

## Efektifitas Pijat Bayi Sehat dan Pijat Tuina Terhadap Perilaku Makan Anak Balita Usia 1-3 Tahun dengan Gizi Kurang

### *The Effectiveness of Healthy Baby Massage and Tuina Massage on The Eating Behavior of Toddlers Age 1-3 Years with Malnutrition*

Mei Lia Nindya Zulis Windyarti<sup>1</sup>, Anny Martanti<sup>2</sup>, Dyah Ayu Wulandari<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Keperawatan, Universitas Karya Husada Semarang, Kota Semarang, Indonesia

Email Korespondensi: meilia@stikesyahoedsmg.ac.id

#### Article Info

##### Article History

Submitted, 2023-03-28

Accepted, 2023-09-14

Published, 2023-09-25

Keywords: Eating Behavior, Healthy Baby Massage, Tuina Massage

Kata Kunci : Pijat Bayi Sehat, Pijat Tui na, Perilaku makan, Gizi Kurang

#### Abstract

Tui Na massage is a more specific massage technique for dealing with feeding difficulties in infants by increasing blood circulation in the spleen and digestion, through a modification of acupuncture without needles, this method uses emphasis on the body's meridian points or energy flow lines so that relative easier to try than acupuncture. Objective: To find out the effectiveness of healthy baby massage and tuina massage on the eating behavior of infants aged 1-3 years with malnutrition. Quasy experimental research with the design of One Group Pre and Post Test Whit Control Group. The population is infants aged 1-3 years with malnutrition in the UPTD Keling 2 Jepara Health Center as many as 108 people. Sampling using purposive sampling as many as 30 respondents for each group. The results of the Paired T-Test showed that there was an effect of Tui na Massage on the Eating Behavior of Children Aged 1-3 Years with Malnourishment at the Keling 2 Health Center, Jepara Regency with a p-value of 0.000 < 0.05. Tui na Massage affects the Eating Attitudes of Children Aged 1-3 Years with Malnourishment. It is recommended that midwives to take advantage of Tui na massage as a non-pharmacological procedure to improve the eating behavior of infants with malnutrition.

#### Abstrak

Pijat Tui Na ini ialah tehnik pijat yang lebih khusus buat menangani kesusahan makan pada bayi dengan metode memperlancar peredaran darah pada limpa serta pencernaan, lewat modifikasi dari akupunktur tanpa jarum, metode ini memakai penekanan pada titik meridian badan ataupun garis aliran tenaga sehingga relatif lebih gampang dicoba dibanding akupunktur. Guna Mengetahui Efektifitas Pijat Bayi Sehat serta Pijat Tuina Terhadap Perilaku Makan Anaka Bayi Umur 1- 3 Tahun Dengan Gizi Kurang. Metode: Jenis riset quasy eksperimen dengan desain One Group Pre serta Post Test Whit Control Group. Populasi merupakan bayi umur 1- 3 tahun



kognitif, kendala kecemasan, serta pada kondisi yang lebih parah bisa jadi keadaan yang mengancam hidup (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Upaya untuk menanggulangi permasalahan kekurangan gizi dapat dilakukan dengan 2 metode yaitu farmakologi dan non farmakologi ataupun komplementer. Beberapa metode farmakologi yang dapat diberikan yaitu dengan pemberian multivitamin, PMT untuk bayi ataupun berkonsultasi dengan tenaga medis sehingga bayi memperoleh tambahan gizi yang sesuai. Selain itu metode non farmakologi yang dapat diberikan yaitu pemberian pijat, akupunktur maupun akupressur (Agrifina, 2021; Anggraeni, Palupi, & Trisnagati, 2020; Rahayu & Nurindahsari, 2018). Namun, masih banyak orang tua menangani permasalahan gizi dengan memberikan multivitamin tanpa melihat kondisi ataupun berkonsultasi dengan tenaga kesehatan, serta tanpa melihat pemicu terjadinya. apabila hal ini berlangsung dalam jangka panjang, ini akan berdampak buruk untuk bayi ataupun balita.

Pijat merupakan manipulasi terhadap jaringan ataupun organ badan dengan tujuan penyembuhan dan sebagai istilah yang digunakan buat menggambarkan gerakan manipulasi tertentu dari jaringan lunak badan (Kemenkes, 2016).). Salah satu manfaat Pijat balita ialah dapat meningkatkan aliran darah ke otot sehingga menimbulkan vasodilatasi otot-otot yang aktif hal ini menyebabkan oksigen serta bahan gizi lain dalam jaringan jumlahnya bertambah serta curah jantung pun bertambah. Kecepatan aliran darah lewat kulit yang berubah-ubah bergantung dari kecepatan aktivitas metabolisme badan serta temperatur daerah (Harahap, 2019; Marni, 2019).

Pijat Tui Na adalah tehnik pijat yang lebih khusus guna menangani kesulitan makan pada bayi maupun balita dengan metode memperlancar peredaran darah pada limpa serta pencernaan, lewat modifikasi dari akupunktur tanpa jarum. Metode ini memakai penekanan pada titik meridian badan ataupun garis aliran energi sehingga relatif lebih gampang dicoba dibanding akupunktur (Munjidah, 2015). Pijat Tui Na memiliki tehnik pijat yang lebih khusus buat menanggulangi kesusahan makan pada bayi dengan metode memperlancar peredaran darah pada limpa serta pencernaan, lewat modifikasi dari akupunktur tanpa jarum, metode ini memakai penekanan pada titik meridian badan ataupun garis aliran energi sehingga relatif lebih gampang dicoba dibanding akupunktur (Yanti, Wardah, Emulyani, & Azwar, 2021).

Riset yang telah dilakukan oleh Andini, dkk (2021) terkait efektifitas pijat tui na dalam meningkatkan nafsu makan pada bayi stunting Kabupaten Rejang Lebong dengan jumlah sample sebanyak 36 bayi mendapatkan jika tingkatan nafsu makan bayi stunting pada kelompok intervensi Pijat Tuina sebesar 70,00 lebih baik di banding saat sebelum dilakukan Pijat Tuina (Esmianti & Andini, 2021). Riset yang hampir sama dilakukan oleh Happy Marthalena (2019) tentang pengaruh pijat terhadap tingkatan kesusahan makan bayi umur 1 Tahun dengan sampel sebanyak 15 bayi didapatkan kalau terdapat 15 bayi (100%) yang susah makan, setelah dilakukan pijat pada bayi didapatkan hasil terdapat 2 bayi (13,3%) yang susah makan serta 13 bayi (86,7%) yang tidak susah makan (Simanungkalit, 2019).

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zhen Huan Liu dan Li ting Cen di Guangzhou pada tahun 2018 mengatakan bahwa pijat Tui na berpengaruh positif terhadap pertumbuhan syaraf serta peredaran darah pada balita. Riset yang hampir sama juga dilakukan oleh Mehta bersumber pada perihal tersebut periset butuh mengkaji lebih lanjut efektifitas pijat Tui Na dalam mengatasi kesusahan makan pada bayi, dengan senantiasa mengedepankan keamanan serta asuhan sayang anak (Liu & Cen, 2018).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Keling Kabupaten Jepara pada 10 ibu yang memiliki balita dengan gizi kurang didapatkan hasil 2 balita mengalami kesulitan makan, biasanya apabila anak tidak mau makan ibu akan membawa anak untuk dipijat pada terapi tradisional, sedangkan 8 balita lainnya diberikan vitamin, namun ibu mengatakan tidak ada perubahan yang signifikan. Selanjutnya, selain dengan pijat, pihak puskesmas juga memberikan edukasi kepada orang tua dengan balita gizi kurang untuk membuat beragam menu makanan bagi balita tentunya yang sehat agar anak tidak bosan dan antusias

memiliki nafsu makan yang baik. Ditambah lagi puskesmas bekerjasama dengan pemerintah desa setempat untuk meningkatkan kelayakan menu makan pada balita saat kegiatan posyandu.

Berdasarkan berbagai penjelasan yang diatas, maka penelitian tertarik untuk meneliti tentang “Efektifitas Pijat Bayi Sehat dan Pijat Tuina Terhadap Perilaku Makan Anaka Balita Usia 1-3 Tahun Dengan Gizi Kurang Di UPTD Puskesmas Keling 2 Jepara”.

## Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasy eksperiment Sedangkan pendekatan penelitian menggunakan metode One Group Pre dan Post Test With Control Group. Populasi dalam penelitian ini adalah balita usia 1-3 tahun dengan gizi kurang di UPTD Puskesmas Keling 2 Jepara sebanyak 108 orang. Dalam penelitian ini penulis menggunakan purposive sampling yaitu mengambil sampel penelitian dengan cara mengambil sampel penelitian dengan adanya responden yang sesuai dengan criteria inklusi dan eksklusi dengan jumlah sampling di hitung berdasarkan rumus roscoe. terdapat 30 balita pada kelompok Pijat Tui Na dan 30 balita dengan kelompok Pijat Bayi Sehat. Kelompok intervensi diberikan Pijat Tui Na dilakukan 1 kali dalam sehari dengan durasi  $\pm$  200 menit, selama 1 minggu. Kelompok kontrol diberikan Pijat Bayi sehat dilakukan 1 kali dalam sehari dengan durasi  $\pm$  200 menit, selama 1 minggu. Dilakukan penilaian perilaku makan dengan menggunakan Kuisisioner Child Eathing Behaviour Quissonnaire (CEBQ). CEBQ terdiri dari 8 subskala, , yang terbagi ke dalam 35 item. Item tersebut menggunakan skala likert, yaitu 1 = tidak pernah, 2 = jarang, 3 = kadang-kadang, 4 = sering, dan 5 = selalu. Dikatakan perilaku makan baik apabila skor 86 - 175 dan tidak baik apabila skor 1 - 85.

## Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Pengaruh Pijat Bayi Sehat terhadap Perilaku Makan Balita Usia 1-3 tahun dengan Gizi Kurang

Perilaku Makan Anak	N	Mean	Standart Deviasi	P-Value
Sebelum pijat Bayi Sehat	30	66.10	7.99	0.000
Setelah pijat Bayi Sehat	30	92.46	7.36	

\*Uji Paired T-Test

Tabel 2. Pengaruh Pijat Tui Na terhadap Perilaku Makan Balita Usia 1-3 tahun dengan Gizi Kurang

Perilaku Makan Anak	N	Mean	Standart Deviasi	P-Value
Sebelum pijat Tui Na	30	61.06	9.33	0.000
Setelah pijat Tui Na	30	97.36	9.38	

\*Uji Paired T-Test

Tabel 3. Efektifitas Pijat Tui Na dan Pijat Bayi Sehat terhadap Perilaku Makan Balita Usia 1-3 tahun dengan Gizi Kurang

Kelompok	N	Mean	Standart Deviasi	P-Value
Pijat Bayi Sehat	30	26.36	9.51	0.000
Pijat Tui Na	30	36.30	10.57	0.000

\*Uji Independent Sample T-Test

Perilaku makan ialah sikap yang bisa mempengaruhi kondisi gizi. Perihal ini dikarenakan karena sikap makan akan pengaruhi kuantitas serta mutu makanan serta minuman yang dikonsumsi sehingga bisa pengaruhi konsumsi gizi pada bayi. Konsumsi gizi yang baik membuat berat badan normal ataupun sehat, badan tidak gampang terserang penyakit infeksi, bertambah dan terlindung dari penyakit kronis serta kematian pada bayi.

Perilaku serta nafsu makan muncul selama bayi dan akan berkembang selama masa kanak-kanak. Perilaku makan serta kesukaan makan anak tercipta saat sebelum anak berumur 2 tahun. Perilaku makan anak sangat mempengaruhi terhadap konsumsi makanan pada bayi. Konsumsi makanan (food intake) ialah sumber gizi yang mempunyai peranan berarti guna memelihara serta melindungi kesehatan badan. Konsumsi makanan erat kaitannya dengan status gizi seorang terlebih pada dikala masih bayi, status gizi sendiri bisa dipengaruhi oleh pola asuh pemenuhan gizi dari makanan yang diterima.

Dari hasil ini bisa dilihat jika pijat tuina lebih efisien apabila dibanding dengan pijat bayi sehat, perihal ini bisa dilihat dari nilai mean serta standart deviasi yang lebih besar pada kelompok pijat tuina, nilai mean ini menggambarkan jika jawaban responden pada disaat riset yang dilakukan dengan kuisioner CEBQ yang dimana nilai kuisioner CEBQ yang semakin besar memiliki sikap makan yang lebih baik.

Menurut peneliti pijat tui na lebih efektif untuk meningkatkan perilaku makan, perihal ini disebabkan pijat tuina memiliki titik-titik yang lebih specific yang menuju kepada pencernaan serta pengaruhi sistem limfa sehingga perubahan lebih cepat didapatkan dengan pijat tuina. Menurut teori Pijat Tuina ialah pengobatan dengan metode menekan-nekan titik tertentu pada badan (meridian) guna mendapatkan dampak rangsang pada energi vital ataupun Chi guna memperoleh kesembuhan dari sesuatu penyakit ataupun guna tingkatkan kualitas kesehatan pada bayi dengan berat tubuh yang kurang dengan pijat Tui Na hendak membuat peredaran darah di limpa serta sistem pencernaan jadi lebih mudah sehingga nafsu makan meningkat serta perilaku makan anak hendak berubah jadi lebih baik sehingga penyerapan nutrisi ataupun gizi lebih maksimal dampaknya bisa tingkatkan berat tubuh bayi (Asih & Mugianti, 2018).

Perihal ini sejalan dengan riset yang dilakukan oleh Ceria (2019) hasil uji statistik t-dependent menampilkan berat tubuh anak bayi saat sebelum dicoba pijat tui na sebesar 11, 62 kilogram serta sesudah pijat tui na 11, 81 kilogram, perbandingan sebesar 0, 18 kilogram ataupun 180 gr dengan standar deviasi 0, 164 dengan p value= 0, 000. Ada pengaruh yang signifikan pemberian pijat tui na dengan berat tubuh anak bayi saat sebelum serta setelah pijat tui na (Ceria & Arintasari, 2019). Pijat tui na dapat menaikkan berat badan bayi secara signifikan. Pada riset lain yang dilakukan oleh Asih (2018) didapatkan hasil Hasil riset menampilkan rata-rata kesulitan makan pada anak yang dicoba pijat tuina yaitu 3. 360 dengan standar deviasi 0, 921, sebaliknya guna anak bayi yang diberi multivitamin rata-rata kesulitan makannya yaitu 2. 260 dengan standar deviasi 1. 337. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value 0, 000 < 0, 05 (Asih & Mugianti, 2018).

Sementara itu pada pijat bayi sehat pengaruhi proses metabolisme di dalam tubuh bayi sehingga dengan proses metabolisme yang baik serta mudah mempengaruhi penyerapan nutrisi serta gizi yang wajib diserap oleh balita. Perihal ini sejalan dengan teori Guyton (2012) yang memaparkan jika sebagian besar sistem saraf merupakan sistem otonom, salah satu antara lain merupakan persarafan pada saluran cerna. Suplai saraf parasimpatis dihantarkan dari abdomen lewat saraf vagus. Saraf vagus merupakan saraf ke 10 yang mengendalikan tugas organ tubuh termasuk dibagian dada serta perut (Guyton A, 2012). Rangsangan pada saraf vagus (saraf parasimpatis) hendak memicu lambung guna menghasilkan hormon gastrin. Hormon gastrin akan memicu pengeluaran insulin, asam hidroklorida, pepsinogen, enzim pankreas, mukus, kenaikan aliran empedu hati serta memicu motilitas lambung. Hormon gastrin juga memudahkan relaksasi reseptif lambung (relaksasi sementara) sehingga lambung dapat menambahkan volumenya dengan sangat gampang tanpa kenaikan tekanan. Pengeluaran insulin hendak memudahkan guna memetabolisme glukosa. Sekresi asam hidroklorida, pepsinogen, enzim pankreas, kenaikan aliran empedu hati bakal memudahkan pencernaan makanan. Disaat makanan sampai pada duodenum hingga bakal memicu pengeluaran cholecystokinin, perihal ini akan memicu motilitas usus. Sehingga dengan terdapatnya kenaikan motilitas lambung serta usus hendak memudahkan pencampuran, pendorongan makanan serta penyerapan nutrisi jadi lebih baik, sehingga pada proses inilah pijat bayi bisa tingkatkan berat tubuh pada bayi.

### Simpulan dan Saran

Pijat Tui Na lebih efektif daripada Pijat Bayi Sehat terhadap Perilaku Makan Balita Usia 1-3 tahun dengan Gizi Kurang. Untuk petugas kesehatan dapat menggunakan Pijat Tui Na sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan perilaku makan pada balita.

### Daftar Pustaka

- Agrifina, M. (2021). *Perubahan Berat Badan Balita Gizi Kurang Usia 2-5 Tahun Yang Diberi Kukis Substitusi Tepung Mocaf, Kacang Merah, Dan Ampela Ayam Herbal*. Universitas Sumatera Utara.
- Amabd, E.-A., Sharkawy, S. A., & Yousef, Y. E. (2014). Relationship Between Stress And Eating Habits Among Nursing Students In Assiut. *Med J Cairo Univ*, 82(2), 47-55.
- Anggraeni, E., Palupi, M., & Trisnagati, R. (2020). Perubahan Status Gizi Balita Dengan Akupresur Selama Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pemulihan Pada Balita. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 5(2), 75-80.
- Asih, Y., & Mugiati, M. (2018). Pijat Tuna Efektif Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak Balita. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 98-103.
- Ceria, I., & Arintasari, F. (2019). *Pengaruh Pemberian Pijat Tui Na Dengan Berat Badan Anak Balita*. Paper Presented At The Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu.
- Esmianti, F., & Andini, I. F. (2021). Efektifitas Pijat Tuina Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balitastunting Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 6(1), 17-24.
- Grimm, E. R., & Steinle, N. I. (2011). Genetics Of Eating Behavior: Established And Emerging Concepts. *Nutrition Reviews*, 69(1), 52-60.
- Guyton A, H. J. (2012). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran* (11 Ed.). Jakarta: EGC.
- Harahap, N. R. (2019). Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(2), 99-107.
- Irianto, K. (2014). *Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi = Balanced Nutrition In Reproductive Health*. Bandung: Alfabeta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Retrieved From <https://www.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2018.pdf>.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Liu, Z.-H., & Cen, L.-T. (2018). Effect Of Tuina On Neurodevelopment In Premature Infants With Brain Injury. *Journal Of Acupuncture And Tuina Science*, 11, 7-12.
- Marni, M. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), 12-18.
- Munjidah, A. (2015). Efektifitas Pijat Tui Na Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita Di Rw 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya. *Journal Of Health Sciences*, 8(2).
- Nur Muslimah, M., Angkasa, D., & Melani, V. Hubungan Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Warga Binaan Lapas Anak Wanita Tangerang.
- Rahayu, T. B., & Nurindahsari, Y. A. W. (2018). Peningkatan Status Gizi Balita Melalui Pemberian Daun Kelor (*Moringa Oleifera*).
- Simanungkalit, H. M. (2019). Pengaruh Pijat Terhadap Tingkat Kesulitan Makan Balita Usia 1 Tahun. *Media Informasi*, 15(2), 96-100.
- Utami, N. H., & Mubasyiroh, R. (2019). Masalah Gizi Balita Dan Hubungannya Dengan Indeks Pembangunan Kesehatan Masyarakat. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal Of Nutrition And Food Research)*, 42(1), 1-10.

- WHO. (2018). *Maternal, Newborn, Child And Adolescent Health, And Ageing*.
- Wirjatmadi, M. A. B. (2014). *Gizi Dan Kesehatan Balita : Peranan Mikro Zinc Pada Pertumbuhan Balita*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Yanti, S., Wardah, W., Emulyani, E., & Azwar, Y. (2021). The Aromatherapy Tuina Massage For Toddler's Appetite Stimulation. *JCES (Journal Of Character Education Society)*, 4(3), 682-689.