

Akupresur dan Temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza Roxb*) Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita

Mar'ati Amalia R.¹⁾, Evi Rinata²⁾, SM Faridah Hanum³⁾, Nurul Azizah⁴⁾

¹⁾Program Studi S1 Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

^{2,3,4)} Program Studi Profesi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

evi.rinata@umsida.ac.id

Abstract. *Increasing toddler weight can be done with acupressure at points ST36, SP6, ST25 Curcuma xanthorrhiza. The purpose of this study was to determine the effect of a combination of acupressure and curcuma on toddler weight. Methods: The research design used Quasi Experimental with pre-posttest. The sample amounted to 36 toddlers in Plumbungan Village and was divided into 3 groups, namely the control, acupressure and combination. The sampling technique used is simple random sampling with scales, observation sheets. The study was conducted for 2 weeks and the analysis used was the One Way ANOVA test. Results: There was an increase in body weight in each group and a significance value of $P=0.010$ was obtained, meaning that there was a significant effect. Higher weight gain occurred in the combination group. Conclusion: There is a significant effect of the combination of acupressure and curcuma with weight gain for toddlers.*

Keywords - Body weight of toddlers; Acupressure; Curcuma

Abstrak. Peningkatan berat badan balita dapat dilakukan dengan akupresur pada titik ST36, SP6, ST25 Curcuma xanthorrhiza. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kombinasi akupresur dan temulawak terhadap berat badan balita. Metode: Desain penelitian menggunakan Quasi Eksperimental dengan pre-posttest. Sampel berjumlah 36 balita di Desa Plumbungan dan dibagi menjadi 3 kelompok, yaitu kelompok kontrol, akupresur dan kombinasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah simple random sampling dengan alat ukur timbangan dan lembar observasi. Penelitian dilakukan selama 2 minggu dan analisis yang digunakan adalah uji One Way ANOVA. Hasil: Terjadi peningkatan berat badan pada masing-masing kelompok dan didapatkan nilai signifikansi $P=0,010$ yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan. Peningkatan berat badan yang lebih tinggi terjadi pada kelompok kombinasi. Kesimpulan: Terdapat pengaruh yang signifikan dari kombinasi akupresur dan temulawak terhadap kenaikan berat badan balita.

Kata kunci - Berat badan balita; Akupresur; Temulawak

I. PENDAHULUAN

Anak usia balita disebut masa emas (golden age) atau keemasan karena proses perkembangan dan pertumbuhan anak usia balita berlangsung cepat dan menentukan keberhasilan pada periode berikutnya [1]. Cara menilai pertumbuhan anak dapat dilakukan dengan berbagai cara termasuk pengukuran antropometri. Salah satu point yang dinilai adalah berat badan yang dapat dilakukan pada semua kelompok usia serta memberikan gambaran massa tubuh terlebih ketika terjadi perubahan yang mendadak seperti jika anak terserang infeksi, dan sebagainya. Point yang dinilai diantaranya berat badan berdasarkan umur (BW/U), tinggi badan berdasarkan umur (PB/ U), dan berat badan berdasarkan tinggi badan (BB/PB) atau (BB/TB) dan Indeks Massa Tubuh berdasarkan umur (IMT/U) [2]. Gizi yang baik sangat penting selama masa balita dimana dapat mempengaruhi masa pertumbuhan, perkembangan dan kecerdasan [3]. Kebutuhan gizi balita berkembang dan berubah di setiap tahap perkembangannya menjadikan mereka masuk dalam kategori rentan terhadap penyakit akibat kekurangan gizi [4].

Gizi kurang disebabkan oleh asupan energi, protein, atau yang tidak memadai vitamin dan mineral serta menyebabkan gangguan perkembangan dan penurunan keterampilan kognitif [5]. Selain itu, kurangnya nutrisi pada anak berdampak pada timbulnya penyakit dikarenakan kemampuan tubuh tidak bisa melawan infeksi dan penurunan kerja otak. Menurut laporan WHO tahun 2020, sekitar 144 juta balita mengalami pertumbuhan terhambat, 47 juta anak kurus dan 14,3 juta anak sangat kurus, sementara 38,3 juta anak mengalami obesitas [6]. Gizi kurang berkepanjangan berakibat terjadinya malnutrisi pada anak dan mengganggu kerja sistem saraf serta meningkatkan resiko infeksi, mortalitas dan morbiditas serta gangguan pada perkembangan mental dan kognitif [7]. Penilaian status gizi dapat menggunakan antropometri, biokimia, dan biofisik [8]. Antropometri digunakan untuk mengukur berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, dan sebagainya. Dengan demikian, pencegahan dan pengobatan harus dilakukan untuk mencegah kekurangan gizi pada balita dengan monitoring berat badan balita setiap bulan untuk mengetahui pertumbuhannya [9].

Berdasarkan hitungan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 anak usia dibawah lima tahun dengan gizi kurang/ Underweight sebesar 17,1%, Stunting sebesar 21,6% dan kurus/ Wasting sebesar 7,7%. Masing-masing

status gizi ada yang mengalami kenaikan dan penurunan. Pada indikator Stunting terjadi penurunan sebesar 2,8% dibanding tahun 2021. Sedangkan indikator status gizi pada balita Underweight dan Wasting mengalami kenaikan sebesar 0,1% dan Wasting sebesar 0,6% dilanjutkan dengan prevalensi di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2022 menyebutkan persentase balita Underweight sebesar 15,8 %, Stunting sebesar 19,2% dan Wasting sebesar 7,2%. Di Kabupaten Sidoarjo sendiri tahun 2022 persentase balita Wasting sebesar 9,6% dan Underweight 7,2 % [10]. Jumlah ini mengalami kenaikan dari 5,4% balita Wasting dan 7,2% balita Underweight pada tahun 2021 [11]. Berdasarkan data balita timbang menurut kecamatan dan puskesmas tahun 2022 di Kabupaten Sidoarjo, jumlah anak usia 0-59 bulan yang datang untuk ditimbang di Kecamatan Sukodono sebanyak 6.441 dengan 778 atau persentase sebesar (12,1%) balita mengalami berat badan kurang menurut indeks BB/U. Jumlah ini menjadi yang terbanyak di Kabupaten Sidoarjo. Berbagai macam upaya pemerintah termasuk di Kabupaten Sidoarjo dalam pencegahan dan penanganan permasalahan gizi anak selalu ditangani setiap tahunnya berupa penanganan secara langsung seperti pelaksanaan pemberian nutrisi tambahan (PMT) dan pengobatan pada anak menderita gizi buruk, kemudian penanganan secara tidak langsung seperti penyuluhan pendidikan gizi seimbang kepada masyarakat, peningkatan kapasitas dan kemampuan tenaga ahli gizi dan pelatihan gizi anak kemudian pembentukan kelompok pendukung menyusui [12].

Pemberian metode non-farmakologis sebagai alternatif pendukung dalam meningkatkan berat badan seperti stimulasi pijat akupresur dan pemanfaatan tanaman alami temulawak. Akupresur adalah metode terapi yang melibatkan penekanan pada titik-titik organ (meridian) pada tubuh untuk menghasilkan stimulasi pada energi kehidupan atau qi, dengan tujuan menyembuhkan keluhan yang dirasakan atau meningkatkan kualitas kesehatan [13]. Menurut Munjidah (2018) pemijatan di titik organ tertentu dapat melancarkan peredaran darah ke limpa dan sistem pencernaan. Karena aliran darah yang lancar berdampak pada peningkatan nafsu makan [14]. Beberapa titik akupresur yang terbukti dalam meningkatkan nafsu makan balita diantaranya terdapat pada kaki yaitu SP6 (San Yinjiao) dan ST36 (Zusanli), serta titik pada perut yaitu CV12 (Zhongwan), dan ST25 (Tianshu). Titik-titik meridian tersebut dapat menghantarkan sinyal gelombang otak (hipotalamus) yang menghasilkan respon rasa lapar pada anak. Hipotalamus menghasilkan hormon ghrelin, yang berperan dalam mengatur rasa lapar dan nafsu makan [15]. Selain Stimulasi Akupresur, masyarakat dapat memanfaatkan tanaman alami seperti temulawak. Temulawak dapat meningkatkan sekresi kelenjar empedu yang bertujuan untuk emulsi lemak dan mempercepat kerja lambung sehingga mengalami pengosongan lambung yang cepat [16]. Selain itu, zat kurkumin dan kurkuminoid yang terdapat pada temulawak mempunyai efek kemopreventif (pencegahan) dan kuratif (pencegahan) yang dapat melawan bakteri kanker serta memiliki efek meningkatkan aliran urin dan menghilangkan nyeri pada sendi serta meningkatkan nafsu makan [17].

Berdasarkan latar belakang diatas, orang tua dapat memberikan inovasi sebagai upaya meningkatkan berat badan balita menggunakan metode non-farmakologis stimulasi pijat akupresur dan konsumsi temulawak. Pemijatan pada kaki di titik ST 36 dan SP 6, serta titik pada perut di titik ST 25 dan CV 12 dapat memperlancar peredaran darah, sedangkan temulawak dapat meningkatkan sekresi kelenjar empedu sehingga kombinasi keduanya berdampak pada proses pengosongan lambung yang cepat. Oleh karena itu, penelitian terhadap pengaruh kombinasi akupresur pada titik ST 36, SP 6, ST 25 dan CV 12 dengan temulawak perlu dilakukan untuk mengetahui peningkatan nafsu makan balita yang berdampak pada kenaikan berat badan.

II. METODE

Desain penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen* berupa pretest- posttest. Variabel Independen pada penelitian ini berupa akupresur dan temulawak sedangkan variabel dependen adalah berat badan balita. Populasi yang diambil adalah balita di dua posyandu Desa Plumbungan. Perhitungan sampel menggunakan rumus slovin dan didapatkan sebesar 36 balita dengan usia 12-49 bulan yang telah disesuaikan dengan kriteria inklusi yaitu balita kurus menurut indeks BB/U atau BB/TB, balita dengan pola makan teratur yaitu 3x sehari, balita yang tidak memiliki masalah pencernaan dan balita yang memiliki orang tua kooperatif. Sampel dibagi menjadi 3 kelompok diantaranya kelompok pertama adalah akupresur 12 orang, kelompok kedua kombinasi akupresur dan temulawak sebanyak 12 orang dan kelompok ketiga adalah kontrol sebanyak 12 orang. Peneliti menyiapkan cadangan sampel sebanyak 3 responden pada setiap kelompok. Penelitian ini dilaksanakan di posyandu Dusun Plumbungan dan Sumentoro Kidul pada tanggal 23 April sampai dengan 14 Mei. Instrumen dalam penelitian ini berupa lembar observasi, timbangan berat badan, lembar KMS pada buu KIA, dan checklist.

Prosedur pemberian intervensi pada kelompok akupresur pemijatan dilakukan pada 4 titik meridian yaitu ST 36 dan SP 6 yang terletak pada kaki, dan ST 25, CV 12 yang terletak pada perut. Teknik pemijatan searah jarum jam selama 15-20 menit yang dapat diberikan 30 menit setelah makan secara rutin sehari sekali selama dua minggu. Para ibu diajarkan dan diberikan demonstrasi selama 30 menit sampai ibu bisa melakukan dengan benar dan tepat. Peneliti dibantu oleh rekan sesama mahasiswi S1 Kebidanan Umsida dan kader posyandu melakukan demonstrasi secara langsung pada salah satu balita sebagai media untuk memijat yang kemudian diikuti oleh orang tua balita. Peneliti memberikan lembar observasi kepada ibu dan wajib diisi sesuai arahan yaitu pemberian akupresur kepada anaknya sehari sekali dengan durasi 15-20 menit selama 2 minggu.

Pada kelompok kombinasi akupresur dan temulawak prosedur pemberian akupresur sama dan terdapat penambahan konsumsi temulawak sehari 2x pada pagi dan sore hari sebanyak 1 sendok teh. Temulawak

menggunakan produk Alamix dari PT. Jamu Jago dengan komposisi 250 gram bubuk temulawak yang dicampurkan dengan 200 ml air mineral hangat diminum secara teratur selama dua minggu. Adapun kelompok kontrol maka peneliti tidak memberikan perlakuan.

Peneliti menjelaskan informasi terkait penelitian dan memberikan inform consent kepada ibu jika bersedia. Setelah pengisian inform consent, maka peneliti memberikan demonstrasi pada kelompok akupresure dan kelompok kombinasi melalui panduan (lembar SOP). Tahap pelaksanaan pre-test dilakukan ketika posyandu dan dilakukan penimbangan berat badan menggunakan timbangan digital dengan satuan kilogram/berat badan (Kg/BB). Evaluasi pengukuran berat badan setelah intervensi (posttest) dilakukan pada setiap minggu. Selama masa penelitian, ditemukan 2 sample dropout dari kelompok kombinasi dan digantikan oleh 2 cadangan sampel.

Pengujian normalitas data dengan Shapiro-Wilk terdistribusi normal $P < 0,05$. Analisis uji statistic menggunakan one-way ANOVA dengan taraf signifikasi $P = 0,010 (< 0,05)$ maka H_a diterima artinya terdapat perbedaan rata-rata pre-posttest. Penelitian ini telah lulus uji etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Nomor Surat No.132/EC/KEPK/2024.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian menyajikan data menjadi 2 bagian yaitu data umum dan data khusus. Yang pertama adalah data umum yaitu karakteristik responden, sedangkan kedua adalah data khusus yaitu berat badan balita sebelum dan sesudah perlakuan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	%	Total	
			N	%
Jenis Kelamin:				
Laki-laki	17	47.2%	36	100%
Perempuan	19	52.8%		
Usia:				
1-3 tahun	32	88,9%	36	100%
4-5 tahun	4	11,1%		
Tingkat Pendidikan Ibu:				
SD	1	2.8%		
SMP	6	16.7%		
SMA	23	63.9%	36	100%
DIII	1	2.8%		
S1	5	13.9%		
Pekerjaan Ibu:				
IRT	22	61.1%		
Swasta	13	36.1%	36	100%
Wirausaha	1	2.8%		

Sumber: Data primer yang diolah, 2024

Berdasarkan table 1 Jumlah keseluruhan responden sebesar 36 berjenis kelamin perempuan (52.8%) sedangkan lainnya berjenis kelamin laki-laki (47.2%). Sebagian besar responden berusia 1-3 tahun (88.9%) dan sisanya usia 4-5 tahun (30.6%). Tingkat Pendidikan ibu terbanyak adalah SMA (63.9%) dan paling sedikit adalah DIII 2,8%. Adapun pekerjaan ibu terbanyak adalah sebagai ibu rumah tangga (61,1%) dan minoritas adalah wirausaha (2.8%).

Tabel 2. Pre-Test dan Post Test Berat Badan Balita

Kelompok	Berat Badan			P-Value
	Pre-Test	Post-Test	Selisih	
Akupresure	12,95±2,58	13,59±2,63	0,64	0,010
Kombinasi	12,56±2,14	13,36±2,27	0,80	
Akupresure dan Temulawak				
Kontrol	10,91±1,38	11,00±1,39	0,09	

Sumber: Data primer yang diolah, 2024

Tabel 2 menunjukkan hasil kenaikan berat badan pada setiap kelompok yang diuji menggunakan One Way ANOVA yang bertujuan mengetahui perbedaan rerata dan selisih berat badan pretest dan post-test. Pada berat badan kelompok akupresure menunjukkan hasil pre-test ($M = 12,95$, $SD = 2,58$) dan post-test ($M = 13,59$, $SD = 2,63$), terjadi kenaikan sebesar 0,64 kg yang didapatkan dari hasil selisih posttest dengan pretest. Pada berat badan kelompok kombinasi menunjukkan hasil pre-test ($M = 12,56$, $SD = 2,14$) dan post-test ($M = 13,36$, $SD = 2,27$), terjadi kenaikan sebesar 0,8 kg yang didapatkan dari selisih posttest dengan pretest. Pada berat badan kelompok kontrol menunjukkan hasil pre-test ($M = 10,91$, $SD = 1,38$) dan post-test ($M = 11,00$, $SD = 1,9$), terjadi kenaikan sebesar 0,09 kg hal ini didapatkan dari hasil selisih posttest dengan pretest. Dari tabel 2 pada kolom P-value menunjukkan hasil 0.010 ($P < 0.05$) sehingga H_0 ditolak artinya ada perbedaan pada ketiga kelompok tersebut. Maka uji selanjutnya dilakukan uji Post Hoc Tukey.

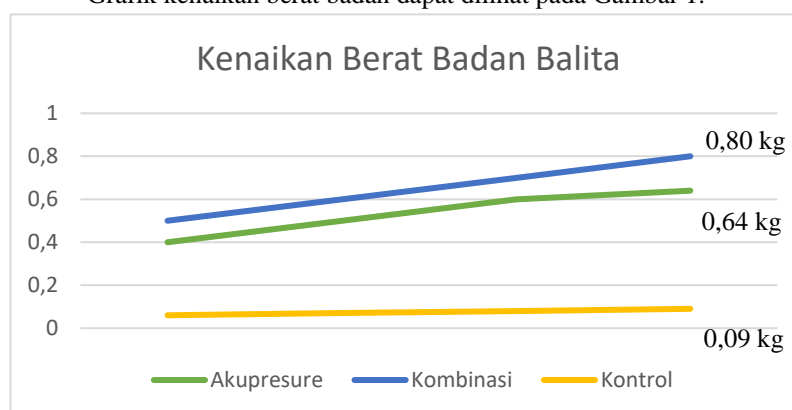
Tabel 3. Uji lanjutan Post Hoc Tukey

I	J	Mean	Sig.
Kelompok	Kelompok	Difference	
Perlakuan	Perlakuan	(I-J)	
Akupresur	Kombinasi	0.2250	.965
	Kontrol	2.5833*	.017
Kombinasi	Akupresur	-.2250	.965
	Kontrol	2.3583*	.031
Kontrol	Akupresur	-2.5833	.017
	Kombinasi	-2.3583	.031

Perbedaan rata-rata pada kelompok akupresure dengan kelompok kombinasi akupresure dan temulawak diperoleh 0.2250 dengan sig. 0.965. Perbedaan kelompok perlakuan akupresure dengan kelompok kontrol diperoleh 2.5833 dengan sig. 0.017. Sedangkan perbedaan rata-rata kelompok perlakuan kombinasi dengan kelompok kontrol diperoleh 2.3583 dengan sig. 0.031. Maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan signifikan antara kelompok akupresure dengan kelompok kombinasi dikarenakan nilai sig. > 0.05 serta sebaliknya dan ada perbedaan signifikan antara kelompok perlakuan dengan kelompok tanpa perlakuan karena nilai sig. < 0.05 .

Dari tabel 2 dapat disimpulkan adanya kenaikan berat badan pada setiap kelompok. Akan tetapi, pada kelompok akupresur dan kombinasi akupresur serta konsumsi temulawak didapatkan kenaikan yang signifikan (Gambar 1).

Grafik kenaikan berat badan dapat dilihat pada Gambar 1.



Karakteristik Responden

Responden penelitian diambil dari balita di Desa Plumbungan, Kecamatan Sukodono, Kabupaten Sidoarjo. Jumlah responden 36 balita. Berdasarkan tabel 2 jumlah responden terbanyak berdasarkan jenis kelamin adalah Perempuan sebesar 52,8% (19 responden) sedangkan laki-laki sebesar 47,2% (17 responden). Karakteristik responden berdasarkan usia terbanyak adalah 1-3 tahun 88,9% (32 responden) dan sisanya berusia 4-5 tahun 11,1% (4 responden). Tingkat Pendidikan ibu terbanyak adalah jenjang SMA sebesar 63,9% (23 responden). Adapun karakteristik menurut pekerjaan ibu terbanyak adalah sebagai ibu rumah tangga sebesar 61,1% (22 responden).

Pemberian Akupresure dengan Kenaikan Berat Badan

Dari hasil temuan penelitian didapatkan ada kenaikan berat badan sebesar 0,64 kg setelah diberikan akupresur sehingga terdapat hubungan akupresur dengan peningkatan berat badan balita. Hal ini searah dengan penelitian Suryani (2023) menunjukkan adanya pengaruh pemberian akupresur terhadap kenaikan berat badan balita. Dalam penelitiannya menyebutkan, rentang kenaikan berat badan antara 100-700 gram setelah dilakukan intervensi [18]. Hal yang sama dibuktikan oleh Wulaningsih (2022) dalam penelitiannya menyatakan pijat tuina berpengaruh terhadap peningkatan nafsu makan balita [19].

Upaya untuk menaikkan berat badan balita tidak hanya cara farmakologi dengan multivitamin atau obat-obatan lainnya [20]. Akan tetapi, dapat menggunakan terapi non farmakologi seperti berbagai macam pijat atau akupresur yang dapat meningkatkan berat badan balita karena manfaatnya dapat melancarkan pencernaan, membuat balita nyaman (relaksasi), mengantuk (cepat tertidur), tidur lebih lelap dan saat bangun anak akan merasa lapar [21].

Akupresure bekerja dengan mengaktifkan sirkulasi energi vital dengan merangsang aliran energi pada meridian menggunakan teknik tekanan, pijatan, memutar, mencubit, menarik, mengetuk atau mengurutkan dengan ibu jari atau jari telunjuk pada titik tertentu dari tubuh [15]. Meridian akupresure pada dasarnya adalah saluran dalam tubuh manusia untuk mempertahankan energi Qi sehingga berpengaruh pada kondisi kesehatan. Setiap meridian akupresure terhubung dengan berbagai organ dan jaringan manusia. Pijatan atau tekanan pada titik tertentu meridian dapat mengurangi rasa sakit yang dirasakan oleh manusia sehingga dapat menyembuhkan beberapa keluhan sakit [22]. Aktivitas nervus vagus dapat ditingkatkan dengan akupresure sehingga merangsang hormon pencernaan yaitu insulin dan gastrin. Peran insulin berkaitan dengan metabolisme karbohidrat, penyimpanan glikogen, sintesa asam lemak, asam amino dan sintesa protein sehingga dua hormon ini merangsang penyerapan sari-sari makanan menjadi lebih baik dan menghasilkan kenaikan berat badan balita [23].

Pemberian Kombinasi Akupresur dan Temulawak dengan Kenaikan Berat Badan

Pada penelitian ini didapatkan adanya kenaikan berat badan sebesar 0,80 kg setelah diberikan kombinasi akupresur dan temulawak yang artinya ada hubungan pemberian kombinasi akupresur dan temulawak terhadap peningkatan berat badan balita. Hal ini searah dengan penelitian Hanum (2022) menunjukkan kombinasi pemberian akupresur dan temulawak efektif meningkatkan nafsu makan terbukti dengan kenaikan berat badan yang dialami balita [24]. Penelitian ini juga searah dengan Yuli (2023) yang menyatakan ada pengaruh pemberian ekstrak temulawak dengan nafsu makan balita yang meningkat [16]. Penelitian lain oleh Novikasari (2019) didapatkan adanya peningkatan berat badan balita setelah diberikan temulawak dan [25]. Demikian juga, penelitian oleh Faizah (2023) menunjukkan adanya kenaikan berat badan balita setelah diberikan terapi pijat [23].

Akupresure bermanfaat dalam peningkatan imunitas, berat badan, kualitas tidur, melancarkan fungsi pencernaan serta pembuangan [26]. Selain itu, akupresur dapat meningkatkan penyerapan nutrisi atau gizi lebih optimal dan menambah nafsu makan sehingga terjadi kenaikan berat badan [27]. Demikian juga, dengan temulawak yang mempunyai fungsi diuretic, penghilang nyeri sendi serta meningkatkan nafsu makan [28]. Kombinasi antara akupresure dan temulawak dapat meningkatkan nafsu makan karena manfaat akupresure dapat melancarkan peredaran darah termasuk ke sistem pencernaan, selain itu, tekanan yang dilakukan dapat menyebabkan peningkatan saraf vagus sehingga produksi enzim penyerapan seperti gastrin dan insulin meningkat dan berdampak pada penyerapan yang lebih optimal [29]. Adapun temulawak memiliki zat antimikroba yang dapat menjadi alternatif pengobatan masalah pencernaan. Kandungan minyak atsiri didalamnya berpotensi menghambat atau membunuh mikroba patogen. Kemudian, zat kurkumin yang juga memiliki sifat antimikroba membuat temulawak dapat menjadi pengobatan alternatif terkait gangguan pencernaan salah satunya kesulitan makan pada balita [30].

Pengaruh kenaikan berat badan pada kelompok akupresure dengan kelompok yang diberikan kombinasi akupresure dan temulawak serta kelompok kontrol

Hasil penelitian didapatkan adanya kenaikan berat badan pada setiap kelompok, artinya terdapat pengaruh akupresur ataupun kombinasi akupresur dan temulawak terhadap berat badan balita dibandingkan dengan kelompok kontrol. Akan tetapi, rerata kenaikan berat badan lebih tinggi terjadi pada kelompok kombinasi yaitu 0,80 kg kemudian 0,64 pada kelompok akupresur dan yang paling rendah adalah kelompok kontrol yaitu 0,09 kg. Hal ini membuktikan kombinasi akupresur dan temulawak lebih mempengaruhi berat badan balita. Penelitian ini searah dengan Leyla (2023) yang membuktikan adanya pengaruh akupresure pada titik-titik tersebut dengan nafsu makan balita dan menyebabkan peningkatan berat badan [31]. Penelitian oleh Rizqitha (2019) menyatakan bahwa adanya

pengaruh metode H-Hope dan akupresur terhadap kenaikan berat badan balita [32]. Hal yang sama dinyatakan oleh Nurdianti (2020) bahwa pijat Tui Na berpengaruh dengan peningkatan berat badan balita [33]. Demikian juga, penelitian oleh Rukmaini (2024) membuktikan bahwa pemberian temulawak secara efektif meningkatkan nafsu makan anak [34]. Penelitian lain oleh Kartika Swarnasari Kusuma (2022) menyatakan adanya pengaruh pemberian olahan temulawak dengan nafsu makan balita yang meningkat [35].

Akupresure merupakan metode tradisional cina kuno yang didasarkan pada prinsip aktivasi akupoint di seluruh meridian yang memperbaiki ketidakseimbangan antara Qi [22]. Menurut Ikhsan (2019), pijat bayi bermanfaat dalam peningkatan berat badan, pertumbuhan, daya tahan tubuh, konsentrasi dan membuat bayi tidur dengan nyenyak, membangun ikatan kasih sayang orang tua dan anak serta peningkatan produksi ASI [13]. Akupresur dapat menjadi pilihan terapi non-farmakologis dalam upaya meningkatkan nafsu makan anak selain multivitamin atau obat-obatan. Dengan nafsu makan yang meningkat secara maka terjadi peningkatan berat badan [18].

Penekanan pada titik ST 36 memiliki efek pelepasan hormon dan merangsang motilitas otot polos mukosa lambung atau usus halus. Hormon tersebut adalah gastrin yang dapat mempercepat pengosongan lambung, kemudian akupresur pada titik SP 6 dapat melepaskan hormon pertumbuhan IGF-1 (Insulin Growth Factor-1) yang merangsang hormon insulin serta berperan dalam metabolisme lemak dan protein [36]. Titik ST 25 dapat merangsang hormon ghrelin di usus halus serta meningkatkan aliran darah dan energi di usus [37].

Adapun temulawak dikenal masyarakat dapat menambah nafsu makan dan beberapa telah melakukan secara turun-temurun. Kandungan minyak atsiri dan kurkumin pada temulawak membantu meningkatkan kerja organ pencernaan, merangsang dinding empedu, mengeluarkan empedu serta pelepasan getah pankreas yang mengandung beberapa enzim diantaranya, amilase, lipase dan protease yang berfungsi dalam pencernaan karbohidrat, lemak dan protein [38]. Khasiat temulawak untuk mengobati berbagai penyakit telah diteliti karena memiliki sifat farmakologi seperti antiinflamasi, antibakteri, antioksidan, neuroprotektif, antitumor, dan aktivitas hepatoprotektif [39].

VII. SIMPULAN

Terdapat pengaruh akupresure dan kombinasi akupresure dan temulawak terhadap berat badan balita. Hal ini ditunjukkan adanya kenaikan berat badan yang dialami balita sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Akan tetapi, kenaikan yang signifikan didapatkan pada kelompok kombinasi akupresur dan temulawak. Saran untuk masyarakat dapat memberikan dosis temulawak pada balita sebanyak 2,5 gram dengan diseduh 125 cc air hangat yang dikonsumsi 2x sehari. Untuk peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan memberikan inovasi temulawak yang lebih menarik perhatian balita dari segi bentuk dan rasa serta pemantauan secara intens terhadap orang tua balita.

REFERENSI

- [1] Suharsanto, T. K. Karjaso, H. Harahap, N. Rany, and J. Yunita, "Pengaruh Akupresur Tuina Terhadap Berat Badan Anak Balita Usia 12-59 Bulan di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pambang Kabupaten Bengkalis Provinsi Riau Tahun 2022," *Ensiklopedia of Journal*, vol. 5, no. 2, 2023, [Online]. Available: <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- [2] T. A. Putranto, "Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak," *Menteri Kesehatan Republik Indonesia*, no. 1, pp. 1–78, 2020, [Online]. Available: <https://www.e-ir.info/2018/01/14/securitisation-theory-an-introduction/>
- [3] F. Safe, "Nutrition matters for the early years," *Public Health Agency*, no. 1, p. 48, 2018, [Online]. Available: <https://www.safefood.eu/SafeFood/media/SafeFoodLibrary/Documents/Education/Nutrition-Matters-for-the-early-years-0118.pdf>
- [4] UNICEF, "Nutrition for every child: UNICEF nutrition strategy 2020–2030," *UNICEF publications*, pp. 1–98, 2020.
- [5] M. Roberts, T. Tolar-Peterson, A. Reynolds, C. Wall, N. Reeder, and G. Rico Mendez, "The Effects of Nutritional Interventions on the Cognitive Development of Preschool-Age Children: A Systematic Review," *Feb. 01, 2022, MDPI*. doi: 10.3390/nu14030532.
- [6] I. Govender, S. Rangiah, R. Kaswa, and D. Nzaumvila, "South African Family Practice," 2021, doi: 10.4102/safp.
- [7] G. S. Papatot, R. Rompies, and P. M. Salendu, "Pengaruh Kekurangan Nutrisi Terhadap Perkembangan Sistem Saraf Anak," *Jurnal Biomedik:JBM*, vol. 13, no. 3, p. 266, 2021, doi: 10.35790/jbm.13.3.2021.31830.
- [8] UNICEF dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, "Menuju Masa Depan Indonesia Bebas Masalah Kekurangan Gizi," *Www.Unicef.Org*, pp. 1–12, 2023.
- [9] Kemenkes RI, *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. 2022.
- [10] Kemenkes, "Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022," *Kemenkes*, pp. 1–150, 2022.

- [11] Kemenkes, "Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021," Kemenkes, pp. 1–168, 2021, doi: 10.36805/bi.v2i1.301.
- [12] Dinkes Sidoarjo, *Profil Kesehatan Sidoarjo 2022*, no. Mi. 2022.
- [13] M. N. Ikhsan, *Dasar Ilmu Akupresur dan Moksibusi*. Bhimaristan Press, 2019.
- [14] A. Munjidah, "Efektifitas Pijat Tui Na Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita Di Rw 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya," *Journal of Health Sciences*, vol. 8, no. 2, pp. 193–199, 2018, doi: 10.33086/jhs.v8i2.204.
- [15] 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," *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, vol. 3, no. 3, pp. 364–373, 2020, doi: 10.35654/ijnhs.v3i3.200.
- [16] B. Yuli Saputri, K. Herminaju, S. Sukanto, and D. Retnowati, "Pengaruh Pemberian Ekstrak Temulawak terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Usia 3-5 Tahun di Posyandu," *Care Journal*, vol. 2, no. 2, pp. 48–56, Aug. 2023, doi: 10.35584/carejournal.v2i2.150.
- [17] A. N. Prayudo, O. Novian, . Setyadi, and . Antaresti, "Koefisien transfer massa kurkumin dari temulawak," *Widya Teknik*, vol. 14, no. 1, pp. 26–31, Aug. 2018, doi: 10.33508/WT.V14I1.1739.
- [18] L. Suryani, Stik. Husada Jombang, and D. Retno Wati, "Pengaruh Acupressure Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Usia 13-36 Bulan," *Prima Wiyata Health*, vol. 4, no. 1, 2022.
- [19] I. Wulaningsih, N. Sari, and H. Wijayanti, "Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Tingkat Nafsu Makan Balita Gizi Kurang," *Jurnal Edunursing*, vol. 6, no. 1, pp. 33–38, 2022.
- [20] L. S. Diniyati and A. A. Aulia, "Stimulasi Nafsu Makan Balita Dengan Pijat Bayi di Kampung Cijulang," *Prosiding Simposium Nasional Multidisiplin*, vol. 2, pp. 21–25, 2020.
- [21] L. Suryani, Stik. Husada Jombang, and D. Retno Wati, "Pengaruh Acupressure Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Usia 13-36 Bulan," *Prima Wiyata Health*, vol. 4, no. 1, 2022.
- [22] P. Mehta, V. Dhapte, S. Kadam, and V. Dhapte, "Contemporary acupressure therapy: Adroit cure for painless recovery of therapeutic ailments," *J Tradit Complement Med*, vol. 7, no. 2, pp. 251–263, 2017, doi: 10.1016/j.jtcme.2016.06.004.
- [23] 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," *Jurnal Sehat Mandiri*, vol. 18, no. 1, pp. 23–32, 2023, doi: 10.33761/jsm.v18i1.911.
- [24] S. M. Faridah, H. Widowati, Puspitasari, Y. Filberta, and L. A. Tjondro, "The Effectiveness of Acupressure Combination of Temulawak in Increased Toddler Appetite," *Procedia of Sciences and Humanities*, vol. 0672, no. c, pp. 1412–1415, 2022.
- [25] L. Novikasari and S. Setiawati, "Efektivitas pemberian temulawak dan madu terhadap peningkatan berat badan anak dengan status gizi kurang," *Holistik Jurnal Kesehatan*, vol. 15, no. 2, pp. 197–202, 2021, doi: 10.33024/hjk.v15i2.1666.
- [26] Julianti, *Rahasia Baby Spa*. Hm Books Pustaka; 2021., 2021.
- [27] S. Khadijah, D. A. Palifiana, K. Astriana, and C. Amalinda, "Pengaruh Nafsu Makan Balita Terhadap Kejadian Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Mantrijeron Yogyakarta," *Prosiding Seminar Nasional*, vol. 560, pp. 23–28, 2021.
- [28] F. Gendrowati, *Tanaman ajaib*. Jakarta: Pustaka Makmur, 2018.
- [29] W. Ode Sri Kamba Wuna, A. Andriyani, P. S. Studi, K. dan Profesi Bidan, and Stik. Pelita Ibu Jl Kampung Baru, "PENGARUH VICARIOUS LEARNING TUI NA MASSAGE TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN ANAK USIA 12-47 BULAN The Effect of Vicarious Learning Tui Na Massage on Weight Increase in Children Aged 12-47 Months," 2023.
- [30] E. Rahmat, J. Lee, and Y. Kang, "Javanese Turmeric (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb.): Ethnobotany, Phytochemistry, Biotechnology, and Pharmacological Activities," 2021, Hindawi Limited. doi: 10.1155/2021/9960813.
- [31] M. C. L. Centis and I. R. Dewi, "Effectiveness Of Acupressure Ki3, Sp 6, St 36, St 25 On Food Appetite And Motor Development In Stunting Children Under Two," *Jurnal Kebidanan Malahayati*, vol. 9, no. 3, pp. 353–357, 2023, doi: 10.33024/jkm.v9i3.11029.
- [32] R. Rizqitha, M. Mardiyono, and L. Latifah, "The Effect of H-Hope Plus Kinesthetic with Acupressure ST 36 and SP 6 on Weight Gain among Infants with Low Birth Weight," *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, vol. 3, no. 4, pp. 507–512, 2020.
- [33] B. N. Pratami, R. Choirunissa, and A. J. Rifiana, "Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita di Pmb 'R' Cipacing Kabupaten Sumedang," *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, vol. 12, no. 2, pp. 179–186, 2020, doi: 10.37012/jik.v12i2.237.
- [34] R. Rukmaini, J. A. Siauta, and L. Adeg, "Effectiveness of Javanese Turmeric (*Curcuma Xanthorrhiza* Roxb) to Improve Eating Behavior Among Anorexia Children in Bogor," *Jurnal Info Kesehatan*, vol. 22, no. 1, pp. 33–40, 2024, doi: 10.31965/infokes.vol22.iss1.1449.
- [35] K. S. Kusuma, N. Ayuningtyas Kusumastuti, and S. Y. Tangerang, "PENGARUH PEMBERIAN PUDING TEMULAWAK TERHADAP KESULITAN MAKAN PADA BALITA USIA 2-5 TAHUN DI WILAYAH

- KUTABUMI TAHUN 2021 The Effect Of Giving Temulawak Pudding On Difficulties Of Eating In Toddlers Aged 2-5 Years In The Kutabumi Region In 2021,” *Nusantara Hasana Journal*, vol. 2, no. 2, pp. 67–73, 2022.
- [36] R. Rizqitha, M. Mardiyono, and L. Latifah, “The Effect of H-Hope Plus Kinesthetic with Acupressure ST 36 and SP 6 on Weight Gain among Infants with Low Birth Weight,” *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, vol. 3, no. 4, pp. 507–512, 2020.
- [37] E. P. Primasari, P. N. Syofiah, and G. Muthia, “Perbedaan Perkembangan Motorik Balita Stunting Dan Normal Di Wilayah Kerja Puskesmas Pegang Baru,” *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 5, no. 1, pp. 1–6, 2020, doi: 10.31004/prepotif.v5i1.1145.
- [38] Y. A. Prihandini, D. A. Dwi Sandi, N. Mardiaty, R. Hidayati, and V. Vebruati, “The Effect of Giving Temulawak Honey Cookies (*Curcuma zanthorrhiza*) on Toddler Weight Gain,” *Jurnal Berkala Kesehatan*, vol. 8, no. 1, p. 33, 2022, doi: 10.20527/jbk.v8i1.12091.
- [39] E. Rahmat, J. Lee, and Y. Kang, “Phytochemistry , Biotechnology , and Pharmacological Activities,” *Hindawi Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, vol. 2021, p. 15, 2021.