

The Effect Of Tuina Acupressure for Toddler's Weight [Pengaruh Akupresur Tuina terhadap Berat Badan Balita]

Sekarlita Normaulida A.^{1*)}, Evi Rinata^{2*)}

¹⁾ Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾ Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi : evi.rinata@umsida.ac.id

Abstract. *There are still many toddlers in Indonesia who experience malnutrition and have not been overcome. Acupressure tuina can be an alternative that can be applied to increase the weight of toddlers. The purpose of this study was to determine the effect of tuina acupressure on toddler's weight. The method in this study was a quasi experiment with pre and post test methods. The population in this study were 22 toddlers who were in the working area of Posyandu, Jenisgelaran Village, Bareng, Jombang. The instruments used in this study were the MCH book, KMS card, weight scales and timer. The analysis of this study used the Paired T test. The results in this study showed a significance value of $P = 0.003$, which means there was a change in body weight before and after treatment. The conclusion is that there is an effect of tuina acupressure on toddler's weight*

Keywords – Toddler, Weight, Tuina acupressure

Abstrak. *Masih banyak balita di Indonesia yang mengalami kekurangan gizi dan belum diatasi. Akupresur tuina dapat menjadi salah satu alternatif yang dapat diterapkan untuk menambah berat badan balita. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh akupresur tuina terhadap berat badan balita. Metode dalam penelitian ini adalah quasi experiment dengan metode pre and post test. Populasi dalam penelitian ini adalah 22 balita yang berada di wilayah kerja Posyandu Desa Jenisgelaran, Bareng, Jombang. Instrumen yang dipakai dalam penelitian ini adalah buku KIA, kartu KMS, timbangan berat badan dan timer. Analisis penelitian ini menggunakan uji Paired T test. Hasil dalam penelitian ini didapatkan hasil nilai signifikansi $P = 0.003$ yang berarti ada perubahan berat badan sebelum dan setelah perlakuan. Kesimpulan ada pengaruh akupresur tuina terhadap berat badan balita*

Kata Kunci – Berat badan, Balita, Akupresur Tuina

I. Pendahuluan

Pada masa balita, anak-anak akan mengalami masa tumbuh dan berkembang. Definisi pertumbuhan yaitu penambahan ukuran, jumlah sel serta jaringan antar sel sedangkan perkembangan yaitu meningkatnya kemampuan struktur dan fungsi tubuh dari fase yang sederhana ke fase yang lebih kompleks. Pertumbuhan terbagi menjadi dua area yaitu, pertumbuhan linier dan pertumbuhan massa jaringan. Hal yang paling umum dalam pertumbuhan linier adalah tinggi atau panjang badan. Sedangkan penambahan massa jaringan ialah berat badan, lingkaran lengan atas (LILA), serta ketebalan lemak kulit [1]. Pertumbuhan pada balita dapat dinilai dengan beragam cara salah satunya ialah pengukuran antropometri. Salah satu parameter ukuran antropometri yang sering digunakan untuk melihat pertumbuhan fisik adalah berat badan dan tinggi badan. Untuk memantau status gizi pada anak ada tiga indikator yang digunakan oleh masyarakat yaitu BB/U, TB/U dan BB/TB [2].

Saat ini topik mengenai gizi masih menjadi permasalahan Negara berkembang, salah satunya adalah Indonesia. Menurut *Global Nutrition Report* pada tahun 2014, saat ini Indonesia berada pada urutan ke-17 dari 117 negara yang mempunyai permasalahan gizi diantaranya *stunting*, *wasting* dan *overweight* [3]. Pada tahun 2018, di Indonesia hampir 3 dari 10 anak balita mengalami gagal tumbuh kembang, seperlima anak usia sekolah dasar mengalami obesitas dan 1 dari 10 balita kekurangan berat badan [4]. Salah satu capaian target dalam *Millenium Development Goals (MDGs)* 2015 adalah penurunan presentase balita gizi buruk menjadi 3,6%. Menurut Riskesdas 2013, Indonesia memiliki sekitar 5,7% balita dengan gizi buruk atau sebanyak 26.518 anak. Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019, prevalensi status gizi buruk dan gizi kurang menurut Provinsi, Provinsi Jawa Timur menempati urutan ke-23 dengan jumlah anak kurang gizi sebanyak 13.40%, dan Presentase balita gizi buruk di Kabupaten Jombang sendiri pada tahun 2019 sebesar 2,64% dan di tahun 2020 meningkat sebesar 2,76% [5]. Trend status gizi buruk di Indonesia berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 juga mengalami penurunan dari tahun sebelumnya yang awalnya 24,4 menjadi 21,6. Namun hal tersebut masihlah belum dikatakan cukup karena rasio balita di Indonesia cukup banyak.

Gizi buruk berawal dari penurunan berat badan ideal seorang balita, sehingga jika berat badan balita mengalami penurunan terus menerus dapat menurunkan kecerdasan, produktifitas, kreatifitas, dan akan mempengaruhi kualitas

Sumber Daya Manusia (SDM) [6]. Perbaikan berat badan anak bergantung pada orang tua. Upaya menaikkan berat badan yang bisa dilakukan orang tua adalah terapi akupresur. Selama ini terapi pemijatan atau akupressure hanya dilakukan oleh dukun bayi jika bayi atau balita sedang sakit atau rewel, namun seiring berjalannya waktu berdasarkan beberapa penelitian pijat bayi dapat menghasilkan dampak neurologis yang dapat membantu meningkatkan pertumbuhan, menjaga imunitas tubuh, dan membantu perkembangan motorik balita [7]

Akupressur Tuina adalah teknik pijat tradisional Tiongkok yang berarti "tekan dan tahan". Akupressur Tuina adalah teknik modifikasi akupuntur tanpa jarum dengan cara menekan titik-titik meridian yang dapat memperbaiki metabolisme pada limpa dan lambung sehingga bisa mengurangi keluhan kesulitan makan pada anak [8]. Akupresur Tuina akan merangsang akupoint permukaan tubuh untuk meningkatkan energy (Qi) sehingga dapat menambah nafsu makan balita. Titik akupresur Tuina ada berbagai macam, namun titik akupressure Tuina yang terbukti secara ilmiah memperbaiki nafsu makan balita adalah titik P6, HT7, ST 36, SP6 dan LV3. Titik meridian tersebut bisa memperlancar metabolisme aliran darah ke limpa dan organ pencernaan melalui mekanisme hipotalamus yang bertindak penting dalam merespon perasaan lapar dan nafsu makan [9]. Namun masih banyak orang tua yang belum mengerti mengenai cara pemijatan dan manfaat dari akupressure tuina ini, sehingga berdasarkan latar belakang diatas, peneliti merasa perlu melakukan penelitian tentang judul pengaruh akupressure Tuina terhadap berat badan balita.

II. METODE

Penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan desain Quasi Eksperimental dengan metode pretest dan posttest. Dalam penelitian ini terdapat dua yaitu variabel terikat yang berupa berat badan dan variabel bebas yang berupa akupresur tuina. Populasi dalam penelitian yaitu seluruh balita di Posyandu Desa Jenisgelaran, Kecamatan Bareng, Kabupaten Jombang. Sampel dalam penelitian ini adalah 22 balita yang memenuhi kriteria inklusi yaitu balita yang mempunyai pola makan baik (makan 3x sehari dengan porsi yang sesuai), balita yang tidak sedang menderita gangguan pencernaan selama penelitian berlangsung dan balita dan orang tua yang kooperatif. Sampel tersebut terbagi kedalam 2 kelompok, yaitu kelompok kontrol, dan kelompok perlakuan yang diberikan akupresur tuina dengan titik penekanan P6, HT7, ST 36, SP6 dan LV3 searah jarum jam selama 15 menit per hari dan dilakukan rutin selama satu bulan. Pada penelitian ini teknik sampling menggunakan simple random sampling yang mana seluruh balita yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi penulis dapat berpeluang sama untuk dijadikan subjek penelitian.

Pengambilan data penelitian ini selama satu bulan yang dimulai dari bulan Februari 2023 – Maret 2023, pengumpulan data diambil melalui observasi secara langsung berat badan balita sebelum dan sesudah perlakuan. Instrumen yang digunakan berupa lembar observasi, checklist, timbangan berat badan, timer, kartu KMS dan Buku KIA. Analisis data terbagi menjadi analisis univariat yang berupa uji T paired sampel test untuk melihat rata-rata berat badan balita sebelum dan sesudah perlakuan.

Peneliti memiliki rekomendasi dari Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dan izin dari Posyandu dan petugas desa yang berwenang untuk mendapatkan persetujuan dalam mengambil data dengan memperhatikan masalah etika berupa Tanpa Nama (*Anonimity*) yaitu untuk menjaga kerahasiaan identitas responden, peneliti tidak memperlihatkan nama lengkap responden di lembar pengumpulan data, tetapi cukup dengan memberikan inisial atau kode dan Kerahasiaan (*Confidentiality*) yaitu menjamin informasi yang diberikan subjek tidak akan disampaikan kepada pihak lain yang tidak terkait dengan peneliti. Peneliti juga akan memberikan (*informed consent*) dan penjelasan lengkap mengenai penelitian ini. Jika subjek penelitian menolak atau responden tidak bersedia menjadi responden maka peneliti tidak akan memaksa kehendak dan akan memperhatikan hak-hak subjek.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data didalam penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu data umum yang berupa karakteristik responden dan data

khusus yang berupa analisis kenaikan berat badan sebelum dan sesudah perlakuan

Tabel 1 Frekuensi karakteristik responden

| Karakteristik | Frekuensi (n) | % | Total | |
|--------------------------|---------------|-----|-------|------|
| | | | N | % |
| Jenis Kelamin : | | | | |
| -Laki-laki | 16 | 73 | 22 | 100% |
| -Perempuan | 6 | 27 | | |
| Usia : | | | | |
| -Batita | 9 | 41 | 22 | 100% |
| -Prasekolah | 13 | 59 | | |
| Tingkat Pendidikan Ibu : | | | | |
| -SD | 0 | 0% | | |
| -SMP | 9 | 41% | 22 | 100% |
| -SMA | 11 | 50% | | |
| -Sarjana | 1 | 9% | | |
| Pekerjaan ibu : | | | | |
| -IRT | 13 | 59 | | |
| -PNS | 1 | 5 | 22 | 100% |
| -Karyawan Swasta | 7 | 31 | | |
| -Wirausaha | 1 | 5 | | |

Sumber : Data primer yang diolah, 2023

Berdasarkan tabel 1 responden terdiri dari laki-laki, sebagian besar responden berusia balita, Sebagian besar orang tua/wali responden berpendidikan SMA dan sebagian besar orang tua/wali responden menjadi ibu rumah tangga.

Tabel 2 Efektifitas kombinasi akupressure tuina dan konsumsi buah pepaya terhadap berat badan balita

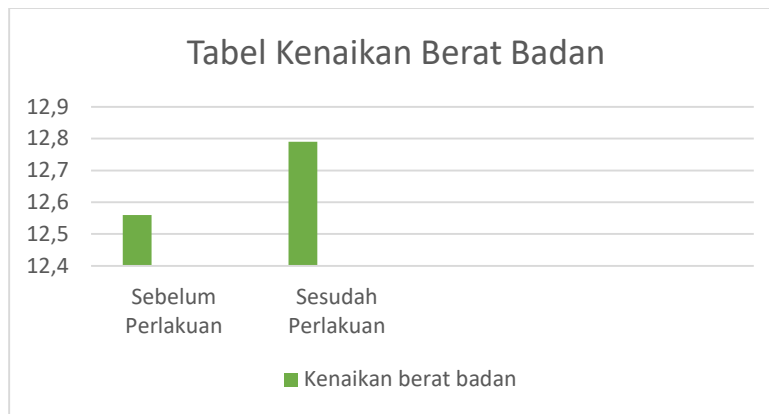
| Kelompok | Berat Badan | | Kenaikan Berat Badan | P* |
|-----------------|------------------|------------------|----------------------|-------|
| | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> | | |
| | (rata-rata ± SD) | (rata-rata ± SD) | | |
| Akupressure | 12,56±0.972 | 12,79±0.852 | 0,2±0.03 | 0.441 |
| Tanpa perlakuan | 11,24±0.265 | 11,21±0.368 | 0,0±0.750 | |

*) P = Uji One Way Anova

Sumber : Data primer yang diolah, 2023

Berdasarkan tabel 2 setelah data diuji dengan menggunakan uji Paired T Test kelompok akupressure memiliki nilai signifikasi P=0.03 (P<0.05). Hal ini menunjukkan terdapat kenaikan berat badan pada kelompok akupressure tuina. Namun pada kelompok perlakuan memiliki nilai signifikasi P=0.750 (P>0.05) yang berarti tidak ada perbedaan kenaikan berat badan sebelum dan sesudah perlakuan.

Tabel 3. Kenaikan berat badan balita pada kelompok akupressure, dan konsumsi buah pepaya dan Tanpa perlakuan



Sumber : Data primer yang diolah, 2023

Berdasarkan tabel 3 kelompok perlakuan akupressure mengalami kenaikan berat badan sekitar $\pm 0,2$ kg setelah diberi perlakuan. Hanya kelompok tanpa perlakuan saja yang tidak mengalami kenaikan berat badan. Balita dinyatakan sehat apabila berat badan anak naik setiap bulan dengan dilihat dari grafik KMS mengikuti garis pertumbuhan masih berada di garis hijau KMS [10]. Berat badan balita dipengaruhi oleh dua faktor antara lain faktor internal seperti asupan makanan serta faktor lingkungan seperti stimulasi orang tua, status ekonomi, budaya lingkungan, sanitasi lingkungan hingga pendidikan orang tua. [11]. Stimulasi dapat menjadi salah satu cara yang dapat orang tua maksimalkan untuk mendukung berat badan balita. Stimulasi sangat beragam jenisnya salah satunya Akupressure tuina. Akupressur tuina dapat menimbulkan efek biokimia dan fisik yang positif ke tubuh terutama organ pencernaan sehingga balita yang dipijat pencernaannya akan semakin lancar [12].

Hal tersebut didukung oleh penelitian Sulistiani (2020) yang menunjukkan ada pengaruh pijat Tui Na terhadap kenaikan berat badan. Pemijatan tuina yang dilakukan setiap hari dapat merangsang balita agar lebih tenang dan nyaman sehingga fase istirahat balita lebih berkualitas dan saat balita terbangun maka tubuh akan lebih optimal menjalankan fungsinya. Dengan aktivitas yang optimal maka balita akan mudah lapar dan ingin makan dikarenakan saluran pencernaannya bekerja secara optimal [13].

Salah satu titik pemijatan tuina adalah titik ST 36 yang terletak pada 3 jari (3 cun) arah lateral patella. Titik ini mempengaruhi organ gastrointestinal. Pemijatan pada titik ini dapat membantu peningkatan nafsu makan, mengurangi mual dan nyeri abdomen. Selain itu, ada titik LV 3 yang terletak diantara tulang kedua dan ketiga metatarsal. Titik ini mempengaruhi organ hati. Pemijatan pada titik ini dapat memperlancar metabolisme tubuh yang abnormal [14].

Berdasarkan penelitian Yuniati (2021) menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi pijat terhadap kenaikan berat badan. Stimulus dan usapan yang dilakukan saat pemijatan akan memicu hormone oksitosin dalam plasma darah akan meningkat dan dapat menimbulkan efek relaksasi dan menurunkan aktivitas saraf simpatic, sehingga memberikan efek stimulasi pada organ pencernaan [15]. Pemijatan secara terus menerus pada meridian tuina dapat membantu merangsang hormone epinephrine dan noraepinephrine yang berfungsi dalam menstimulasi tumbuh kembang balita meningkat sehingga pijat tuina tidak hanya bermanfaat untuk menambah berat badan balita tapi juga dapat bermanfaat bagi perkembangan motorik balita [16]. Selain itu kini terapi pijat bukan hanya dapat dilakukan di spa dan tempat perawatan kesehatan, namun dapat dilakukan dirumah. Oleh karena itu orang tua dapat menerapkan pemijatan tuina dirumah.

IV. KESIMPULAN

Dari penelitian tersebut bisa disimpulkan bahwa ada kenaikan berat badan balita sesudah diberi perlakuan pada kelompok perlakuan akupressure tuina, Dari penelitian ini diharapkan bidan sebagai salah satu pemberi layanan kesehatan dapat membantu orang tua untuk mengoptimalkan tumbuh kembang balita dengan cara selalu memantau pertumbuhan dan perkembangan balita

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Bapak Bambang selaku Kepala Desa Jenisgelaran, Jombang yang telah memberikan izin peneliti untuk melakukan penelitian di Desa Jenisgelaran, dan juga kepada Bidan Yola Amd.Keb selaku Bidan Desa Jenisgelaran, Jombang yang sudah memberikan fasilitas baik dari tempat, waktu dan lainnya dalam penelitian ini.

REFERENSI

- [1] I. F. I Dewa Nyoman Supariasa, *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC, 2016.
- [2] Febrikharisma, *Hubungan Antara TB/U Dengan Fungsi Motoric Anak Usia 2-4 Tahun*. Semarang: FK Undip, 2013.
- [3] K. Pibriyanti, "FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN GIZI KURANG PADA ANAK BALITA Associated Factors with Malnutrition on Toddlers," *J. Kesehat. Glob.*, vol. 5, no. 1, pp. 10–18, 2022.
- [4] UNICEF, "Status Anak Dunia 2019," *UNICEF*, 2019. <https://www.unicef.org/indonesia/id/status-anak-dunia-2019>
- [5] N. K. Aryastami and I. Tarigan, "Kajian Kebijakan dan Penanggulangan Masalah Gizi Stunting di Indonesia Policy Analysis on Stunting Prevention in Indonesia," *Bul. Penelit. Kesehat.*, vol. 45, no. 4, pp. 233–240, 2017.
- [6] N. Fidiatoro and T. Setiadi, "Model Penentuan Status Gizi Balita Di Puskesmas," *J. Sarj. Tek. Inform.*, vol. 1, no. 1, pp. 367–373, 2013.
- [7] S. S. S. Dewi, D. Ramadhini, and Y. Aswan, "Efektifitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi di Ruang Perinatologi RSU Inanta Kota Padangsidempuan," *J. Akad. Baiturrahim Jambi*, vol. 10, no. 1, p. 170, 2021, doi: 10.36565/jab.v10i1.296.
- [8] A. Munjidah, "Efektifitas Pijat Tuina Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita RW 2 Kelurahan Wonokromo Surabaya," *J. Ilm. Kesehat.*, vol. 8, pp. 193–199, 2016.
- [9] M. Tresiana Effendi, D. Fatmasari, and M. Sakundarno Adi, "The Effect of Acupressure Point of LI4, PC6, ST25, and ST36 on Increasing the Immunoglobulin and Weight Loss among Toddler," *Int. J. Nurs. Heal. Serv.*, vol. 3, no. 3, pp. 364–373, 2020, doi: 10.35654/ijnhs.v3i3.200.
- [10] D. Riawati and L. Hanifah, "Evaluasi Pertumbuhan Balita Berdasarkan Umur Dan Berat Badan," *J. Kebidanan Indones.*, vol. 8, no. 2, pp. 85–96, 2017, [Online]. Available: <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/JKebIn/article/download/18/17>
- [11] N. Faizah, L. T. Arlym, and R. Rukmaini, "Pengaruh Terapi Pijat terhadap Kenaikan Berat Badan Balita di PMB Bidan Lena Rangkapan Jaya Kota Depok Tahun 2023," *J. Sehat Mandiri*, vol. 18, no. 1, pp. 23–32, 2023, doi: 10.33761/jsm.v18i1.911.
- [12] B. T. Carolin, S. Suprihatin, and C. Agustin, "Pijat Bayi dapat Menstimulus Peningkatan Berat Badan pada Bayi," *J. Ilm. Kebidanan Indones.*, vol. 10, no. 02, pp. 28–33, 2020, doi: 10.33221/jiki.v10i02.478.
- [13] Meinawati, Lusianah, Peermatasari, and ratna dewi, "Pencegahan Picky Eater Melalui Tuina Mmassage pada Balita di Desa Candimulyo Jombang," vol. 2, no. 57, pp. 29–36, 2022, [Online]. Available: <https://digilib.itskesicme.ac.id/ojs/index.php/jam/article/view/983/706>
- [14] W. Ambarsari, W. Sulastri, and N. Lasmadasari, "Penerapan Akupresur dan Kompres Hangat Dalam Asuhan Keperawatan Pada Pasien Gastritis," *J. Ris. Media Keperawatan*, vol. 5, no. 1, pp. 6–11, 2022, doi: 10.51851/jrmk.v5i1.325.
- [15] I. Yuniati, "Kearifan Lokal Pijat Bayi bagi Peningkatan Berat Badan Bayi," *J. Widyaiswara Indones.*, vol. 2, no. 2, pp. 93–104, 2021, [Online]. Available: <http://ejournal.iwi.or.id/ojs/index.php/iwi/article/view/86/46>
- [16] L. Suryani, Stik. Husada Jombang, and D. Retno Wati, "Pengaruh Acupressure Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Usia 13-36 Bulan," vol. IV, 2023.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.