau jalur aliran energi (Himawati & Wigati, n.d.).

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan penulis di klinik AHBS Papua. Terdapat 8 anak yang mengalami nafsu makan meningkat dan 2 anak mengalami kenaikan berat badan dan tidur pulas sedangkan yang 2 balita masih mengalami kesulitan makan akan tetapi frekuensi tidurnya sudah baik hal ini sejalan dengan dengan hasil penelitian Layli, 2020 yang menyatakan bahwa pemijatan tui na dapat mengatasi balita yang rewel saat makan juga balita merasa lebih nyaman dan tidur lebih nyenyak. Hal ini akan memberikan energi bagi balita untuk bermain dan bereksplorasi ketika mereka sudah bangun dan diharapkan dengan pemijatan tui na balita akan merasa cepat lapar ketika mereka lapar maka mereka akan makan lebih banyak. Seiring bertambahnya nafsu makan balita, saraf vegus (cabang sistem saraf otak yang memanjang dari leher dan dada hingga perut) menjadi lebih aktif sehingga mempercepat sistem kerja sel peristaltic yang mendorong makanan sepanjang saluran pencernaan.

Menurut (Ode Sri Kamba Wuna et al., 2023). Pijat Tui na juga efektif dalam menurunkan *picky eater*. Setelah dilakukan pijat tui na maka balita menjadi rileks dan dapat beristirahat dengan efektif dan nafsu makan balita menjadi meningkat. Pemijatan tui na terbukti meningkatkan nafsu makan balita hal ini karena ransangan yang berlebihan pada ujung saraf-saraf yang terdapat pada permukaan kulit akan mengakibatkan permeabilitas membrane sel menipis sehingga akan memudahkan ion natrium dan kalium yang akan merangsang terjadinya apotensial pada otot dan saraf. Potensial yang terjadi pada saraf simpatis dan parasimpatis akan mempengaruhi organ pencernaan akibatnya lambung cepat kosong sehingga balita akan mudah lapar, dan makannya menjadi lahap (Fifit & Luvi Dian Afriyani, 2023)



Gambar 1.
Pijat Tui Na pada Balita

KESIMPULAN

Upaya dalam mengatasi masalah kesulitan makan pada balita dapat dilakukan dengan cara non farmakologi maupun farmakologi. Metode non farmakologi dapat dilakukan dengan cara memberikan minuman herbal, pijat akupresur dan akupuntur. Tehnik yang dapat dilakukan pada balita yang mengalami penurunan nafsu makan dan sulit makan yaitu dengan pijat tui na. setelah dilakukan kegiatan PKM pada 12 Balita terdapat hasil Pemberian pijat Tui Na sangatlah efektif dalam meningkatkan nafsu makan balita dan membuat balita rileks dan tidur dengan nyenyak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ucapkan terimakasih kepada :

1. Bernadikus P Daundy, M.AgrSc, selaku ketua Yayasan Pengembangan Pendidikan dan Pelatihan Masyarakat Papua (TP3MP)
2. Viertianingsih Patungo S.Kep., Ners MSN selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Jayapura
3. Bdn. Susi Lestari, S.ST., M.Keb selaku Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) STIKES JAYAPURA.
4. Pimpinan Klinik Angel Hiromi Bumi Sehat Papua

DAFTAR PUSTAKA

- Affanin, A., Sulistyawati, E., & Mariyam, M. (2023). Penerapan Pijat Tui Na Untuk Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita. *Holistic Nursing Care Approach*, 3(1), 22. <https://doi.org/10.26714/hnca.v3i1.11142>
- Alwi, M. A., Hamzah, H., & Lewa, A. F. (2022). Determinan dan Faktor Risiko Stunting pada Remaja di Indonesia: Literature Review. *Svasta Harena: Jurnal Ilmiah Gizi*, 3(1), 7–12. <https://doi.org/10.33860/shjig.v3i1.1489>
- Dahlia, D. I. P. (2023). *Tui Na Massage, increased appetite, toddlers C.* 27–30.
- Damayanti, E., Ariani, D., & Agustin, D. (2020). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin sebagai Terapi Pendamping bendungan ASI terhadap Skala Pembengkakan dan Intensitas Nyeri Payudara serta Jumlah ASI pada Ibu Postpartum di RSUD Bangil. *Journal of Issues in Midwifery*, 4(2), 54–66. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2020.004.02.1>
- Fifit, K. I. S., & Luvi Dian Afriyani. (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. <https://doi.org/10.35473/jhhs.v5i1.255>
- Hatijar, H. (2023). The Incidence of Stunting in Infants and Toddlers. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(1), 224–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i1.1019>
- Himawati, L., & Wigati, D. N. (n.d.). *Pengaruh Pemberian Tui Na Massage Terhadap Peningkatan Berat Badan Balita Di Desa Selojari the Effect of Providing Tui Na Massage on Increasing the Weight of Toddler in the Village of Selojari.*
- Nurlan, Rachman, M. E., Karim, M., Safei, I., & Syamsu, R. F. (2022). Fakumi medical journal. *Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(5), 359–367.
- Ode Sri Kamba Wuna, W., Andriyani, A., Studi, P. S., dan Profesi Bidan, K., & Pelita Ibu Jl Kampung Baru, Stik. (2023). *Pengaruh Vicarious Learning Tui Na Massage Terhadap Kenaikan Berat Badan Anak Usia 12-47 Bulan The Effect of Vicarious Learning Tui Na Massage on Weight Increase in Children Aged 12-47 Months.* 33(3), 16–23.
- Rini, T. P., & Masduki, M. (2020). Pendidikan karakter keluarga di era digital. *AL-MIKRAJ: Indonesian Journal of Islamic Studies Adn Humanities*, 1(1), 8–18.
- Setiawati, S., Yani, E. R., & Rachmawati, M. (2020). Hubungan status gizi dengan pertumbuhan dan perkembangan balita 1-3 tahun. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(1), 88–95. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i1.1903>

- Valeriani, D., Prihardini Wibawa, D., Safitri, R., & Apriyadi, R. (2022). Menuju Zero Stunting Tahun 2023 Gerakan Pencegahan Dini Stunting Melalui Edukasi pada Remaja di Kabupaten Bangka. *Jurnal Pustaka Mitra (Pusat Akses Kajian Mengabdikan Terhadap Masyarakat)*, 2(2), 84–88. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamitra.v2i2.182>
- Wulaningsih, I., Sari, N., & Wijayanti, H. (2022). Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Tingkat Nafsu Makan Balita Gizi Kurang. *JURNAL EDUNursing*, 6(1), 33–38. <http://journal.unipdu.ac.id>