



PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMBERIAN EDUKASI DAN PELATIHAN TUI NA MASSAGE

Triana indrayani*, Risza Choirunnisa, Vanessa Rizky Ramadhani

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jl. Sawo Manila No.61, Pejaten Barat, Pasar Minggu, Jakarta Selatan, Jakarta 12520, Indonesia

*trianaindrayani@civitas.unas.ac.id

ABSTRAK

Nutrisi sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak, beberapa masalah yang sering muncul salah satunya adalah kurangnya nafsu makan. Stunting adalah salah satu masalah gizi yang disebabkan karena pemenuhan gizi tidak tercukupi dalam jangka waktu yang lama dan akan nampak ketika anak berusia 2 tahun. Stunting dapat dicegah melalui pemberian intervensi secara non farmakologi yaitu Tui Na Massage pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi serta pelatihan pada ibu-ibu yang memiliki anak dengan gangguan nafsu makan yang kurang. Metode yang digunakan yaitu melalui 4 tahap : pendidikan kesehatan, praktek, tanya jawab dan doorprize. Terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata peningkatan berat badan bayi pada kelompok intervensi dan kontrol.

Kata kunci: gangguan nafsu makan; stunting; tui na massage

STUNTING PREVENTION THROUGH TUI NA MASSAGE EDUCATION AND TRAINING

ABSTRACT

Nutrition is very influential on the growth and development of children, some problems that often arise one of which is lack of appetite. Stunting is a nutritional problem caused by insufficient nutrition for a long time and will appear when a child is 2 years old. Stunting can be prevented through the provision of non-pharmacological interventions, namely Tui Na Massage Purpose: This community service aims to provide education and training to mothers who have children with poor appetite disorders. The method used is through 4 stages: health education, practice, question and answer and door prizes. Results of community service: there is a significant difference between the average increase in baby weight in the intervention and control groups.

Keywords: appetite disorders; stunting, tui na massage

PENDAHULUAN

Nutrisi sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak, beberapa masalah yang sering muncul salah satunya adalah kurangnya nafsu makan. Stunting adalah salah satu masalah gizi yang disebabkan karena pemenuhan gizi tidak tercukupi dalam jangka waktu yang lama dan akan nampak ketika anak berusia 2 tahun (Rahmadhita, 2020). Dampak dari stunting akan menyebabkan tumbuh kembang anak terganggu baik perkembangan mental, kecerdasan serta ukuran fisik yang tidak sesuai dengan usia sehingga dapat mempengaruhi kualitas kerja dan produktifitas ekonomi (Letsoin, 2021), selain itu juga menyebabkan menurunnya daya tahan tubuh terhadap penyakit yang akan meningkatkan resiko kesakitan dan kematian (R Susanti et al., 2020).

Pemberian makanan pada anak haruslah kreatif dan variatif sehingga pemenuhan gizi pada anak terpenuhi dengan baik. Asupan nutrisi yang kurang baik dapat mengakibatkan hambatan dalam tumbuh kembang anak (Rahmadhita, 2020). Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan intervensi farmakologi (pemberian suplemen makanan/vitamin) dan non farmakologi (akupresure, herbal, akupuntur) (R Susanti et al., 2020), namun masyarakat yang terkena stunting sebagian besar merupakan kalangan ekonomi rendah yang kurang mampu dalam segi ekonomi (Dalimunthe, 2015). Selain masalah ekonomi kurangnya nafsu makan anak dapat diatasi dengan pemberian terapi non farmakologi seperti stimulasi Tui Na Massage. Metode Tui Na Massage ini adalah metode Non Farmalogi yang mampu mengatasi masalah nafsu makan secara otomatis dapat membantu program pemerintah dalam menurunkan angka kejadian Stunting (Ceria & Arintasari, 2019).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI, No.1109/Menkes/Per/IX/2007). Tui Na Massage termasuk jenis dari terapi komplementer, dimana merupakan terapi konvensional yang bertujuan meningkatkan status kesehatan masyarakat dengan upaya promotive, reventif, kuratif, dan rehabilitative yang diperoleh dari pelatihan keahlian terstruktur dengan kualitas, keamanan, dan efektivitas yang tinggi berlandaskan ilmu pengetahuan biomedik (Argaheni et al., 2022). Tui Na Massage merupakan stimulasi tubuh dengan cara memijat, menggoyang, memutar, menarik, menggesek, meluncur, dan menggetarkan bagian tertentu yang dapat merubah kekuatan tubuh menjadi maksimal (Kristianingrum & Haninggar, 2022). Tui Na Massage adalah teknik pijat yang bertujuan melancarkan peredaran darah di limpa dan pencernaan, melalui perubahan terapi akupuntur, prosedur ini memakai tekanan dalam meridian tubuh atau jalur aliran energi yang umumnya lebih sederhana dilakukan daripada dengan akupuntur (Hidayat et al., 2021), selain itu Tui Na Massage juga meningkatkan kedekatan ibu dan anak, karena pijatan dan sentuhan merupakan bentuk komunikasi yang menggunakan perasaan (SARI, 2021).

METODE

Bahan

1. Matras
2. Lembar observasi
3. Leaflet
4. Kamera
5. Absensi Kehadiran
6. Ballpoint
7. SOP pijat Tuina

Metode

1. Pendidikan Kesehatan (penyuluhan)
Penyuluhan adalah suatu usaha pendidikan non-formal yang dimaksudkan untuk mengajak orang sadar dan mau melaksanakan ide-ide baru. Sesi penyuluhan dengan memberikan leaflet terlebih dahulu lalu memulai materi penyuluhan yang dibawakan oleh mahasiswa. diisi dengan pemberian materi dan membagikan leaflet
2. Praktek (Tui Na Massage)
Pemberian pelatihan pijat tuina yang dilakukan selama 30 menit
3. Tanya Jawa
Tanya Jawab adalah metode mengajar yang memungkinkan terjadinya komunikasi langsung yang bersifat two way traffic sebab pada saat yang sama terjadi dialog antara pemateri dan

penerima materi. Sesi Tanya jawab ini digunakan untuk mengulang kembali materi yang sudah diberikan. Sesi tanya jawab dengan menggunakan metode diskusi aktif.

4. Doorprize

Sesi doorprize ini sekaligus digunakan untuk melakukan evaluasi terhadap kegiatan pengabdian masyarakat ini, 3 pertanyaan telah diberikan dengan 3 hadiah bagi peserta yang dapat menjawab pertanyaan

Responden dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Ibu Yang memiliki Balita Usia 2-3 Tahun, bersedia melakukan Tui Na Massage dan memiliki Balita yang mengalami kesulitan nafsu makan serta Balita yang tidak memiliki kelainan atau penyakit bawaan. Langkah awal yang dilakukan responden adalah mengisi kuesioner kesulitan makan pada balita dan mengambil jumlah sampel pada balita yang mengalami kesulitan makan, kemudian melakukan pengukuran tingkat kesulitan makan pada balita (pre test) jika responden menjawab kuesioner >60% jumlah Ya maka dikatakan sulit makan dan jika menjawab <60% jumlah ya maka tidak dikategorikan sulit makan. Peneliti mencontohkan serta membimbing ibu dan balita cara melakukan pijat Tui Na. Responden mendapatkan SOP Tui Na Massage sebagai panduan untuk melakukan pijat Tui Na secara mandiri di rumah. Kemudian Peneliti Membagikan lembar observasi yang harus di isi oleh ibu pada saat melakukan Tui Na massage di rumah selama 1 minggu. Kelompok kontrol merupakan responden yang hanya mendapatkan leaflet Tui Na Massage, sedangkan kelompok intervensi merupakan kelompok yang diberikan Tui Na massage dan Leaflet. Setelah 1 minggu pemberian intervensi peneliti melakukan (post test) untuk mengetahui tingkat kesulitan makan setelah dilakukan intervensi atau data akhir. Dari data yang telah didapat diolah secara komputerisasi untuk melakukan pengecekan dari hasil penelitian yang didapat. Selanjutna data diolah menggunakan Uji Wilcoxon signed rank test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.

Rata-rata pertambahan berat badan bayi pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan pijat tuina (n=20)

Keterangan	f	Mean BB (kg)	BB Min (kg)	BB Maks (kg)	SD
Kontrol					
Sebelum	20	4,28	3,2	6,1	0,71716
Sesudah	20	4,5	3,4	6,2	0,70113
Experimen					
Sebelum	20	4,695	3,6	6,2	0,70148
Sesudah	20	5,19	4,1	6,6	0,64392

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa terdapat peningkatan pertambahan berat badan bayi dimana sebelum diberikan pijat tuina memiliki rata-rata 4,6950 kg, setelah diberikan pijat tuina ditemukan rerata 5,1900 kg, berat badan awal bayi pada kelompok ibu yang tidak diberikan pijat tuina memiliki rata-rata 4,2800 kg. Setelah hari ke 14 berat badan bayi memiliki rerata 4,5000 kg.

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil nilai p value = 0,000 < 0,05 artinya ada perbedaan rata-rata pertambahan berat badan bayi pada kelompok eksperimen sebelum dengan sesudah pijat tuina. pada kelompok kontrol p value = 0,000 < 0,05 artinya ada perbedaan rata-rata pertambahan berat badan bayi pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah penelitian.

Tabel 2.

Analisis pertambahan berat badan bayi pada kelompok eksperimen (n=20)

Kelompok	f	Mean BB (kg)	SD	p value
Eksperimen				
Pre	20	4,695	0,70148	0,000
Post	20	5,190	0,64392	
Kontrol				
Pre	20	4,280	0,71716	0,000
Post	20	4,500	0,70113	

Tabel 3.

Analisis rata-rata pertambahan berat badan bayi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (n=20)

Kelompok	f	Mean BB (kg)	SD	P value
Eksperimen	20	0,4900	0,08522	0,000
Kontrol	20	0,2200	0,06959	

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil, rata-rata kenaikan BB bayi menggunakan independent T test terlihat bahwa nilai p value = 0,000, artinya ada perbedaan rata-rata pertambahan berat badan bayi pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Pada kelompok eksperimen terlihat mean nya lebih besar dari pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan dengan nilai 0,4900 kg > 0,2200 kg.

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa hasil sebelum diberikan pijat tuina memiliki nilai mean 4,6950 kg dan sesudah diberikan pijat tuina 5,1900 kg dengan selisih mean 0,4950 kg. Adanya peningkatan berat badan bayi yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa Pijat menyebabkan bayi lebih rileks dan dapat beristirahat dengan efektif. Bayi yang tidur dengan efektif ketika bangun akan membawa energy yang cukup untuk beraktivitas. Dengan aktivitas yang optimal, bayi akan cepat lapar sehingga nafsu makannya meningkat. Peningkatan nafsu makan ini juga ditambah peningkatan aktivitas nervus vagus (system saraf otak yang bekerja untuk daerah leher ke bawah sampai dada dan rongga perut) dalam menggerakkan sel peristaltic (sel disaluran pencernaan yang menggerakkan saluran dalam pencernaan) untuk mendorong makanan ke saluran pencernaan. Dengan demikian, bayi lebih cepat lapar atau ingin makan karena pencernaannya semakin lancar (Samiasih et al., 2020). Pemijatan dapat meningkatkan gerak peristaltik. Gerak peristaltik menurut Thibadeau dan Patton dalam bukunya “Anatomy dan Physiology” adalah semacam gelombang dan kontraksi teratur saluran menuju lambung yang menggerakkan bahan makanan agar dapat berproses dalam saluran pencernaan.

Berdasarkan tabel 2 Pertambahan berat badan pada kelompok kontrol tidak terlalu signifikan dibandingkan dengan kelompok eksperimen. Dari hasil pengukuran berat badan pertama nilai mean 4,2800 kg dan naik menjadi 4,5000 kg dengan selisih 0,2200 kg. Berdasarkan teori kecepatan tumbuh kembang setiap anak berbeda-beda. Asalkan berat badan dan tinggi badan bayi masih sesuai dengan acuan pertumbuhan. Panduan kenaikan berat badan bayi normal dari baru lahir sampai usia 6 bulan yaitu berat badannya akan naik sekitar 140 sampai 200 gram per minggu (Wahyuni et al., 2020). Untuk mengatasi peningkatan BB pada balita banyak terapi yang

digunakan, Tui Na Massage merupakan salah 1 alternatif yang yang efektif dan ekonomis karena tidak membutuhkan banyak alat dan bahan.

Berdasarkan tabel 3 hasil pengukuran berat badan bayi didapatkan hasil pada kelompok eksperimen mean sebelum 4,690 kg dan sesudah 5,1900 kg pada kelompok kontrol sebelum 4,2800 kg dan sesudah 4,5000 kg dengan nilai p value $0,000 < 0,05$. Sedangkan untuk rata-rata kenaikan BB pada kelompok eksperimen sebesar 0,4900 dan kelompok kontrol 0,2200 kg, dengan p value $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa pemberian pijat tuina efektif untuk meningkatkan berat badan bayi. Tui Na Massage merupakan salah 1 solusi untuk mencegah terjadinya stunting yang menimbulkan efek negative terhadap kemampuan kognitif pada anak, seperti rendahnya IQ dan kurangnya hasil prestasi akademik, selain itu dampak yang sangat nampak adalah kegagalan dalam bertumbuh dan berkembang, sesuai dengan hasil penelitian yang didapatkan bahwa anak yang mengalami *Stunting* memiliki resiko 4x mengalami ketidak normalan dalam perkembangan dibandingkan anak yang normal (Faridi et al., 2022).

Berdasarkan hasil intervensi yang dilakukan pijat tui na yang dilakukan selama 7 hari berturut-turut dengan 12 gerakan, efektif meningkatkan berat badan bayi. Dalam penatalaksanaan kesulitan makan dapat dilakukan dengan cara Farmakologi dan Non Farmakologi . terapi farmakologi dengan pemberian multivitamin pada balita tetapi dapat berdampak buruk bagi Kesehatan jika dikonsumsi dalam jangka waktu yang lama. Terapi non farmakologis bisa melalui minuman herbal/jamu, pijat akupresure dan akupuntur salah satunya terapi pijat tui na (Munjidah, 2015). Menurut penulis dari hasil Tui Na Masage sangat efektif untuk mencegah stunting dengan meningkatkan nafsu makan pada balita dikarenakan pijatan yang digunakan jari, tangan, siku, lutut atau kaki untuk memberikan tekanan pada lokasi tubuh tertentu. Tui Na Massage bermanfaat untuk membantu proses tumbuh kembang anak baik secara mental, fisik dan sosial serta memberikan rangsangan positif, melancarkan saraf-saraf sehingga menjadikan tubuh menjadi rileks.

SIMPULAN

Rata-rata peningkatan berat badan bayi pada kelompok eksperimen sebelum diberikan pijat tuina mean 4,6950 kg dan sesudah diberikan pijat tuina 5,1900 kg dengan selisih mean 0,4950 kg. Rata-rata peningkatan berat badan bayi pada kelompok kontrol 4,2800 kg naik menjadi 4,5000 kg dengan selisih 0,2200 kg. Pemberian pijat tuina efektif meningkatkan berat badan bayi. Terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata peningkatan BB bayi eksperimen 0,4900 kg dan kelompok kontrol 0,2200 kg dengan p value $0,000 < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Argaheni, N. B., Astuti, E. D., Azizah, N., Winarsih, W., Putri, N. R., Yuliani, M., Mahardany, B. O., Noflidaputri, R., Sebtalezy, C. Y., & Santi, M. Y. (2022). Asuhan Kebidanan Komplementer. Yayasan Kita Menulis.
- Ceria, I., & Arintasari, F. (2019). PENGARUH PEMBERIAN PIJAT TUI NA DENGAN BERAT BADAN ANAK BALITA | Farida Arintasari | Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu. <https://Prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/view/240>
- Dalimunthe, S. M. (2015). Gambaran Faktor-Faktor Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan di Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2010 (Analisis Data Sekunder Riskesdas

- 2010) [BachelorThesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, 2015]. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/37993>
- Faridi, A., Putri, N. R., Hutomo, C. S., Rahmaniah, R., Angkat, A. H., Rasmaniar, R., Nasution, E., Maghfiroh, K., & Rahmi, U. (2022). Gizi dalam Daur Kehidupan. Yayasan Kita Menulis.
- Hidayat, T., Triana, N. Y., & Utami, T. (2021). Pengaruh Pijat Tui Na terhadap Nafsu Makan pada Balita: Literature Review. Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 1321–1330.
- Kristianingrum, D. Y., & Haninggar, R. D. (2022). Pencegahan Stunting Dengan Tui Na Massage. Masyarakat Mandiri Dan Berdaya, 1(2), Article 2.
- Letsoin, T. V. E. (2021). Literature Review : Hubungan Keragaman Pangan Dan Pola Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita.
- Munjidah, A. (2015). Efektifitas Pijat Tui Na Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita Di Rw 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya | Journal of Health Sciences. <https://journal2.unusa.ac.id/index.php/JHS/article/view/204>
- R Susanti, D., Widowati, R., & Indrayani, T. (2020). The Effectiveness Of Tui Na Massage On Difficulties Of Eating In Children 1-3 Years Age In South Tangerang City In 2020 | Health Media. <https://journal.urbangreen.co.id/index.php/healthmedia/article/view/49>
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya | Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada. <https://akper-sandikarsa.e-journal.id/jiksh/article/view/253>
- Samiasih, A., Nuryati, S., Margaretta, T., Pawestri, & Hartiti, T. (2020). Modul Pijat Tui Na pada Anak (1st ed., Vol. 1). <http://repository.unimus.ac.id/4048/1/Modul%20PIJAT%20TUINA%20full%20small.pdf>
- SARI, M. (2021). Penerapan Pijat Tuina Untuk Menambah Nafsu Makan Pada Balita Terhadap An. M Di Pmb Siti Rusmiati Lampung Selatan Tahun 2021 [Diploma, Poltekkes Tanjungkarang]. <https://doi.org/10.10.%20BAB%20VI.pdf>
- Wahyuni, F., Purwana, R., & Gusharni Matondang, D. (2020). Hubungan Lama Mengikuti Baby Spa Dengan Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan Di Yayasan Ibu Sejati Mandiri Kecamatan Tuntungan Kompleks Medan Permai Kota Medan Tahun 2018 | Jurnal Kebidanan Kestra (JKK). <https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JKK/article/view/343>.