

PENGARUH PEMBERIAN PIJAT TUI NA DENGAN BERAT BADAN ANAK BALITA

THE INFLUENCE OF TUI NA MASSAGE WITH WEIGHT OF CHILDREN

Inayati Ceria^{1*}, Farida Arintasari²

^{1,2} Prodi D III Kebidanan Universitas Respati Yogyakarta

¹*inacerya2@gmail.com, ²faridaarintasari@gmail.com

***penulis korespondensi**

Abstrak

Salah satu faktor terjadinya masalah gizi karena kurangan asupan nutrisi. Masa Balita merupakan masa periode emas pada pertumbuhan dan perkembangan. Masalah yang sering dihadapi adalah masa anak mengalami susah makan dan memilih makanan. Orang tua banyak menggunakan cara komplementer untuk mengatasi masalah ini yaitu dengan pijat. Pijat tui na susah makan merupakan salah satu teknik pijat untuk mengatasi kesulitan makan pada balita. Untuk melihat pengaruh pemberian pijat tuina dengan berat badan anak balita. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *Quasy Eksperiment pre post test*. Pengambilan sampel *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji t dependent. Hasil uji statistik *t-dependent* menunjukkan berat badan anak balita sebelum dilakukan pijat tui na sebesar 11,62 kg dan setelah pijat tui na 11,81 kg, perbedaan sebesar 0,18 kg atau 180 gram dengan standar deviasi 0,164 dengan p value = 0,000. Terdapat pengaruh yang signifikan pemberian pijat tui na dengan berat badan anak balita sebelum dan sesudah pijat tui na. Pijat tui na mampu meningkatkan berat badan balita secara signifikan.

Kata kunci : pengaruh ; pijat tui na ; anak balita

Abstract

One factor is the occurrence of nutritional problems due to lack of nutrient intake. Toddler is a golden period of growth and development. The problem often faced is when the child has difficulty eating and choosing food. Many parents use a complementary way to overcome this problem by massage. Massage tui na difficult to eat is one of the massage techniques to overcome the difficulty of eating in toddlers. To see the effect of giving tuina massage with a toddler's body weight. This type of quantitative research with the design of Quasy Experiment pre-post test. Purposive sampling. Data analysis using t dependent test. The results of the t-dependent statistical test showed the weight of a toddler before tui na massage was 11.62 kg and after massage tui na 11.81 kg, a difference of 0.18 kg or 180 grams with a standard deviation of 0.164 with p value = 0.000. There is a significant influence in giving tui na massage with toddler body weight before and after tui na massage. Tui Na massage can significantly increase a toddler's weight.

Keywords: influence; tui na massage; toddler

1. PENDAHULUAN

Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 prevalensi gizi kurang di Indonesia sebesar 17,7% dan stunting sebesar 30,8%. Kekurangan gizi dapat berakibat buruk terhadap kesehatan terutama pertumbuhan dan perkembangan anak. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian gizi kurang antara lain faktor langsung dan tidak langsung. Faktor yang langsung berpengaruh antara lain kurangnya asupan nutrisi dan penyakit infeksi. Faktor tidak langsung yang mempengaruhi antara lain kurangnya ketahanan pangan keluarga, kurangnya pengetahuan orang tua berkaitan pola pengasuhan, kurangnya pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan (Andriani, 2016)^[1].

Usia 1-5 tahun merupakan kelompok usia rentan gizi. Asupan nutrisi yang tidak adekuat pada lima tahun pertama dapat berakibat gangguan pertumbuhan, perkembangan baik fisik, mental dan otak yang bersifat *irreversible* (Wirandoko, 2007)^[2]. Salah satu faktor risiko gizi kurang pada balita adalah perilaku makan. Perilaku makan dapat menggambarkan ketertarikan pada makanan, keinginan untuk makan, perasaan untuk makan, kecepatan saat makan dan pemilihan jenis makanan baru (Wardle et al, 2001)^[3]

Pengobatan komplementer sekarang banyak menjadi pilihan terapi alternative. Pengobatan komplementer merupakan pengobatan non konvensional yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, melalui upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang diperoleh melalui pendidikan terstruktur dengan kualitas, keamanan, dan efektivitas yang tinggi berlandaskan ilmu pengetahuan biomedik (Peraturan Menteri Kesehatan RI, No.1109/Menkes/Per/IX/2007)^[4]. Pijat merupakan salah satu terapi komplementer yang banyak dipilih orang tua. Menurut Kenny (2014)^[5], Pijat oleh tenaga profesional dapat untuk mencapai kesehatan dan kesejahteraan yang positif (fisik, hasil fungsional, dan psikologis) bagi tubuh. Menurut Roesli (2013)^[6], terapi sentuhan (pijat) dapat memberikan efek positif secara fisik antarlain kenaikan berat badan.

Pijat Tui Na merupakan teknik pijat yang lebih spesifik untuk mengatasi kesulitan makan pada balita dengan cara memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan (Sukanta, 2010)^[7]. Sentuhan pijatan ibu merupakan bentuk komunikasi yang juga dapat membangun kedekatan orang tua dan anaknya. Anak yang dipijat dengan perasaan bahagia akan mendapatkan manfaat pijat secara maksimal. Penelitian Munjidah (2015)^[8] dan Maria (2016)^[9] membuktikan bahwa Pijat Tui Na yang rutin dilakukan oleh orang tua dapat menjadi stimulasi yang dapat berdampak meningkatkan nafsu makan pada anak balita sehingga berat badan akan meningkat. Penelitian Gao L (2018)^[10] dengan metode meta-analisis untuk mengevaluasi pengaruh terapi pijat (pijat atau tuina atau manipulasi) dengan hasil terapi pijat secara signifikan lebih baik daripada farmakoterapi dalam mengobati anoreksia pada anak-anak.

2. DASAR TEORI /MATERIAL DAN METODOLOGI/PERANCANGAN

2.1. Dasar Teori

Pijat merupakan terapi tertua dan terpopuler yang dikenal manusia. Pijat pada dasarnya berfingsi membuat rileks dan meredakan atau menyembuhkan sakit meskipun penyembuhannya secara bertahap. Tui Na merupakan salah satu terapi dari Cina yang berarti meraih dan menekan, meskipun pelaksanaannya juga mengurut, meremas, menguyek, menggetarkan. 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, melalui modifikasi dari akupunktur tanpa jarum, teknik ini menggunakan penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga relatif lebih mudah dilakukan dibandingkan akupunktur (Sukanta, 2010)^[7].

Metode pijat tui na aman dilakukan, anak akan merasakan rileks, nafsu makan bertambah, dan pemenuhan serta penyerapan gizi di tubuh anak bisa maksimal. Jika anak kurang gizi akan berpengaruh terhadap pertumbuhannya, mulai dari turunnya kecerdasan, berat dan tinggi badan yang kurang, serta sulit beraktivitas. Langkah-Langkah Pijat Tui Na Pijat Tui na hanya boleh dilakukan 1 kali dalam sehari selama 6 hari berturut-turut. Pijat tui na bisa dipraktekkan di rumah secara mandiri. Langkah-langkah pijat tui na antara lain :

1) Posisi anak tengkurap :

- a) Melakukan pijatan menggunakan 2 jari di kiri dan kanan pada daerah tulang belakang dari atas ke bawah, diulang sebanyak 5 kali.
- b) Mengurut pada tilang scapula (enthong-enthong) kanan dan kiri, dilanjutkan mengurut kanan dan kiri tulang belakang masing-masing diulang sebanyak 5 kali

2) Posisi anak miring :

- a) Miring Kiri untuk memijat kaki kiri sebelah dalam, dimulai dari belakang mata kaki, naik keatas sampai lipatan lutut sebanyak 5 kali. Lanjutkan mengurut ke atas sebanyak 5 kali.
- b) Miring kanan untuk memijat kaki kanan, dimulai dari belakang mata kaki, naik keatas sampai lipatan lutut sebanyak 5 kali. Lalu dilanjutkan dengan mengurut ke atas sebanyak 5 kali.

3) Posisi anak berbaring terlentang :

- a) Menekuk kaki kiri lalu menekan dan diputar (diuyek) pada titik lambung 36 yang terletak 4 jari di bawah pojok tulang bawah tempurung lutut sebelah luar sebanyak 40 kali. Titik ini berfungsi mengatasi gangguan pencernaan, susah BAB, perut kembung, nyeri lambung dan untuk meningkatkan daya tahan tubuh.
- b) Menekuk kaki kanan lalu menekan dan diputar (diuyek) pada titik lambung 36 yang terletak 4 jari di bawah pojok tulang bawah tempurung lutut sebelah luar sebanyak 40 kali

4) Memijat daerah tangan kanan dan kiri sebelah dalam :

- a) Memijat yang dimulai dari lipatan siku kearah bawah hingga pergelangan tangan sebanyak 5 kali
- b) Menekan putar (uyek) sebanyak 40 kali yang terletak 3 jari di atas pergelangan tangan bagian tengah, yang berfungsi untuk menenangkan emosi.
- c) Mengurut dari atas ke bawah (dari lipatan siku ke arah batas pergelangan tangan) sebanyak 5 kali.
- d) Menekan putar (uyek) pada daerah usus besar, yang terletak di punggung tangan pada tempat yang paling tinggi jika ibu jari dan jari telunjuk dirapatkan sebanyak 40 kali. Berfungsi untuk melonggarkan daerah lambung, melancarkan penyaluran makanan dan pembuangan.

Ketentuan pijat ini 1 set terapi sama dengan 1 x protokol terapi per hari, selama 6 hari berturut-turut, bila perlu mengulang terapi beri jeda 1-2 hari dan pijat salah satu sisi tangan saja, tidak perlu kedua sisi, jangan paksa anak makan karena akan

menimbulkan trauma psikologis. berikan asupan makanan yang sehat, bergizi dan bervariasi.

2.2. Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *quasy Eksperiment* dengan *pre test dan post test*. Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 9-17 September 2019. Tempat penelitian di Wilayah Puskesmas Depok I Sleman Yogyakarta, lokasi di Posyandu Dusun Karangnongko. Sampel dalam penelitian ini adalah anak balita usia 1-5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Depok 1 Sleman Yogyakarta. Teknik Pengambilan sampel secara purposive sampling. Jumlah sampel 30 anak balita. Kriteria inklusi yaitu :

- a. Balita berusia 1-5 tahun
- b. Status gizi BB/U Normal
- c. Tidak sedang sakit berat

Variabel bebas pada penelitian ini adalah pijat Tui Na. Variabel tergantung pada penelitian ini adalah Berat Badan anak balita. Definisi Operasional Penelitian sebagai berikut:

- a. Pijat Tui Na : Tehnik pemijatan dengan titik refleksi yang tefokus pada titik pijat titik meridian limfa dan lambung pada tangan, kaki dan punggung yang bertujuan untuk menormalkan sistem pencernaan dan metabolisme tubuh. Penilaian a. Rutin dilakukan : bila dilakukan selama 6 hari berturut-turut dengan 8 gerakan. b. Tidak rutin dilakukan : bila tidak dilakukan < 6 hari berturut-turut atau tidak dengan 8 gerakan. Skala ordinal
- b. Berat Badan Anak Balita : Massa tubuh anak balita yang diukur menggunakan timbangan digital dengan satuan kilogram. Skala rasio.

Penelitian diawali dengan menjelaskan dan meminta persetujuan *inform consent*. Tahap awal melakukan pre test dengan mengukur berat badan anak balita kelompok eksperimen secara langsung dan memberikan kuesioner singkat berisi kebiasaan makan anak balita. Peneliti melakukan pertemuan dengan ibu balita kelompok eksperimen untuk memberikan informasi dan mengajari langkah-langkah pijat Tui Na sampai ibu benar melakukan. Ibu balita mendapatkan lembar observasi dalam melakukan pijat Tui Na 1 kali/hari selama 1 kali protokol (6 hari berturut-turut). Tidak boleh memaksa anak makan, tetapi berikan anak asupan makan sehat, bergizi, dan bervariasi. Tahap post test peneliti mengukur kembali berat badan anak balita kelompok eksperimen secara langsung.

Analisis data dilakukan dengan analisis Univariat dan Bivariat.

1. Univariat. Melihat distribusi frekuensi dari karakteristik responden yang meliputi umur, jenis kelamin, kebiasaan makan, riwayat sakit dan variabel Berat Badan Balita dan Pijat Tui Na.
2. Bivariat. Melihat Kenaikan BB pre dan post pijat Tuina pada kelompok eksperimen. Sebelumnya melakukan uji normalitas data. Apabila data normal uji statistik menggunakan Uji T Berpasangan atau uji *t dependent*. Bila Tidak Normal menggunakan Uji Wilcoxon. Dalam penelitian ini hasil uji normalitas data menunjukkan data berdistribusi normal, sehingga menggunakan uji *t dependent*.

3. PEMBAHASAN

3.1. Analisis Univariat

Tabel. 3.1
Karakteristik Responden

Karakteristik	Persentase (%)
Jenis Kelamin	
Laki-laki	47
Perempuan	53
Umur	
1-3 Tahun	66,67
3-5 Tahun	33,33
Masalah Makan	
Ya	56,7
Tidak	43,3
Riwayat Sakit (3 bln)	
Sakit	73,3
Tidak sakit	26,7

Berdasarkan karakteristik responden dapat dilihat bahwa separoh responden mempunyai masalah makan sebesar 56,7 %. Masa Balita merupakan masa rentan anak mengalami masalah atau gangguan makan seperti pilih-pilih makanan atau sulit makan. Anak yang kurang asupan akan menjadikan daya tahan tubuh menurun. Akibat daya tahan tubuh menurun menyebabkan anak mudah sakit. Sebagian besar responden dalam 3 bulan mengalami sakit seperti batuk, pilek, panas, diare, Infeksi Saluran kencing (ISK).

Tabel. 3.2
Berat Badan Sebelum dan sesudah

Berat Badan	n	Mean	Min	Max	Std. Dev
Sebelum	30	11,62	7,8	17,90	2,44
Sesudah	30	11,81	7,9	18,10	2,45

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan rata-rata berat badan responden sebelum (pengukuran pertama) dan sesudah (pengukuran kedua) menunjukkan ada peningkatan berat badan. Hal ini dapat dilihat pada tabel 3.2 dimana rata-rata berat badan anak balita pada pengukuran pertama 11,62 kg menjadi 11,81 kg pada pengukuran kedua. Berat badan merupakan salah satu ukuran antropometri yang terpenting karena digunakan untuk memeriksa kesehatan anak pada semua kelompok umur. 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 (Irva dkk, 2014)^[11].

Tabel. 3.3
Pelaksanaan Pijat Tui Na

Variabel	n	Persentase
Kelompok Intervensi Pijat Tuina		
Rutin	26	86,67 %
Tidak Rutin	4	13,33 %
Total	30	100 %

Hasil penelitian pada kelompok intervensi atau mendapatkan perlakuan pijat tuina sebanyak 30 responden. Sebagian besar responden melakukan pijat tuina dengan rutin selama 7 hari sebesar 86,67 %. Hasil ini menunjukkan antusiasme/ kemauan dari orang tua

yang cukup baik dengan harapan berat badan balita meningkat dengan dilakukan pemijatan. Orang tua responden yang tidak melakukan pijat tui na dengan rutin sebanyak 13,33%. Alasan tidak melakukan pijat tuina dengan rutin dikarenakan anak tidak terbiasa di pijat, sehingga baru dilakukan pemijatan beberapa langkah anak sudah menolak.

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, melalui modifikasi dari akupunktur tanpa jarum, teknik ini menggunakan penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga relatif lebih mudah dilakukan dibandingkan akupunktur (Sukanta, 2010)^[7]. Langkah dalam pemijatan tuina ini relatif lebih mudah dilakukan, sehingga memudahkan orang tua dapat memijat anaknya secara mandiri agar anak tidak menangis atau trauma di pijat oleh orang lain. Penelitian yang dilakukan Munjidah (2015)^[8] dan Maria (2016)^[9] menunjukkan Pijat Tui Na yang rutin dilakukan oleh orang tua dapat menjadi stimulasi yang dapat berdampak meningkatkan nafsu makan pada anak balita sehingga berat badan akan meningkat

3.2. Analisis Bivariat

Tabel 3.4
Distribusi Rata-Rata Berat Badan Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi Pijat Tuina pada Kelompok Intervensi

Variabel	Mean	SD	SE	p-value	n
Berat Badan					
Sebelum	11,62	2,44	0,44	0,000	30
Sesudah	11,81	2,46	0,45		

Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok intervensi (mendapatkan pijat tuina) menunjukkan rata-rata berat badan responden pada kelompok intervensi 11,62 kg dengan standar deviasi 0,44 kg, sedangkan rata-rata berat badan pengukuran sesudah intervensi sebesar 11,81 kg dengan standar deviasi 0,45 kg. Terlihat nilai mean perbedaan antara BB sebelum dan sesudah adalah 0,18 kg dengan standar deviasi 0,164. Hasil uji statistik menggunakan paired sample test menunjukkan ada perbedaan yang signifikan kenaikan berat badan sebelum dengan berat badan sesudah dilakukan pijat tuina dengan nilai p-value 0,000. Berat badan pada kelompok intervensi menunjukkan sebagian besar mengalami kenaikan berat badan. Hasil wawancara dengan orang tua menunjukkan setelah dilakukan pemijatan nafsu makan balita meningkat dengan sangat baik. Responden kelompok intervensi dengan berat badan tidak naik sebanyak 3 responden. Hasil identifikasi menunjukkan 1 responden mengalami sakit demam dan 2 tidak rutin melakukan pijat tuina.

Pijat Tui Na menggunakan tehnik pijat pada titik-titik tubuh untuk meningkatkan nafsu makan yang tefokus pada titik pijat untuk menormalkan sistem pencernaan dan metabolisme tubuh yang berada di kaki, tangan dan punggung. Pijat tuina membantu menguatkan titik pada lambung dan limfa sehingga efek yang ditimbulkan nafsu makan meningkat yang akan berpengaruh pada kenaikan berat badan. Penelitian (Gao L, 2018)^[10] dengan meta analisis mengevaluasi kemanjuran terapi pijat (pijat atau tuina atau manipulasi) dengan kesimpulan bahwa terapi pijat secara signifikan lebih baik daripada farmakoterapi dalam mengobati anoreksia pada anak-anak. Hal penting yang dapat dicapai dari keefektifan pijat Tui Na sebagai cara efektif mengatasi permasalahan gizi pada anak, berat badan anak akan normal sesuai umur dan menurunkan angka gizi kurang pada anak balita. Penelitian Munjidah (2015)^[8] menunjukkan pijat Tui Na efektif mengatasi kesulitan makan pada balita dengan nilai p 0,009.

4. KESIMPULAN

- 4.1. Karakteristik responden sebagian besar perempuan, berumur 1-3 tahun, mengalami masalah makan dan dalam 3 bulan pernah sakit.
- 4.2. Rata-rata berat badan responden pada pengukuran pertama 11,62 kg dan 11,81 kg pengukuran kedua
- 4.3. Sebagian besar responden (86,67%) melaksanakan pijat tuina dengan rutin.
- 4.4. Hasil uji statistik menggunakan uji *t dependent* menunjukkan ada pengaruh signifikan kenaikan berat badan responden sebelum dan sesudah dilakukan pijat tui na dengan nilai $p = 0,000$.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Adriani, M., Wirjatmadi, B. 2016. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : Kencana.
- [2] Wirandoko, H., I.2007. Determinan Status Gizi Anak Usia 2-5 Tahun di Puskesmas Tlogosari Wetan, Kecamatan Pedurungan, Semarang. Tesis. Universitas Diponegoro.
- [3] Wardle J, Guthrie CA, Sanderson S, Rapoport L. Development of the children's eating behavior questionnaire. *J Child Psychol Psciat* 2001.
- [4] Peraturan Menteri Kesehatan RI, No 1109/Menkes/per/IX/2007 tentang penyelenggaraan pengobatan komplementer-alternatif di fasilitas pelayanan kesehatan .
- [5] Kenny, C.,W. 2014. The Effectiveness of Massage Therapy A Summary of EvidenceBased Research. <https://www.researchgate.net/publication/229429563> diakses 28 Agustus 2018
- [6] Roesli, U., 2013. Pedoman Pijat Bayi. Trubus Agriwidya, Jakarta 12. Irva dkk (2014). Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. *JOM PSIK* Vol I No 2 Oktober 2014
- [7] Sukanta, P. Okta. 2010. Pijat Akupresur Untuk Kesehatan. Penebar Plus. Jakarta
- [8] Munjidah, A. 2015. Efektifitas Pijat Tui Na Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita Di Rw 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, Vol. 8, No. 2, Agustus 2015, hal 193-199.
- [9] Maria, D. 2016. Modifikasi Tindakan : Pijat Tui Na dan Coaching pada Keluarga Menurunkan Status Resiko Gizi Kurang Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta* Volume 3, No 2(2016).
- [10] Gao L, Jia CH, Ma SS, Wu T. Pediatric massage for the treatment of anorexia in children: A meta- analysis. *World J Tradit Chin Med* 2018;4:96- 104.
- [11] Irva, dkk. 2014. Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. *JOM PSIK* Vol I No 2 Oktober 2014.