

PENGARUH PIJAT *TUI NA* TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA

Muliati¹, Atiul Impartina², Ihda Mauliyah³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Lamongan

Email Korespondensi: atiulimpartina16@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Di Indonesia masih terdapat masalah gizi pada bayi di bawah lima tahun (balita), seperti *stunted*, *underweight* dan *wasted* yang cukup tinggi. Salah satu dampaknya dapat menyebabkan gangguan perkembangan pada balita. **Tujuan:** Untuk menganalisis pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan berat badan balita. **Metode:** Desain penelitian menggunakan *Quasy Eksperiment* dengan menggunakan pendekatan *One grup pra test – post test design*. Variabel independennya pijat *Tui Na* sedangkan variabel dependennya peningkatan berat badan balita. Populasi berjumlah 50 balita. Pengambilan sampel secara *Simple Random Sampling* dengan jumlah 44 balita. Penelitian dilakukan pada bulan September-November 2023. Pengumpulan data penelitian menggunakan lembar observasi. Setelah ditabulasi, data dianalisis dengan menggunakan *uji Wilcoxon Sign Rank Test* dengan tingkat kemaknaan $\alpha < 0,05$. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan rata-rata berat badan responden sebelum dipijat adalah 12,06 kg dan mengalami peningkatan berat badan sesudah dipijat dengan rata-rata 12,49 kg. Dan didapatkan nilai *Z sign*= 0,001. **Kesimpulan:** ada pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan berat badan balita di Desa Jotosanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan. Berdasarkan data di atas diharapkan pijat *Tui Na* dapat dijadikan sebagai metode *non farmakologi* untuk meningkatkan berat badan balita.

Kata Kunci : Pijat *Tui Na*, Berat Badan, Balita

ABSTRACT

Background: In Indonesia there are still nutritional problems in babies under five years (toddlers), such as being stunted, underweight and wasted which is quite high. One of the impacts can cause developmental disorders in toddlers. **Objective:** To analyze the effect of Tui Na massage on increasing the weight of toddlers. **Methods:** The research design used a Quasy Experiment using a One group pre test – post test design approach. The independent variable is Tui Na massage while the dependent variable is increasing the weight of toddlers. The population is 50 toddlers. The sample was taken using Simple Random Sampling with a total of 44 toddlers. The research was conducted in September-November 2023. Research data was collected using observation sheets. After being tabulated, the data were analyzed using the Wilcoxon Sign Rank Test with a significance level of $\alpha < 0.05$. **Results:** The results showed that the average body weight of respondents before the massage was 12.06 kg and their weight increased after the massage with an average of 12.49 kg. And the Z sign value = 0.001. **Conclusion:** there is an effect of Tui Na massage on increasing the weight of toddlers in Jotosanur Village, Tikung District, Lamongan Regency. Based on the data above, it is hoped that Tui Na massage can be used as a non-pharmacological method to increase toddlers' weight.

Keywords: Tui Na Massage, Weight Loss, Toddlers

PENDAHULUAN

Masa balita merupakan masa yang memerlukan perhatian khusus, karena pada masa ini terjadi masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat (Kemenkes RI 2014). Akan tetapi, di Indonesia masih terdapat masalah gizi pada bayi di bawah lima tahun (balita), seperti *stunted*, *underweight* dan *wasted* yang cukup tinggi (Papotot, 2021). Organisasi Kesehatan Dunia atau *World Health Organization*, mengatakan Pada tahun 2022 terdapat 148,1 juta anak di bawah usia 5 tahun yang terlalu pendek dibandingkan usianya (*stunting*), 45,0 juta anak terlalu kurus dibandingkan tinggi badannya (*wasting*), dan 37,0 juta anak terlalu berat dibandingkan tinggi badannya (*overweight*). menurut FAO tahun 2021, Indonesia menempati urutan ke 3 negara dengan gizi kurang di Asia Tenggara (Khotiah, 2020).

Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan tahun 2022, prevalensi balita *underweight* di Indonesia mencapai 17,1%. Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) kembali menempati posisi teratas dengan angka balita *underweight* sebesar 28,4%. Provinsi Jawa Timur menempati urutan ke 22 yaitu 15,8%. Kabupaten Bondowoso merupakan wilayah dengan prevalensi balita *underweight* tertinggi di Jawa Timur yakni mencapai 25,4%. Sedangkan kabupaten Lamongan menempati urutan ke 4 di Jawa timur yaitu 21,5%. Berdasarkan data dari puskesmas Tikung Kabupaten Lamongan, di Desa Jotosanur Kecamatan Tikung terdapat 12,4% balita dengan gizi kurang (Munira, 2023).

Kurangnya nutrisi dan gizi ini bisa memicu terjadinya gizi buruk atau malnutrisi, gizi buruk adalah suatu kondisi yang ditandai dengan tinggi dan berat badan anak jauh dibawah rata – rata. Kurang nutrisi juga dapat mengganggu sistem kekebalan tubuh pada anak, rawan infeksi, kekurangan energi, meningkatkan durasi serta tingkat keparahan pada penyakit menular, dan jika tidak segera ditangani dapat menyebabkan kematian. Selain itu, juga dapat menyebabkan anak berisiko mengalami gangguan perkembangan, sehingga kurang aktif dan sulit untuk

berkonsentrasi. Pada akhirnya, anak akan mengalami kesulitan saat belajar dan beraktivitas di sekolah (Santoso, 2022). Berdasarkan penelitian oleh Wahniningrum (2017), dengan melakukan pijat *Tui Na* efektif memperbaiki nafsu makan dan berat badan balita.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *quasy Eksperiment* dengan *pre test dan post test control group design*. Penelitian dilaksanakan bulan September-November 2023. Tempat penelitian di Desa Jotosanur kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan. Populasi dalam penelitian ini adalah semua balita usia 1-5 tahun Desa Jotosanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian anak balita usia 1-5 tahun di Desa Jotosanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan. Teknik Pengambilan sampel secara *simple random sampling*. Pengumpulan data penelitian menggunakan lembar observasi. Setelah ditabulasi, data dianalisis dengan menggunakan *uji Wilcoxon Sign Rank Test* dengan tingkat kemaknaan $\alpha < 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin di Desa Jotosanur Tikung Lamongan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
1-3 Tahun	29	65,91
>3-5 Tahun	15	34,09
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	26	59,09
Perempuan	18	40,91

Sumber : Data Primer 2023

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar umur responden berumur 1-3 tahun (65,91%), dan sebagian besar balita berjenis kelamin Laki-laki yaitu sejumlah 26 (59,09 %).

Tabel 2. Analisis Berat Badan Balita sebelum dan sesudah pijat *Tui Na* di Desa Jotosanur Tikung Lamongan

	BB terendah (kg)	BB tertinggi (kg)	Rata-rata BB (kg)
Sebelum di pijat <i>Tui Na</i>	7,6	18,0	12,06
Setelah di pijat <i>Tui Na</i>	7,9	19,75	12,49
Z	-3.345 ^b		
P value	.001		

Sumber : Data Primer 2023

Tabel 2 menunjukkan interpretasi dari tabel di atas bahwa terdapat terdapat pengaruh yang signifikan antara berat badan sebelum dan sesudah dilakukan pijat *Tui Na* pada balita di Desa Jotosanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan.

PEMBAHASAN

Berat badan balita sebelum dilakukan pijat *Tui Na*

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata berat badan balita sebelum di pijat adalah 12,06 kg. Dan sebagian besar balita berjenis kelamin laki-laki. Kurangnya berat badan balita bisa di pengaruhi oleh faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung yaitu kurangnya asupan makanan dan penyakit yang berulang, sedangkan faktor tidak langsung antara lain kurangnya akses ke fasilitas kesehatan, perawatan ibu yang tidak memadai, kerawanan pangan dan kemiskinan (Chatterjee, 2016).

Selain faktor tersebut, jenis kelamin juga memiliki pengaruh terhadap kejadian masalah gizi pada balita karena jenis kelamin menentukan besarnya kebutuhan gizi bagi seseorang. Besar kebutuhan gizi tersebut dipengaruhi oleh adanya perbedaan komposisi tubuh antara laki-laki dengan perempuan (Supriyanto, 2018). Berdasarkan pendapat Aheto (2020), anak laki-laki pertumbuhannya lebih cepat dari anak perempuan namun anak perempuan menjadi dewasa lebih dini yaitu mulai adolescence (remaja) dalam umur 10 tahun, sedangkan laki-laki pada umur 12 tahun. Sehingga apabila pertumbuhan yang cepat tidak diimbangi dengan asupan gizi yang baik, maka anak laki-laki akan lebih berisiko mengalami masalah gizi.

Berdasarkan data tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin mempengaruhi kondisi berat badan balita. Jenis kelamin laki-laki lebih membutuhkan asupan gizi yang baik di bandingkan perempuan, karena pada usia ini laki-laki bertumbuh lebih cepat daripada perempuan.

Berat Badan Balita setelah di pijat *Tui Na*

Setelah dilakukan pijat *Tui Na*, didapatkan rata-rata berat badan balita 12.49 kg. Ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata berat badan balita yaitu meningkat 0,43kg dari berat badan sebelum di pijat. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan balita. Sesuai pendapat yang di kemukakan oleh Andriani (2016), bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kenaikan berat badan balita antara lain faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung antara lain asupan nutrisi, penyakit infeksi. Faktor tidak langsung antara lain ketahanan pangan keluarga, pola pengasuhan, pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan.

Sesuai standar penambahan berat badan menurut WHO, Usia 1 tahun, berat badan laki-laki 7,7-12kg, perempuan 7-11,5kg. Usia 2 tahun, berat badan laki-laki 9,7-15,3 kg, perempuan 9-14,8 kg. Usia 3 tahun, berat badan laki-laki 11,3-18,3 kg, perempuan 10,8-18,1 kg. Usia 4 tahun, berat badan laki-laki 12,7-21,2 kg, perempuan 12,3-21,5 kg. Dan usia 5 tahun, berat badan laki-laki 14,1-24,2 kg, perempuan 13,7-24,9 kg (IDAI, 2019). Semakin bertambah usia, semakin bertambah berat badannya. Hal ini menunjukkan bahwa usia juga mempengaruhi penambahan berat badan balita. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa usia mempengaruhi berat badan balita. Dimana ditemukan sebagian besar balita berusia 1-3 tahun, dan hampir seluruh balita memiliki berat badan sesuai usia.

Pengaruh Pijat *Tui Na* terhadap Peningkatan Berat Badan Balita

Berdasarkan hasil uji statistic *Wilcoxon Signed Rank* didapatkan nilai *Asymp.Sig.(2-tailed)* sebesar 0,001. Artinya H1 diterima atau terdapat pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan berat badan balita di Desa Jotosanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan. Dengan menstimulasi titik lokal akupoin dengan manipulasi *Tui Na* dapat memengaruhi grup otot gastrointestinal, memperbaiki fungsi peristaltik, mengurangi residu lambung serta meningkatkan pencernaan. Stimulasi yang dilakukan secara terus menerus melalui pijat dapat memberikan efek panas lokal sehingga dapat meningkatkan sirkulasi darah area usus dan mengurangi kelainan pada sistem gastrointestinal (Gao, 2020).

Penelitian tentang pijat *Tui Na* yang dilakukan oleh Bella Nurdianti (2020). Hasilnya, selisih kenaikan berat badan yang diberi perlakuan pijat *Tui Na* sebesar 0,6 kg sedangkan yang tidak diberi perlakuan pijat 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*.

Penelitian lain yang dilakukan Wijayanti (2019), menyatakan bahwa sebagian besar balita yang diberikan pijat *Tui Na* selama 6 kali selama seminggu, mengalami kenaikan berat badan sebanyak 19 balita (95%) dan ada 1 balita (5%) yang tidak mengalami kenaikan berat badan atau tetap. Rata – rata kenaikan berat badan balita setelah dilakukan pijat *Tui Na* adalah 2,29. Penelitian juga dilakukan Inayati ceria dan farida arintasari (2019), yang menyatakan bahwa berat badan pada kelompok intervensi (mendapatkan pijat *Tui Na*) menunjukkan sebagian besar mengalami kenaikan berat badan.

Dari hasil data penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan berat badan balita. Sehingga pijat *Tui Na* bisa menjadi salah satu cara mengurangi masalah *underweight* atau gizi kurang pada balita.

KESIMPULAN DAN SARAN

Rata-rata berat badan balita sebelum dipijat adalah 12,06 kg, rata-rata berat badan balita setelah dipijat adalah 12,49 kg, terdapat perbedaan yang signifikan antara berat badan sebelum dan sesudah dilakukan pijat *Tui Na* pada balita di Desa Jotosanur Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan. Diharapkan profesi kebidanan meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan terutama dalam bidang komplementer yaitu pijat bayi khususnya pijat *Tui Na*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani M, Bambang W. (2014). *Gizi dan Kesehatan Balita (Peranan Mikro Zinc pada pertumbuhan balita)*. Jakarta : Kencana
- Adriani, Merryana. (2016). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Ainur. (2016). Pemindahan Lipit Kup Pada Pola Dasar. *from* www.belajarbusana.com/2016/03/pemindahan-lipit-kup-pada-pola-dasar.html
- Al-Bedah, A.M., Ali, G.I (2017). Tui Na (or Tuina) Massage: A Minireview of Pertinent Literature, 1970-2017. Riyadh, Saudi Arabia : *Journal of Complementary And alternative Medical Research*
- Algonia, Theresia Lixeu. (2023). Berat badan kurang (underweight) pada anak. *from* <https://puskesmaslewolema.dinkes.florestimurkab.go.id/index.php/tentang-program/promkes/61-underweight-anak>. Di akses tanggal 10 januari 2024.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka cipta.
- Asih, Y., & Mugiati, M. (2018). Pijat *Tui Na* Efektif dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak Balita. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 98.
- Bella Nurdianti Pratami dkk (2020). Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita di PMB “R” Cipacing Kabupaten Sumedang Jawa Barat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol 12 (2) September 2020*.
- Ceria, Inayati dan Farida Arintasari. (2019). Pengaruh pemberian pijat *Tui Na* dengan berat badan anak balita. Seminar Nasional UNRIYO.
- Chatterjee, K. et al. (2016). Social determinants of inequities in under- nutrition (weight-for-age) among under-5 children: a cross sectional study in Gumla district of Jharkhand, India. *International journal for equity in health*, 15(1), pp. 1–9.
- Dayuningsih, Permatasari, T.A.E., Supriyatna, N. (2019). Pengaruh Pola Asuh Pemberian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, vol 14(2) halaman 8-11.
- Gao L, Jia CH, Ma SS, Wu T. (2018). Pediatric massage for the treatment of anorexia in children: A meta-analysis. *World J Tradit Chin Med* 2018;4:96-104
- Hidayat, A. A. (2021). *Menyusun Instrumen Penelitian & Uji Validitas Reliabilitas*. Health Books Publishing. Hal. 12.
- Irianto, Koes. (2014). *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi (Balanced Nutrition in Reproductive Health)*. Bandung: ALFABETA.
- Irva, dkk. (2014). Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. *JOM PSIK*, Vol I, No 2 Oktober 2014.
- Kemenkes. (2015). Situasi Kesehatan Anak Balita di Indonesia. *from* <https://www.kemkes.go.id/article/view/15042900001>. di akses pada tanggal 10 juli 2023.
- Khotiah, Nurul. (2020). Gambaran Pertumbuhan Anak Balita pada Ibu Usia >20 Tahun. Naskah Publikasi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta.
- Meinawati, L. (2021). Pengaruh *Tui Na Massage* Terhadap *Picky Eater* Pada Balita Usia 1 SD 5 Tahun Di Bpm Lilis Suryawati Jombang. *Jurnal Insan Cendekia (JIC)*, 8(1), 1–10.
- Munira, Syarifah Liza. (2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Disampaikan pada Sosialisasi Kebijakan Intervensi Stunting. Kementerian Kesehatan Republik

Indonesia. Jakarta.

Nursalam. (2020). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 5. Jakarta: Salemba Medika.

Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Papotot GS, Rompies R, Salendu PM. (2021). Pengaruh Kekurangan Nutrisi Terhadap Perkembangan Sistem Saraf Anak. *J Biomedik JBM*. 2021;13(3):266–73.

Sa'adati, Yuan. (2018). Analisis Penggunaan Metode AHP dan MOORA untuk Menentukan Guru Berprestasi Sebagai Ajang Promosi Jabatan. *Publikasi Jurnal & Penelitian Teknik Informatika* Volume 3 Nomor 1, 82-90.

Santoso, Yohanes. (2022). Ciri gizi buruk pada anak. *from <https://herminahospitals.com/id/articles/ciri-gizi-buruk-pada-anak.html>*. di akses tanggal 10 januari 2023.

Wahniningrum, D. (2017). Efektifitas Pijat *Tui Na* Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita Usia 1-5 Tahun di BPM Ma'Rifatun M. S Puring. Karya Tulis Ilmiah Thesis, STIKES Muhammadiyah Gombong.

WHO. (2022). *Global Nutriotion Target*. New York : WHO.

Wijayanti, titik dan ardiani sulistiani. (2019). Efektifitas pijat *Tui Na* terhadap kenaikan berat badan balita usia 1 – 2 tahun. *Jurnal Kebidanan Indonesia*. Vol 10 no 2. Juli 2019 (60 – 65).