

PENGARUH PIJAT TUI NA TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN BALITA

DESI TRIANITA¹, AFRIYANTI PRATIWI², ATIK PRAMESTI WILUJENG³

Desi Trianita, Prodi S1 Kebidanan, Stikes Banyuwangi^{1,2}, Prodi D3 Keperawatan, Stikes Banyuwangi³

Email: desi3@stikesbanyuwangi.ac.id¹

Abstract: UNICEF memperkirakan 45,4 juta anak di bawah lima mengalami kekurangan gizi. Kekurangan gizi berakibat buruk terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Pijat Tui Na merupakan terapi non farmakologis untuk mengatasi keluhan berat badan balita. Pijat Tui Na secara teratur meningkatkan sirkulasi hormone epinefrin dan norepinefrin yang dapat merangsang stimulasi pertumbuhan anak dengan meningkatkan frekuensi makan, merangsang perkembangan struktur tubuh maupun fungsi motoric. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pijat Tu Na terhadap kenaikan berat badan balita di Happiness Care Baby & Kids Spa Ketapang Banyuwangi Tahun 2024. Penelitian menggunakan metode quasi experimental dengan pendekatan pre test dan post test with control group design. Sampel 40 balita berusia 1-3 tahun yang penimbangan bulan sebelumnya tidak naik berat Teknik sampel menggunakan consecutive sampling. Instrumen penelitian menggunakan formulir record. Kelompok intervensi diberikan pijat Tui Na sebanyak 8 kali, 3 kali minggu pertama, 3 kali minggu kedua, 1 kali minggu ketiga dan 1 kali minggu keempat dengan durasi 30 menit setiap sesinya. Peneliti melakukan home treatment sehingga tidak ada subjek yang drop out. Kelompok kontrol diberikan leaflet gizi balita dan pemantauan SDIDTK. Hasil penelitian dengan uji Wilcoxon dan Mann Whitney terjadi kenaikan berat badan dengan nilai $p=0,000$ (kelompok Intervensi) $p=0,001$ (kelompok kontrol) rata-rata kenaikan berat badan pada kelompok intervensi lebih tinggi (0,35kg) dibandingkan kelompok kontrol (0,19 kg). Kesimpulan pijat Tui Na merupakan terapi komplementer yang merangsang peningkatan nafsu makan sehingga dapat menaikkan berat badan balita. Saran pijat Tui Na dijadikan evidence based pemberian layanan kebidanan bada balita dengan berat badan kurang.

Keywords: balita, berat badan, pijat Tui Na

A. Pendahuluan

Masa balita merupakan masa yang sangat penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Pertumbuhan dan perkembangan pada masa balita menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode berikutnya.¹ Masa balita merupakan periode emas (*golden age*) dalam kehidupan, karena pada masa ini berlangsung proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, yaitu pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan psikomotorik, dan perkembangan sosial.² 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*.^{3,4}

Kekurangan gizi dapat berakibat buruk terhadap kesehatan terutama pertumbuhan dan perkembangan anak. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian gizi kurang yaitu faktor langsung gizi kurang yaitu faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung antara lain kurangnya asupan nutrisi dan penyakit infeksi. Faktor tidak langsung antara lain kurangnya ketahanan pangan keluarga, kurangnya pengetahuan orang tua berkaitan pola pengasuhan, kurangnya pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan.⁸ Apabila faktor tersebut tidak terpenuhi dengan baik dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan yang salah satu indikatornya adalah kenaikan berat badan yang tidak sesuai dengan umur anak. Jika masalah ini terus berlanjut, akan menyebabkan anak mengalami masalah gizi antara lain *underweight*, *wasting* dan *stunting*.⁹

United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) memperkirakan, 45,4 juta anak di bawah lima tahun secara global mengalami kekurangan gizi.⁵ Berdasarkan data dari SSGI tahun 2022, prevalensi balita *stunting* 21,6%, *wasting* 7,7%, *Underweight* 17,1% dan *overweight* 3,5%. Di Provinsi Jawa Timur prevalensi balita *stunting* 19,2%, *wasting* 7,2%, *Underweight* 15,8% dan *overweight* 3,6%. Sementara itu, di Kabupaten

Banyuwangi prevalensi balita stunting 18,1%, wasting 7,0%, Underweight 17,3% dan overweight 2,2%.⁶ Berdasarkan laporan tahunan di Puskesmas Klatak tahun 2022 di Kecamatan Kalipuro jumlah balita stunting 96 anak dan underweight sebanyak 134 anak⁷.

Pencegahan masalah gizi kurang dapat dilakukan dengan intervensi secara farmakologi dan non farmakologi. Intervensi secara farmakologi yaitu pemberian suplemen makanan/vitamin, sedangkan intervensi non farmakologi yaitu akupresure, herbal, aromaterapi, akupuntur serta stimulasi pertumbuhan dan perkembangan. Diantara stimulasi pertumbuhan yang saat ini mulai banyak digunakan adalah pijat bayi. Salah satu jenis pijat bayi yang mulai banyak dilakukan untuk meningkatkan nafsu makan anak yang pada akhirnya dapat meningkatkan berat badan anak adalah pijat *Tui Na*.⁵

Berdasarkan uraian di atas, pijat Tui Na memiliki banyak manfaat, namun belum banyak balita yang merasakan manfaat dari pijat Tui Na. Perlu dilakukan penelitian tentang pengaruh pijat Tui Na terhadap peningkatan berat badan balita di Happiness Care Baby & Kids Spa Ketapang Banyuwangi dengan harapan selain melakukan penelitian, juga memberikan sosialisasi tentang pentingnya pijat Tui Na kepada ibu balita, sehingga mereka bisa mendapatkan manfaat dari pijat Tui Na ini.

B. Metodologi Penelitian

Jenis Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimental. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi experimental dengan pendekatan pre test dan post test with control group design. Akan dibentuk dua kelompok subjek, kelompok pertama adalah kelompok eksperimen dan kelompok kedua adalah kelompok kontrol. Sebelum diberi perlakuan, baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dilakukan pengukuran berat badan dan sesudah perlakuan dilakukan pengukuran berat badan ulang. Populasi sebanyak 50 balita. Penarikan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik consecutive sampling didapatkan 40 balita yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu ibu balita menyetujui anaknya untuk menjadi responden dan kooperatif, balita yang tidak mengalami kenaikan berat badan selama 1 bulan, balita yang siap dipijat tidak sedang dalam keadaan mengantuk atau lapar dengan usia 1-3 tahun. Sedangkan kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah balita dengan penyakit bawaan dan balita yang mengkonsumsi suplemen nafsu makan.

Setelah diberikan surat persetujuan menjadi responden dan juga informed consent., didapatkan 20 responden kelompok kontrol dan 20 responden kelompok eksperimen. Dilakukan penimbangan berat badan pada seluruh responden kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Pada penelitian ini, kelompok eksperimen diberi perlakuan pijat Tui Na yang dibagi menjadi 4 kelompok terkait jadwal pijat, karena mempertimbangkan jumlah terapist dibandingkan dengan jumlah balita yang akan dilakukan pijat. Sedangkan kelompok kontrol diberi pemantauan SDIDTK dan leaflet tentang gizi pada balita. Perlakuan pijat kepada kelompok eksperimen diberikan sebanyak 8 kali pertemuan, lama pemijatan di setiap sesi yaitu 30 menit, dengan rincian 3 kali pada minggu pertama, 3 kali pada minggu kedua, 1 kali pada minggu ketiga dan 1x pada minggu keempat untuk maintenace. Kemudian, post test akan dilakukan pada akhir minggu ke empat baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Ijin dari Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) STIKES Banyuwangi pada tanggal 18 September 2024 dengan No : 005/01/KEPK-STIKESBWI/IX/2024.

C. Pembahasan dan Analisa

Hasil

Penelitian tentang pengaruh pijat Tui Na terhadap kenaikan berat badan anak usia 1-3 tahun di Happiness Care Baby & Kids Spa Ketapang Banyuwangi Tahun 2024 dilakukan selama 8 minggu, responden sebanyak 40 balita yang tidak mengalami kenaikan berat badan selama 1 bulan. Besar subjek baik pada kelompok eksperimen maupun pada kelompok kontrol adalah sebesar 20 orang, tidak ada yang *drop out* pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol, sehingga di akhir sesi perlakuan jumlah responden tetap sebanyak 40 balita.

Tabel 1. Karakteristik subjek penelitian berdasarkan usia balita

Karakteristik	kelompok	
	Eksperimen n=20 (%)	Kontrol n=20 (%)
Usia		
1 - ≤ 2 Tahun	9 (45)	5 (25)
>2 tahun-3 tahun	11 (55)	15(75)

Berdasarkan tabel 1 pada kelompok eksperimen sebagian balita berusia >2-3 tahun yaitu sebanyak 11 balita (55%) dan pada kelompok kontrol sebagian besar berusia >2-3 tahun yaitu sebanyak 15 balita (75%).

Tabel 2 Hasil penimbangan berat badan sebelum dilakukan pijat Tui Na

No	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
1	11.75	12
2	11.45	10.15
3	9.28	12.9
4	13.52	10.2
5	16	10
6	9.65	9.7
7	12.1	12
8	12.4	9.2
9	8.9	11.3
10	8.9	10.8
11	14.45	13.55
12	9	9.5
13	9.25	12
14	8	12.5
15	8.85	12
16	10.75	13
17	9.15	12.7
18	12.25	13
19	9	15.05
20	12.1	10

Berdasarkan tabel 2 pada kelompok eksperimen, berat badan antara 8 kg-10 kg sebanyak 10 balita (50%), berat badan >10 kg-12 kg sebanyak 3 balita (15%), berat badan >12 kg-14 kg sebanyak 5 balita (25%) dan berat badan >14 kg-16 kg sebanyak 2 balita (10%). Kelompok kontrol berat badan antara 8 kg-10 kg sebanyak 4 balita (20%), berat badan >10 kg-12 kg sebanyak 7 balita (35%), berat badan >12 kg-14 kg sebanyak 5 balita (25%) dan berat badan >14 kg – 16 kg sebanyak 1 balita (5%).

Tabel 3 Hasil penimbangan berat badan setelah dilakukan pijat Tui Na

No	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
1	12.2	12.2
2	11.8	9.8
3	9.5	13.1
4	13.8	10.4
5	16.55	10.15
6	10	9.9

7	12.5	12.25
8	12.6	9.4
9	9.3	11.4
10	9.2	11
11	14.7	13.5
12	9.3	9.7
13	9.5	12.2
14	8.55	12.8
15	9.53	12.25
16	11.2	13.3
17	9.4	12.9
18	12.55	13.2
19	9.4	15.25
20	12.4	10.25

Berdasarkan tabel 3 pada kelompok eksperimen, berat badan antara 8 kg -10 kg sebanyak 10 balita (50%), berat badan >10 kg-12 kg sebanyak 2 balita (10%), berat badan >12kg -14 kg sebanyak 6 balita (30%) dan berat badan >14 kg – 16 kg sebanyak 2 balita (10%). Kelompok kontrol berat badan antara 8kg -10 kg sebanyak 4 balita (20%), berat badan >10 kg-12 kg sebanyak 5 balita (25%), berat badan >12 kg-14 kg sebanyak 10 balita (50%) dan berat badan >14 kg – 16 kg sebanyak 1 balita (5%).

Tabel 4 Hasil analisis pengaruh pijat Tui Na terhadap kenaikan berat badan balita

Berat Badan	Perlakuan	Kontrol	Nilai p
Pre			
N	20	20	
Mean	10,83	11,57	
Median	10,20	12,00	
Simpang Baku	2,19	1,58	
Rentang	8,00	5,85	
Post			
N	20	20	0,130*
Mean	11,18	11,76	
Median	10,60	12,20	
Simpang Baku	2,19	1,61	
Rentang	8,00	5,85	
Selisih mean	0,35	0,19	
Nilai p	p= 0,000**	p=0,001**	

*) Uji Mann Whitney **) Uji Wilcoxon

Berdasarkan tabel 4 diperoleh rata- rata berat badan balita pada kelompok eksperimen sebelum dilakukan perlakuan sebesar 10,83 kg sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 11,57 kg. Setelah dilakukan Pijat Tuina selama 1 bulan, rata-rata berat badan balita pada kelompok eksperimen sebesar 11,18 kg sedangkan pada kelompok kontrol yang diberikan leaflet gizi balita dan pemantauan SDIDTK rata-rata berat badan balita sebesar 11,76 kg.

Pembahasan dan Analisis Data

Berat badan balita sebelum diberikan pijat Tui Na

Hasil dari penelitian ini menunjukkan rata- rata berat badan sebelum dilakukan pijat Tui Na pada kelompok eksperimen sebesar 10,83 kg sedangkan pada kelompok kontrol sebesar

11,57 kg. Responden pada penelitian ini adalah balita yang tidak mengalami kenaikan berat badan selama 1 bulan.

Berat badan dipengaruhi oleh beberapa hal antara lain: genetik (keturunan), asupan nutrisi (makan, minum dan kudapan), penyerapan dan pengeluaran usus, aktifitas fisik, metabolisme, penyakit, psikologis, sosio – ekonomi, lingkungan pengasuhan, stimulasi pertumbuhan¹⁶ Penambahan berat badan balita usia 1-2 tahun tidak sebesar ketika ia baru lahir sampai usia 1 tahun. Rata-rata berat badan bertambah 1,4 kg – 2,3 kilogram dalam setahun. Balita perempuan, berat badan idealnya sekitar 8,9 kilogram – 11,5 kilogram, sementara itu laki-laki sekitar 9,6 kilogram – 12,2 kilogram. Sama seperti tahun sebelumnya, pertumbuhan berat badan balita usia 2-3 tahun tidak terlalu besar tapi masih termasuk ideal.^{2,11}

Pada tabel 1.2 menunjukkan bahwa rata-rata berat badan sebelum perlakuan pada kelompok kontrol sebesar 11,57 kg sedangkan pada kelompok eksperimen sebesar 10,83 kg, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa rata-rata berat badan sebelum pada kelompok kontrol lebih besar daripada kelompok eksperimen. Hal ini selaras dengan data yang ada pada tabel 5.1 tentang karakteristik responden berdasarkan usia, dimana usia balita 1-< 2 tahun pada kelompok eksperimen sejumlah 9 anak (45%) sedangkan pada kelompok kontrol 5 anak (25%). Usia balita >2 tahun - 3 tahun pada kelompok kontrol berjumlah 15 anak (75%) sedangkan balita yang berusia >2 tahun - 3 tahun pada kelompok eksperimen berjumlah 11 anak (55%).

Berat badan balita setelah diberikan pijat Tui Na

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat kenaikan berat badan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Rata-rata berat badan pada kelompok eksperimen yaitu 11,57 kg sedangkan pada kelompok kontrol 11,76 kg. Terdapat selisih rata-rata yang lebih besar pada kelompok eksperimen yaitu 0,35 kg dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya 0,19 kg. Pada kelompok eksperimen semua responden berat badannya mengalami kenaikan, sedangkan pada kelompok kontrol 4 orang berat badannya tidak naik yaitu responden nomor 02,05,09 dan 11.

Penambahan berat badan balita usia 1-2 tahun tidak sebesar ketika ia baru lahir sampai usia 1 tahun. Rata-rata berat badan bertambah 1,4 kg – 2,3 kilogram dalam setahun. Balita perempuan, berat badan idealnya sekitar 8,9 kilogram – 11,5 kilogram, sementara itu laki-laki sekitar 9,6 kilogram – 12,2 kilogram. Sama seperti tahun sebelumnya, pertumbuhan berat badan balita usia 2-3 tahun tidak terlalu besar tapi masih termasuk ideal.^{2,11} Faktor konsumsi makanan merupakan penyebab langsung kejadian kekurangan gizi pada balita antara lain kurangnya jumlah dan kualitas asupan makanan¹⁰. Berat badan yang dibiarkan tidak naik secara terus menerus dapat menyebabkan balita mengalami kekurangan gizi. Kekurangan gizi dapat berakibat buruk terhadap kesehatan terutama pertumbuhan dan perkembangan anak. Jika masalah ini terus berlanjut, akan menyebabkan anak mengalami masalah gizi antara lain *underweight*, *wasting* dan *stunting*.⁹

Selain itu, didapatkan data 3 anak yaitu responden nomor 02, 09 dan responden nomor 11 tidak mengalami kenaikan berat badan, dimana berat badan sebelum perlakuan pada responden no 02 adalah 10,15 kg dan berat badan sesudah perlakuan adalah 9,8 kg. Berat badan sebelum perlakuan pada responden nomor 09 adalah 11,3 kg dan berat badan sesudah perlakuan adalah 11,4 kg sedangkan pada responden nomor 11 berat badan sebelum perlakuan adalah 13,55 kg dan berat badan sesudah perlakuan adalah 13,5 kg. Menurut hasil wawancara yang dilakukan peneliti, ibu responden menyampaikan pada 1 bulan terakhir anaknya memiliki riwayat sakit demam dan batuk pilek selama 3 hari. Hal ini bisa menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tidak naiknya berat badan pada responden tersebut. Secara angka terjadi kenaikan berat badan, namun tidak memenuhi kenaikan berat badan minimal sesuai Kartu Menuju Sehat (KMS) balita yang setiap bulannya kenaikan berat badan minimal yaitu 200 gram.

Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita

Analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon* diketahui ada pengaruh pemberian pijat Tui Na maupun pemberian Leaflet gizi balita dan pemantauan SDIDTK dengan nilai *Asymp. Sig* 0,000 pada kelompok eksperimen dan 0,001 pada kelompok kontrol. Meskipun sama-sama

berpengaruh, nilai p pada kelompok eksperimen lebih signifikan daripada kelompok kontrol. Sebelum dilakukan analisis lebih lanjut, data yang sudah di entri ke SPSS dilakukan uji normalitas terlebih dahulu untuk mengetahui apakah data itu berdistribusi normal atau tidak normal. Besar subjek penelitian kurang dari 50 sehingga uji normalitas menggunakan uji *Shapiro Wilk*, data berdistribusi normal jika $p > 0,05$. Dari hasil uji normalitas data, didapatkan hasil $p < 0,05$ yang berarti data tersebut tidak berdistribusi normal. Sehingga untuk mengetahui adanya perbedaan antara kedua kelompok dilakukan uji *Mann Whitney* dan untuk mengetahui pengaruh perlakuan dilakukan uji *Wilcoxon*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bella Nurdianti et al di Sumedang Jawa Barat pada tahun 2020 menggunakan quasy eksperimental dan pengambilan sampel dengan two group with control pre test post test design. Besar sampel adalah 30 balita, 15 balita diberikan perlakuan pijat, dan 15 lainnya tidak diberikan pijat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa selisih kenaikan berat badan yang diberi perlakuan pijat Tui Na sebesar 0,6 kg sedangkan yang tidak hanya 0,2 kg, artinya bahwa kenaikan berat badan pada anak yang mendapatkan pijat Tui Na lebih baik dibanding anak yang tidak diberi pijat Tui Na.¹²

Pada tabel 1.4 hasil Analisis Uji Wilcoxon yaitu $p < 0,05$ dengan nilai 0,000 pada kelompok eksperimen dan 0,001 pada kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol terdapat kenaikan berat badan pada balita, namun pada kelompok eksperimen memiliki rata-rata kenaikan berat badan lebih tinggi yaitu 0,35 kg sedangkan kelompok kontrol 0,19 kg. Berdasarkan hasil beda uji *Mann Whitney* secara statistik tidak terdapat perbedaan antara kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol setelah dilakukan pijat Tui Na $p > 0,05$ dengan nilai 0,130 yang artinya tidak terdapat perbedaan berat badan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil analisis tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya terdapat pengaruh pijat Tui Na terhadap kenaikan berat badan balita usia 1-3 tahun di Happiness Care Baby & Kids Spa Ketapang Banyuwangi dan Tidak terdapat perbedaan berat badan balita usia 1-3 tahun setelah perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di Happiness Care Baby & Kids Spa Ketapang Banyuwangi Tahun 2024

D. Penutup

Hasil rata-rata berat badan balita usia 1-3 tahun setelah dilakukan pijat Tui Na di Happiness Care Baby & Kids Spa Ketapang Banyuwangi Tahun 2024 pada kelompok eksperimen sebesar 11,18 kg dan pada kelompok kontrol sebesar 11,76 kg. Ada pengaruh pemberian pijat Tui Na terhadap kenaikan berat badan balita usia 1-3 tahun di Happiness Care Baby & Kids Spa Ketapang Banyuwangi Tahun 2024

Daftar Pustaka

1. Soetjningsih. *Tumbuh kembang anak*. EGC; 2022.
2. Kementerian Kesehatan R.I. *Situasi Balita di Indonesia*. (Buletin Pusat Data dan Informasi); 2019.
3. Asniar, "Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita, Di Wilayah Kerja Puskesmas Mataoleo Kabupaten Bombana," Poltekkes Kendari, 2019.
4. Andriana, M. Wirjatmadi, B. (2014). *Gizi dan Kesehatan Balita Peranan Mikro Zinc Pada Pertumbuhan Balita*. Jakarta; Kencana.
5. UNICEF, WHO, The World Bank. *Levels and trends in child malnutrition: key findings Edition of the Joint Child Malnutrition Estimates*. Geneva: World Health Organization, 2022
6. Kemenkes RI. *Survey Status Gizi Indonesia* ; 2022.
7. UPTD Puskesmas Klatak. *Laporan tahunan Gizi* ; 2022.
8. Peraturan Menteri Kesehatan RI, No 1109/Menkes/per/IX/2007 tentang penyelenggaraan Terapi Komplementer.
9. Ceria, I., Arintasari, F. *Efektifitas Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Anak Balita Untuk Mengoptimalkan Tumbuh Kembang*; 2023.

10. Widowati, H. W., Faridah Hanum, S. M. & Salim, A.-. the Enhancement Toddler'S Appetite Through Acupressure Tui Na. *Int. J. Nurs. Midwifery Sci.* **4**, 113–117 ;2020.
11. Saidah, H. *Keajaiban Tui Na dan Aromaterapi Minyak Sereh*. (Samudra Biru; 2020.
12. Pratami, B. N., Choirunissa, R. & Rifiana, A. J. Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita di Pmb “R” Cipacing Kabupaten Sumedang. *J. Ilm. Kesehat.* **12**, 179–186; 2020