

PENGARUH PIJAT TUINA TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN PADA BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAPUAN KABUPATEN BLORA

Oleh:

Amelia Nur Hidayanti¹⁾

¹⁾Dosen STIKES Bhakti Pertiwi Indonesia, email: amelianurhidayanti10@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Tuina adalah perawatan tangan pada tubuh dengan menggunakan akupresur sebagai dasar pengobatan China yang bertujuan untuk menyeimbangkan tubuh. Tujuan melakukan tuina adalah untuk menghindari berkembangnya penyakit dengan cara meningkatkan pertahanan sistem imun yang ada di dalam tubuh itu sendiri. Salah satu metode yang efektif untuk meningkatkan nafsu makan adalah Prosedur dan teknik Pijat Tuina untuk Balita.

Metode: Rancangan penelitian yang digunakan adalah Pre Experiment dengan menggunakan One Group Pre Test – Post Test Design. Sampel penelitian adalah Balita Gizi Kurang di wilayah kerja Puskesmas Kapuan Kabupaten Blora. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner. Pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling

Hasil: Uji statistik pada seluruh responden menggunakan Paired T Test dengan $\alpha = 0,05$ atau 95% Convidental Interval (CI) diperoleh $t = -8,666$, nilai $p = 0,000$. Hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukan Tuina Massage terdapat 32 (82,1%) responden dengan kategori nafsu makan baik sedangkan kurang dari 7 (17,9%) responden memiliki kategori nafsu makan.

Kesimpulan: Berdasarkan uji statistik yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Pijat Tuina terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita di Puskesmas Kapuan Kabupaten Blora.

Kata Kunci : Pijat Tuina, Nafsu Makan, Balita

***THE EFFECT OF TUINA MASSAGE ON INCREASING APPETITE IN TODDLERS
IN THE WORKING AREA OF KAPUAN HEALTH CENTER, BLORA REGENCY***

By:

Amelia Nur Hidayanti¹⁾

¹⁾ Lecturer of Universitas Bhakti Pertiwi Indonesia, email: amelianurhidayanti10@gmail.com

ABSTRACT

Background: Tuina is a hand treatment on the body using acupressure as the basis of Chinese medicine which aims to bring balance to the body. The purpose of doing Tuina is to avoid growing diseases by increasing the defense of the immune system that is in the body itself. One effective method for increasing appetite is the Tuina Massage Procedure and techniques for Toddlers.

Method: The research design used was a Pre Experiment using One Group Pre Test - Post Test Design. The research sample is Underweight Nutrition Toddler in the working area of the Kapuan Community Health Center in Blora Regency. Data collection instruments in the form of questionnaires. Sampling using Purposive Sampling.

Results: Statistical tests on all respondents using Paired T Test with $\alpha = 0.05$ or 95% Convidental Interval (CI) obtained $t = -8,666$, p value 0,000. The results showed that after the Tuina Massage there were 32 (82.1%) respondents with a good category of appetite while less than 7 (17.9%) respondents had a category of appetite.

Conclusion: Based on statistical tests conducted it can be concluded that there is an effect of Tuina Massage on Increasing Appetite in Toddlers in the Kapuan Community Health Center in Blora Regency.

Keywords: Tuina Massage, Appetite, Toddlers

PENDAHULUAN

Setiap orang tua menginginkan anaknya tumbuh dengan normal. Pertumbuhan (*Growth*) yaitu berkaitan dengan masalah perubahan dalam besar jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu, yang bisa diukur dengan ukuran berat (Gram, pound, kilogram), ukuran panjang (Cm, meter), umur tulang dan keseimbangan metabolisme/retensi kalsium dan nitrogen tubuh. (Soetjiningsih, 2010).

Kecepatan pertumbuhan anak melambat setelah tahun pertama kehidupan. Pada umur setahun berat badan anak menjadi 3 kali berat badan lahir, tetapi pada umur 2 tahun berat badan anak hanya 4 kali berat badan lahir. Panjang badan anak bertambah 50% pada umur setahun, namun panjang badan 2 kali panjang badan lahir baru tercapai pada umur 4 tahun. Pertumbuhan fisik terjadi sangat sedikit bila dibandingkan masa bayi dan remaja. Pertambahan berat badan sekitar 2-3 kg/tahun sampai umur 9-10 tahun, kemudian akan meningkat pada masa remaja mulai umur 2 tahun sampai pra remaja tinggi badan bertambah 6-8 cm / tahun pada masa ini anak nampak seolah-olah tetap kecil, karena pertumbuhannya lambat (Soetjiningsih, 2010).

Balita usia 1-5 tahun dapat dibedakan menjadi dua yaitu anak usia

lebih dari satu tahun sampai tiga tahun yang dikenal dengan "Batita" dan anak usia lebih dari Tiga tahun sampai lima tahun dikenal dengan usia "Prasekolah". Balita sering disebut Konsumen pasif, sedangkan usia prasekolah lebih dikenal sebagai konsumen aktif. Anak dibawah lima tahun merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat namun kelompok ini merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat namun kelompok ini merupakan kelompok tersering yang menderita kekurangan gizi. (Atikah Proverawati, 2010)

Anak usia 1-3 tahun merupakan konsumen pasif artinya anak menerima makanan dari apa yang disediakan ibunya. Dengan kondisi demikian, sebaiknya anak balita diperkenalkan dengan berbagai bahan makanan. Laju pertumbuhan masa balita lebih besar dari masa usia prasekolah sehingga diperlukan jumlah makanan yang relatif besar. Namun perut yang masih lebih kecil menyebabkan jumlah makanan yang mampu diterima dalam sekali makan lebih kecil dari pada anak yang usianya lebih besar. Oleh karena itu, pola makan yang diberikan adalah porsi kecil dengan frekuensi sering (Atikah Proverawati, 2010).

Pada usia Prasekolah, anak menjadi konsumen aktif yaitu mereka sudah dapat

memilih makanan yang disukainya. Masa ini juga sering dikenal sebagai “Masa keras kepala”. Akibat pergaulan dengan lingkungannya terutama dengan anak-anak yang lebih besar, anak mulai senang jajan. Jika hal ini dibiarkan, jajanan yang dipilih dapat mengurangi asupan zat gizi yang diperlukan bagi tubuhnya sehingga anak kurang gizi. Perilaku makan sangat dipengaruhi oleh keadaan psikologis, kesehatan dan sosial anak. Oleh karena itu keadaan lingkungan dan sikap keluarga merupakan hal yang sangat penting dalam pemberian makan pada anak agar anak tidak cemas dan khawatir terhadap makanannya. Seperti pada orang dewasa, suasana yang menyenangkan dapat membangkitkan selera makan (Erna Kusuma Wati, 2010)

Kebutuhan gizi seseorang adalah jumlah yang diperkirakan cukup untuk memelihara kesehatan pada umumnya. Secara garis besar, kebutuhan gizi ditentukan oleh usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan dan tinggi badan. Antara asupan gizi dan pengeluaran harus ada keseimbangan sehingga diperoleh status gizi yang baik. Status gizi balita dapat dipantau dengan menimbang anak setiap bulan dan dicocokkan dengan kartu menuju sehat (KMS) (Erna Kusuma Wati, 2010).

Pada masa ini balita mengalami pertumbuhan yang lumayan pesat dan

memerlukan asupan gizi dengan jumlah yang besar. Perlu semua zat gizi makro dan zat gizi mikro yang sesuai antara jumlah dengan kebutuhan untuk mencapai pertumbuhan yang optimal pada seorang bayi. Nutrisi adalah satu komponen penting yang menunjukkan kelangsungan proses tumbuh kembang. Kebutuhan gizi balita tidak akan terpenuhi jika balita mengalami masalah kesulitan makan. Kesulitan makan ini pada anak salah satunya dipengaruhi oleh kehilangan nafsu makan (Nurjannah 2014).

Status gizi pada masa balita perlu mendapatkan perhatian yang serius dari para orang tua, karena kekurangan gizi pada masa ini akan menyebabkan kerusakan yang irreversibel (tidak dapat dipulihkan). Ukuran tubuh yang pendek merupakan salah satu indikator kekurangan gizi yang berkepanjangan pada balita. Kekurangan gizi yang lebih fatal akan berdampak pada perkembangan otak. Fase perkembangan otak pesat pada usia 30 minggu - 18 bulan. Status gizi balita dapat diketahui dengan cara mencocokkan umur anak dengan berat badan standar dengan menggunakan pedoman WHO-NCHS. (Atikah Proverawati, 2010)

Sedangkan parameter yang cocok digunakan untuk balita adalah berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala. Lingkar kepala digunakan untuk memberikan gambaran tentang perkembangan otak.

Kurang gizi ini akan berpengaruh pada perkembangan fisik dan mental anak (Erna Kusuma Wati, 2010).

Gizi menjadi bagian yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan. Gizi didalamnya memiliki keterkaitan yang erat hubungannya dengan kesehatan dan kecerdasan. Apabila seorang anak terkena desifisiensi gizi maka kemungkinan besar sekali anak akan mudah terinfeksi. Gizi ini sangat berpengaruh terhadap nafsu makan, kehilangan bahan makanan misalnya melalui diare dan muntah-muntah, serta metabolisme makanan pada anak. Selain itu juga dapat diketahui bahwa infeksi menghambat reaksi imunologis yang normal dengan menghabiskan sumber-sumber energi (Erna Kusuma Wati, 2010).

Data WHO menunjukkan bahwa kasus anak usia balita gizi buruk 7,7%, Underweight sebesar 15% dan anak usia balita Overweight sebanyak 6,3% (WHO, 2015). status gizi balita di Sulawesi Tenggara terdiri dari 4,9 % gizi buruk, 14,2% gizi kurang, 76,7% gizi baik, dan 4,1% gizi lebih, tahun 2017 terdiri dari 5,2% gizi buruk 16,9% gizi kurang, 67,2% gizi baik dan 1,7% gizi lebih. (Dinkes Provinsi Jawa Tengah, 2017). Di Kabupaten Blora tahun 2022 diketahui 10,09% anak usia balita berstatus gizi kurang dan 1,34% berstatus buruk, 84,35% anak usia balita berstatus gizi baik dan

sebesar 4,22 % anak usia balita dengan status gizi lebih (Dinas Kesehatan Kabupaten Blora, 2022).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan di Puskesmas Kapuan diketahui bahwa pada tahun 2021 Data Balita Berjumlah 636 orang terdiri dari 6 orang (0,94%) Gizi buruk, 49 orang (7,70%) gizi kurang, 1 orang (0,15%) Gizi Lebih dan 580 orang (91,19%) Gizi baik. tahun 2022 Data Balita berjumlah 502 orang terdiri dari 6 orang (1,19%) Gizi buruk, 44 orang (8,76%) gizi kurang, 2 orang (0,39%) Gizi Lebih dan 502 orang (89,64%) Gizi baik. Di tahun 2023 Januari sampai Maret 2023 Data Balita Berjumlah 656 orang terdiri dari 15 orang (0,22%) Gizi buruk, 64 orang (9,75%) gizi kurang, 3 orang (0,45%) Gizi Lebih dan 656 orang (87,5%) Gizi baik. Dari 10 orang ibu yang memiliki anak balita ditemui di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan dilakukan wawancara dan diketahui bahwa hanya terdapat 3 orang ibu yang mengatakan nafsu makan anaknya baik selain itu 7 orang ibu mengeluhkan anaknya susah makan, rewel dan makanannya tidak dihabiskan, selain itu pada umumnya ibu belum melakukan pijat sebagai usaha meningkatkan nafsu makan anaknya.

Saat ini kebanyakan orang tua mengatasi kesulitan makan anak sebatas pemberian multivitamin tanpa memperhatikan penyebab. Hal tersebut

akan berdampak negatif jika diberikan dalam jangka waktu lama . Dewasa ini telah dikembangkan Perbedaan dari teknik pijat bayi ke teknik Pijat Tuina. Pijat bayi adalah mengurut bagian tubuh untuk melemaskan otot sehingga peredaran darah lancar yang dilakukan pada seluruh permukaan tubuh bayi. Seni pijat adalah terapi sentuhan kulit dengan menggunakan tangan. Pijat meliputi manipulasi terhadap jaringan atau organ tubuh dengan tujuan pengobatan serta sebagai istilah yang digunakan untuk menggambarkan gerakan manipulasi tertentu dari jaringan lunak tubuh (Lowe, 2003). Manfaat Pijat Bayi Melalui pemijatan aliran darah otot akan meningkat menyebabkan vaso dilatasi otot-otot yang aktif sehingga oksigen dan bahan gizi lain dalam jaringan jumlahnya meningkat dan curah jantung akan meningkat. Kecepatan aliran darah melalui kulit merupakan kecepatan yang berubah-ubah tergantung dari kecepatan kegiatan metabolisme tubuh dan suhu lingkungan (Tritton, 2009).

Sedangkan Pijat Tuina yaitu Pijat ini dilakukan dengan teknik pemijatan meluncur (*Effleurage* atau *Tui*), memijat (*Petrissage* atau *nie*), mengetuk (*Tapotement* atau *Da*), gesekan, menarik, memutar, menggoyang, dan menggetarkan titik tertentu sehingga akan mempengaruhi aliran energi tubuh dengan memegang dan menekan tubuh pada bagian tubuh tertentu.

Pijat Tuina ini merupakan teknik pijat yang lebih spesifik untuk mengatasi kesulitan makan pada balita dengan cara memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan, melalui modifikasi dari akupuntur tanpa jarum, teknik ini menggunakan penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga relatif lebih mudah dilakukan dibandingkan akupuntur (Annif, 2015).

Kesulitan makan pada anak salah satunya dapat diatasi dengan tindakan keperawatan komplementer yakni pijat, dengan sentuhan pijat pada jaringan otot, peredaran darah bisa menjadi lebih lancar dan pada akhirnya dapat memaksimalkan fungsi organ. Salah satu organ yang bisa dimaksimalkan adalah organ pencernaan, dimana dengan pemijatan maka motilitas usus akan meningkat dan akan memperbaiki penyerapan zat makanan oleh tubuh dan meningkatkan nafsu makan (Nyoman 2014).

Masalah gizi kurang dapat disebabkan oleh karena kurangnya pendidikan dan keterampilan. Sudah berbagai macam alternatif usaha seperti memberikan makanan yang beragam, memberikan wadah makanan yang menarik dilakukan ibu untuk meningkatkan nafsu makan anaknya namun masih juga nafsu makan anak balita tidak meningkat sehingga perlu dilakukan alternative lain seperti Pijat Tuina. Oleh

karena itu calon peneliti tertarik melakukan Penelitian dengan Judul “Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan.

METODOLOGI

Jenis-jenis penelitian ini adalah Pre Eksperimen dimana bentuk Desain yang dipakai adalah One Group Pre Test - Post Test Design. Dimana dalam penelitian ini tidak ada kelompok perbandingan atau kelompok kontrol tetapi dilakukan observasi pertama (Pre Test) sehingga peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak balita Gizi Kurang yang berkunjung ke Puskesmas Kapuan yang mengalami kurang nafsu makan pada Bulan Oktober – November tahun 2022 yang berjumlah 64 orang. Untuk menentukan jumlah sampel penelitian ini adalah dengan menggunakan Rumus Slovin. Jadi, jumlah sampel keseluruhan adalah 39 Orang. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan cara Non Probability Sampling jenis Purposive Sampling. Penelitian ini telah dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan Kabupaten Bloa Tahun 2022

HASIL

1. Analisa Univariat

Tabel Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Ibu Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan

Umur	N	%
< 30	22	56,4
30-40	15	38,5
>40	2	5,1
JUMLAH	39	100

Tabel Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan

Pendidikan	N	%
SD	9	23,1
SLTP	7	17,9
SLTA	17	43,6
SARJANA	6	15,4
JUMLAH	39	100

Tabel Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan

Pekerjaan	N	%
IRT	26	66,7
Wiraswasta	8	20,5
PNS	5	12,8
JUMLAH	39	100

Tabel Distribusi Frekuensi Nafsu Makan Balita Sebelum dan Setelah Dilakukan Pijat Tuina di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan

Kategori	Nafsu Makan Balita			
	Pre Test		Post Test	
	N	%	N	%
Baik	16	41	32	82,1
Kurang	23	59	7	17,9
Jumlah	39	100	39	100

2. Analisa Bivariat

a. Uji Asumsi Normalitas

Tabel Hasil Uji Normalitas Nafsu Makan Balita Sebelum dan setelah dilakukan Pijat Tuina di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan Kabupaten Blora

Pijat Tuina	ρ_{value}	A	Kesimpulan
Sebelum	0,146	0,05	Normal
Sesudah	0,079	0,05	Normal

b. Pengaruh Pijat Tuina

Tabel Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan Kabupaten Blora

Tuina	Baik		Kurang		(t hitung)		
	N	%	N	%			
Sebelum	16	41	23	59	39	44,87	0.000
Sesudah	32	82,1	7	17,9	39	66,66	(-8,666)

PEMBAHASAN

Pada masa ini balita mengalami pertumbuhan yang lumayan pesat dan

memerlukan asupan gizi dengan jumlah yang besar, namun kebutuhan gizi balita tidak akan terpenuhi jika balita mengalami

masalah kesulitan makan. Kesulitan makan pada anak salah satunya dipengaruhi oleh kehilangan nafsu makan (Nyoman, 2014).

Pembahasan ini meliputi interpretasi dari penelitian antara lain interpretasi tingkat nafsu makan balita sebelum dilakukan Pijat Tuina dan setelah dilakukan Pijat Tuina.

1. Tingkat Nafsu Makan Balita Sebelum Dilakukan Pijat Tuina (Pre Test)

Berdasarkan dari hasil penelitian, pemberian Pijat Tuina terhadap peningkatan nafsu makan balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan sebelum adanya perlakuan diketahui bahwa dari 39 responden terdapat 16 (41,0%) responden dengan nafsu makan kategori baik sedangkan nafsu makan dengan kategori kurang berjumlah 23 (59,0%) responden. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata anak balita mengalami kekurangan nafsu makan dimana mereka seringkali menangis jika diajak makan, rewel jika diberi makan, tidak menghabiskan makanannya.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat nafsu makan balita sebelum dilakukan Pijat Tuina sebagian besar masuk dalam kategori kurang. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Annif 2015 dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa Pijat Tuina

efektif dalam mengatasi kesulitan makan pada balita. Gangguan kesulitan makan pada anak sering kita jumpai pada masyarakat awam yang belum memahami prosedur pemenuhan kebutuhan nutrisi pada anak. Masyarakat awam masih banyak yang belum memahami pentingnya nutrisi pada anak (Marimbi, 2010).

2. Tingkat Nafsu Makan Balita Setelah Dilakukan Pijat Tuina (Post Test)

Hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukan Pijat Tuina terdapat 32 (82,1%) responden dengan nafsu makan kategori baik sedangkan nafsu makan dengan kategori kurang berjumlah 7 (17,9%) responden. Hasil penelitian menggambarkan pada responden yang dilakukan Pijat Tuina cenderung nafsu makannya meningkat. Sehingga memberikan informasi bahwa Pijat Tuina yang dilakukan pada balita mampu memberikan pengaruh yaitu meningkatkan nafsu makan.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian Lourence 2007 dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh Pijat Tuina pada balita dengan peningkatan nafsu makan. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa rangsangan Pijat Tuina yakni memberikan pijatan pada ujung saraf-saraf yang terdapat pada permukaan kulit (pemijatan akan mengakibatkan

permeabilitas membran sel menipis sehingga akan memudahkan pertukaran ion natrium (Na) dan Kalium (Ka) yang akan merangsang terjadinya potensial pada otot dan saraf. Potensial aksi yang terjadi pada saraf simpatis dan para simpatis akan mempengaruhi kerja organ antara lain : perangsangan Nervus Vagus akan mempengaruhi sistem Gastrointestinal yaitu meningkatnya peristaltik sehingga pengosongan lambung meningkat akibat cepat lapar (nafsu makan akan meningkat) dan makannya menjadi lahap. Selain itu juga akan terjadi peningkatan produksi enzim pencernaan yang akan membantu penyerapan zat-zat nutrisi. Nutrisi yang diserap akan masuk kedalam peredaran darah yang juga meningkat karena rangsangan dari saraf simpatis.

Setelah dilakukan Pijat Tuina masih terdapat 7 (17,9%) responden yang nafsu makannya kurang, menurut analisis peneliti hal ini disebabkan oleh adanya faktor lain yang dapat menyebabkan responden mengalami kurang nafsu makan misalnya jenis makanan, cara penyajian, dan juga menu makanan yang kurang disukai oleh balita sehingga walaupun sudah dilakukan Pijat Tuina namun belum dapat meningkatkan nafsu makan dari keseluruhan responden.

3. Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Sebelum adanya perlakuan

Pijat Tuina rata-rata tingkat nafsu makan balita sebesar 44,87 % sedangkan rata-rata tingkat nafsu makan balita sesudah dilakukan Pijat Tuina sebesar 66,66 % dengan nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh Pijat Tuina terhadap peningkatan nafsu makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan.

Menurut analisis peneliti pemberian Pijat Tuina efektif dalam meningkatkan nafsu makan pada balita dimana setelah dilakukan Pijat Tuina terdapat peningkatan rata-rata nafsu makan balita dari 44,87 % meningkat menjadi 66,66 %. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Annif (2015) yang berjudul efektifitas Pijat Tuina dalam mengatasi kesulitan makan pada balita di RW 02 Kelurahan Wonokoromo Surabaya bulan agustus 2015 menyatakan bahwa Pijat Tuina berpengaruh Positif terhadap kesulitan makan pada Balita. Demikian pula hasil penelitian Dewi, (2015) mengemukakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Pijat Tuina dengan peningkatan nafsu makan pada balita.

Pijat Tuina dapat meningkatkan pertumbuhan, peningkatan daya tahan tubuh, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak, mengurangi stres dan

keadaan tersinggung, kebugaran otot, mempercepat perkembangan otak dan sistem saraf. Pemijatan hanya boleh dilakukan 1 kali dalam sehari selama 6 hari berturut-turut. Pada umumnya 1 seri pijatan di atas sudah cukup untuk dilakukan, bila Anda merasa perlu untuk menambah pijatan baru, sebaiknya berikan jeda 1-2 hari sebelum melakukan seri pijatan baru. Pijat tuina ini dilakukan dengan teknik pemijatan meluncur, memijat, mengetuk, gesekan, menarik, memutar, menggoyang dan menggerakkan titik tertentu sehingga akan mempengaruhi aliran energi tubuh dengan memegang dan menekan tubuh pada bagian tubuh tertentu. Pijat tuina ini merupakan yang lebih spesifik untuk mengatasi kesulitan makan pada balita dengan cara memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan melalui modifikasi dari akupuntur tanpa jarum, teknik ini menggunakan teknik penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga relatif lebih mudah dilakukan dibandingkan akupuntur (Sukanta, 2010).

Peningkatan nafsu makan pada balita disebabkan karena dilakukannya Pijat Tuina. Hal ini disebabkan oleh karena pemberian Pijat Tuina membantu memperlancar peredaran darah dan dapat memaksimalkan fungsi organ, salah satu organ yang bisa dimaksimalkan adalah

organ pencernaan. Dimana dengan pemijatan motilitas usus akan meningkat dan akan memperbaiki penyerapan zat makanan oleh tubuh dan meningkatkan nafsu makan. Pijat Tuina dilakukan di area sekitar persendian untuk membuka pertahanan tubuh dan membuat energy bergerak di kedua meridian, yang kemudian membuat otot-otot menstimulasi aliran chi dan darah agar membawa kesembuhan. Jika Anda memiliki anak yang susah makan, metode Pijat Tuina mungkin bisa membantu meningkatkan nafsu makan dan penyerapan gizi di dalam tubuhnya. Guyton (2016), menyebutkan bahwa rangsangan yang berlebihan pada ujung saraf-saraf yang terdapat pada permukaan kulit (Pemijatan) akan mengakibatkan permeabilitas membran sel menipis sehingga akan memudahkan pertukaran Ion Natrium (Na) dan Kalium (K) yang akan merangsang terjadinya potensial pada otot dan saraf. Potensial aksi yang terjadi pada saraf simpatis dan para simpatis akan mempengaruhi kerja organ antara lain : perangsangan Nervus Vagus akan mempengaruhi sistem Gastrointestinal yaitu meningkatnya peristaltik sehingga pengosongan lambung meningkat akibat cepat lapar (nafsu makan akan meningkat) dan makannya menjadi lahap. Selain itu juga akan terjadi peningkatan produksi enzim pencernaan yang akan membantu penyerapan zat-zat

nutrisi. Nutrisi yang diserap akan masuk kedalam peredaran darah yang juga meningkat karena rangsangan dari saraf simpatis.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan Kabupaten Blora terhadap 39 responden dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar (59%) responden sebelum dilakukan Pijat Tuina memiliki nafsu makan dengan kategori kurang.
2. Setelah dilakukan Pijat Tuina selama 6 hari berturut-turut sebagian besar (82,1%) responden memiliki nafsu makan baik.
3. Pemberian Pijat Tuina bermanfaat atau berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan nafsu makan pada balita.

DAFTAR PUSTAKA

Annif. Efektifitas Pijat Tuina Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada

Balita Di Rw 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya 2015.

Arikunto, Suharsimi. (2010) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Yogyakarta : Rineka Cipta.

Candra Budiman, 2008 *Metodologi Penelitian*. Medika Jakarta

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. 2022 *Profil Kesehatan Jawa Tengah*.

Dinas Kesehatan Kabupaten Blora. 2022. *Profil Kesehatan Blora*. Blora

Dewi. Efektifitas Pijat Tuina dalam Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita Usia 1-5 Tahun Di BPM Marifatun M. Puring.2015

Guyton dan Hall. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*, Edisi 3, jakarta : penerbit Buku Kedokteran EGC 2006.

Lasyati. *Studi Berat Badan Anak Balita setelah Dilakukan Pijat Tuina di Posyandu Dusun Kedung Klintar Desa Canggu kecamatan Jetis Kabupaten Mojokerto*. 2016

Marimbi, Hanum. *Tumbuh Kembang. Status Gizi dan Imunissi Dasar Pada Balita*. Yogyakarta : Nuha Medika 2010.

Notoatmodjo, Soekidjo 2012, *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta