

LAPORAN PENELITIAN

**PENGARUH PIJAT *TUINA* TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN
PADA BALITA SEBAGAI PENCEGAHAN *STUNTING* DI WILAYAH KERJA
POSYANDUKAMPUNG HOBONG KABUPATEN JAYAPURA PAPUA
TAHUN 2023**



Disusun Oleh :

Nina Tresnayanti SSiT.,M.Kes
Dina Arihta SSiT.,M.KM
Hasfirawati , STr.Keb

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)

MITRA RIA HUSADA

BULAN JUNI TAHUN 2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* Di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023

Kode>Nama Rumpun Ilmu : 372/Kebidanan

Peneliti :

a. Nama Lengkap : Nina Tresnayanti SSiT.,M.Kes

b. NIDN : 0327057502

c. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli

d. Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

e. Nomor HP : 082311861020

Anggota Peneliti (1) :

a. Nama Lengkap : Dina Arihta .,SST.,M.KM

b. NIDN : 0426028401

c. Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada

Anggota : Hasfirawati

Biaya Penelitian : Rp. 3.000.000,-

Biaya Luaran Tambahan : Tidak ada

Mengetahui,
Kepala UPPM

(Dr. Dina Martha Fitri.,SSiT.,M.Pd)
NIDN : 1101128801

Jakarta, Juni 2023
Ketua Peneliti

(Nina Tresnayanti SSiT.,M.Kes)
NIDN : 0426028401

Menyetujui,

**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes)
Mitra RIA Husada Jakarta**

Dra. Sri Danti Anwar, MA
Ketua

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* Di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023

Kode>Nama Rumpun Ilmu : 372/Kebidanan

Peneliti :

- Nama Lengkap : Nina Tresnayanti SSiT.,M.Kes
- NIDN : 0327057502
- Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
- Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
- Nomor HP : 082311861020

Anggota Peneliti (1) :

- Nama Lengkap : Dina Arihta .,SST.,M.KM
- NIDN : 0426028401
- Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada

Anggota : Hasfirawati

Biaya Penelitian : Rp. 3.000.000,-

Biaya Luaran Tambahan : Tidak ada

Mengetahui,
Kepala UPPM

(Dr. Dina Martha Fitri.,SSiT.,M.Pd)
NIDN : 1101128801

Jakarta, 30 Juni 2023

Ketua Peneliti

(Nina Tresnayanti SSiT.,M.Kes)
NIDN : 327057502

Menyetujui,



ABSTRAK

Nama : Nina Tresnayanti, Dina Arihta, Harfirawati
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Judul : Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023.

Penelitian ini membahas tentang Pijat *Tui Na*. Dimana Pijat *Tui Na* apabila dilakukan akan memberikan stimulus terhadap organ dan mempengaruhi penyerapan makanan dan nutrisi anak. Sehingga bisa membantu mencegah anak dari stunting akibat gangguan penyerapan nutrisi makanan. *Stunting* merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Penelitian ini adalah penelitian *pre-eksperimen* dengan pendekatan *One Group Pretest-posttest design*. Hasil penelitian yang diperoleh diperoleh nilai $p\text{-value} < \text{nilai } \alpha$ ($0,000 < 0,05$) artinya terdapat pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan nafsu makan pada balita sebagai pencegahan stunting di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua dimana terjadi peningkatan pada nilai pretest dan posttest yaitu 2,25-7,20 dengan selisih peningkatan 4,95. Saran kepada petugas Kesehatan agar mengajarkan tentang pijat *Tui Na* kepada masyarakat sebagai salah satu asuhan komplementer yang bisa diterapkan untuk meningkatkan nafsu makan anak.

Kata Kunci:

Pijat *Tui Na*, Peningkatan Nafsu Makan, Balita dan Pencegahan *Stunting*

URAIAN UMUM

1. Judul Penelitian :
Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023.

2. Tim Peneliti :

| No | Nama | Jabatan | Bidang Keahlian | Instansi Asal | Alokasi Waktu (jam/minggu) |
|----|------------------|---------|-----------------|---------------|----------------------------|
| 1 | Nina Tresnayanti | AA | Kesehatan | SMRH | 20 jam/minggu |
| 2 | Dina Arihta | Lektor | Kesehatan | SMRH | 20 jam/minggu |

3. Objek Penelitian (jenis material yang akan diteliti dan segi penelitian) :
Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023. Masa Pelaksanaan :
Dua Semester
4. Usulan Biaya :
Rp. 3.000.000.-
5. Lokasi Penelitian :
Posyandu Hobong
6. Instansi lain yang terlibat (jika ada, dan uraikan apa kontribusinya)
-
7. Temuan yang ditargetkan (penjelasan gejala atau kaidah, metode, teori, produk, atau rekayasa)
-
8. Kontribusi mendasar pada suatu bidang ilmu (uraikan tidak lebih dari 50 kata, tekankan pada gagasan fundamental dan orisinalitas yang mendukung pengembangan iptek)
9. Jurnal ilmiah yang menjadi sasaran (tuliskan nama terbitan berkala ilmiah internasional bereputasi, nasional terakreditasi, atau nasional tidak terakreditasi dan tahun rencana publikasi)
Satu artikel
10. Rencana luaran KHI, buku, purwarupa atau luaran lainnya yang ditargetkan, tahun perolehan atau penyelesaiannya :
-

RINGKASAN

Status gizi balita merupakan indikator untuk melihat masalah gizi yang terjadi pada anak, yang diklasifikasi berdasarkan antropometri berupa *wasting* (kurus), *stunting* (pendek) dan *underweight* (berat badan kurang), Data dari Kemenkes 2020 Sampai sekarang masalah gizi masih menjadi momok yang belum terselesaikan pada beberapa negara. Persentase kejadian *stunting* di Provinsi Papua masih berada diatas persentase nasional. Kabupaten Jayapura merupakan salah satu Kabupaten yang ada di Provinsi Papua yang turut andil dalam menyumbangkan tingginya persentase kejadian *stunting* pada balita. Kabupaten jayapura menduduki posisi ke-14 untuk Kabupaten yang memiliki persentase kejadian *stunting* tertinggi di Provinsi Papua (27,36%).

Pijat Tui Na diduga dapat mencegah terjadinya stunting karena balita yang telah dilakukan pijat Tui Na diduga akan mengalami peningkatan pola makan. Madu mengandung karbohidrat yang terdiri dari glukosa dan fruktosa, vitamin B kompleks, dan berbagai macam mineral seperti zat besi, dan *zinc* yang dibutuhkan oleh tubuh anak. Madu kaya akan antioksidan yang berguna untuk memperkuat daya tahan tubuh balita.

ABSTRACT

Name : Nina Tresnayanti, Dina Arihta, Hasfirawati
Study Program : Bachelor of Applied Midwifery
Title : The Effect of Tui Na Massage on Increasing Appetite in Toddlers as Stunting Prevention in the Posyandu Work Area of Hobong Village, Jayapura Regency, Papua in 2023.

This thesis discusses that Tui Na Massage has provided a stimulus to the organs that affect the absorption of food and nutrition for children which can cause stunting in children. Where the average direct factor causing stunting is due to lack of nutritional intake and the presence of infectious diseases. Stunting is a chronic malnutrition problem caused by insufficient nutritional intake for a long time due to the provision of food that does not match nutritional needs. This research is a pre-experimental study with the One Group Pretest-posttest design approach. The research results obtained a p-value $< \alpha$ value ($0.000 < 0.05$) meaning that there is an effect of Tui Na massage on increasing appetite in toddlers as a prevention of stunting in the Posyandu Kampung Hobong Jayapura Regency, Papua where there is an increase in pretest scores and posttest, namely 2.25-7.20 with a difference of 4.95 increase. The results of the study suggest to health workers that these results can be a reference in improving the quality of midwifery services, namely complementary therapy, one of which is Tui Na massage.

Keywords:

Tui Na Massage, Increased Appetite, Toddlers and Stunting Prevention

DAFTAR ISI

| | |
|--|-----------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| ABSTRAK..... | vii |
| ABSTRACT | viii |
| DAFTAR ISI..... | ix |
| DAFTAR GAMBAR | x |
| DAFTAR LAMPIRAN | xi |
| BAB I PENDAHULUAN | 11 |
| 1.1 Latar Belakang..... | 11 |
| 1.2 Rumusan Masalah..... | 14 |
| 1.3 Pertanyaan Penelitian..... | 14 |
| 1.4 Tujuan Penelitian | 14 |
| 1.4.1 Tujuan Umum..... | 14 |
| 1.4.2 Tujuan Khusus | 14 |
| 1.5 Manfaat Penelitian | 15 |
| 1.5.1 Manfaat Teoritis..... | 15 |
| 1.5.2 Manfaat Praktisi..... | 15 |
| 1.6 Ruang Lingkup (5W1H)..... | 15 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 16 |
| 2.1 Stunting | 16 |
| 2.1.1 Definisi Stunting | 16 |
| 2.1.2 Faktor Penyebab Stunting..... | 16 |
| 2.2 Konsep Dasar Pijat Tui Na..... | 18 |
| 2.2.1 Definisi..... | 18 |
| 2.2.2 Manfaat | 18 |
| 2.2.3 Mekanisme Dasar Pijat..... | 19 |
| 2.2.4 Persiapan Sebelum Pemijatan..... | 20 |
| 2.2.5 Teknik Pijat..... | 20 |
| 2.2.6 Konsep Pengaruh Pijat Tui Na Dalam Mengatasi Kesulitan Makan..... | 23 |
| 2.3 Nafsu Makan..... | 24 |
| 2.4 Kesulitan Makan | 25 |
| 2.4.1 Gejala Kesulitan Makan | 27 |
| 2.4.2 Faktor yang mempengaruhi kesulitan makan..... | 27 |
| 2.5 Telaah Jurnal..... | 29 |

| | |
|--|-----------|
| BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL..... | 31 |
| 3.1 Kerangka Konsep | 31 |
| 3.2 Definisi Operasional | 31 |
| 3.2.1 Variabel Bebas (Independent Variabel)..... | 31 |
| 3.2.2 Variabel Terikat (Dependent Variabel) | 32 |
| 3.3 Hipotesis | 32 |
| BAB IV METODE PENELITIAN..... | 33 |
| 4.1 Rancangan Penelitian..... | 33 |
| 4.2 Tempat dan Waktu Penelitian | 33 |
| 4.3 Populasi dan Sample Penelitian | 33 |
| 4.3.1 Populasi Penelitian | 33 |
| 4.3.2 Sample Penelitian | 33 |
| 4.4 Jenis dan Cara Pengumpulan Data | 33 |
| 4.4.1 Jenis Pengumpulan data | 33 |
| 4.4.2 Instrumen Penelitian..... | 34 |
| 4.4.3 Cara Pengumpulan Data | 34 |
| 4.5 Pengolahan dan Analisis Data | 35 |
| 4.5.1 Analisis Statistika | 35 |
| BAB V HASIL PENELITIAN..... | 37 |
| 5.1 Hasil Univariat | 37 |
| 5.2 Hasil Bivariat | 39 |
| BAB VI PEMBAHASAN | 41 |
| BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN..... | 45 |
| 7.1 Kesimpulan | 45 |
| 7.2 Saran..... | 45 |

DAFTAR BAGAN

| | |
|--------------------------------|----|
| Bagan 2.4 Kerangka Teori | 22 |
| Bagan 3.1 Kerangka Konsep..... | 23 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 2.1- 1 Tekan Ujung Ibu Jari | 21 |
| Gambar 2.1- 2 Tekan Pangkal Ibu Jari | 21 |
| Gambar 2.1- 3 Gosok Telapak Tangan | 21 |
| Gambar 2.1- 4 Tekan Pergelangan Jari | 22 |
| Gambar 2.1- 5 Tekan Daerah Pesar | 22 |
| Gambar 2.1- 6 Urut Daerah Rusuk | 22 |
| Gambar 2.1- 7 Urut Daerah Lutut | 23 |
| Gambar 2.1- 8 Pijat Punggung | 23 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 3.1- 1 Kerangka Konsep | 25 |
| Tabel 3.2- 1 Definisi Operasional | 32 |
| Tabel 4.1 Gambaran Frekuensi Karakteristik Ibu Balita | 37 |
| Tabel 4.2 Gambaran Frekuensi Karakteristik Balita..... | 38 |
| Tabel 4.3 Gambaran Nafsu Makan Sebelum dan Sesudah dilakukan Pijat <i>Tui Na</i> ... | 38 |
| Tabel 4.4 Uji Normalitas Data Sebelum dan Sesudah Perlakuan..... | 39 |
| Tabel 4.5 Pengaruh Pijat <i>Tui Na</i> pada Peningkatan Nafsu Makan tasi | |

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. *Stunting* terjadi mulai janin masih dalam kandungan baru nampak saat anak berusia dua tahun. Kekurangan gizi pada usia dini meningkatkan angka kematian bayi dan anak, menyebabkan penderitanya mudah sakit dan memiliki postur tubuh tak maksimal saat dewasa. Kemampuan kognitif para penderita juga berkurang, sehingga mengakibatkan kerugian ekonomi jangka panjang bagi Indonesia.¹

Pijat *Tui Na* ini telah memberikan stimulus terhadap organ yang mempengaruhi penyerapan makanan dan nutrisi anak. Pijat *Tui Na* dengan aromaterapi adas (*Smilans*) merupakan kombinasi *massage* dan akupresur menggunakan minyak aromaterapi yang mengandung adas. Penekanan titik-titik tertentu yang bermanfaat terhadap organ pencernaan bermanfaat besar terhadap penguatan fungsi organ. Ditambah dengan olesan minyak *nutrimoist* adas (*Smilans*) pada titik tersebut terutama bagian punggung, dada dan perut serta kaki akan menambah penguatan terhadap fungsi organ.¹

Menurut *World Health Organization (WHO)* tahun 2019, angka kejadian *stunting* di wilayah *South East Asia* termasuk yang tertinggi di dunia yakni sebanyak 31,9% Indonesia menduduki urutan ke enam di wilayah *South East Asia* dengan angka kejadian *stunting* sebanyak 36,4%.²

Dengan menggunakan acuan yang dipakai standar internasional (*WHO*), capaian penurunan intervensi *stunting* di Indonesia belum memenuhi target sebesar 20%. Maka dari itu, masih diperlukan upaya khusus untuk mencapai target prevalensi *stunting* sesuai standar tersebut. Pemerintah juga menargetkan pada RPJMN 2020- 2024 untuk menurunkan angka *stunting* menuju 14% di tahun 2024.²

Status gizi balita merupakan indikator untuk melihat masalah gizi yang terjadi pada anak, yang mana status gizi tersebut diklasifikasi berdasarkan antropometri yang berupa *wasting* (kurus), *stunting* (pendek) dan *underweight* (berat badan kurang),

(Kemenkes, 2020). Sampai sekarang masalah gizi sendiri masih menjadi momok yang masih belum terselesaikan pada beberapa negara. ²

Stunting merupakan permasalahan global dan diperkirakan sejumlah 149 juta balita mengalami *stunting* pada tahun 2018. *Trend stunting* secara global memiliki kecenderungan menurun dalam delapan belas tahun terakhir (2000-2018), yakni sebesar 10,6%. Menurut laporan *The Lancet's* pada tahun 2008, didunia terdapat 178 juta anak berusia kurang dari lima tahun (balita) yang *stunting* dengan luas mayoritas di South-Central Asia dan sub-Sahara Afrika. Prevalensi balita *stunting* pada tahun 2007 diseluruh dunia adalah 28,5% dan di seluruh negara berkembang sebesar 31,2%. Benua Asia memiliki prevalensi balita *stunting* sebesar 30,6%. Prevalensi balita *stunting* di Asia tenggara adalah 29,4 %, lebih tinggi dibandingkan dengan Asia Timur(14,4 %) dan Asia Barat (20,9%) ³.

Kejadian *stunting* dan *underweight* pada balita di Indonesia mengalami penurunan selama kurun waktu dua tahun yang mana dapat terlihat pada data Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) tahun 2016 ke data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, dimana kejadian *stunting* dalam dua kurun tersebut mengalami penurunan sekitar 3,3 (33 % untuk Sirkesnas dan 30,9% untuk Riskesdas) dan kejadian *underweight* juga mengalami penurunan sekitar 3,3% jika dilihat berdasarkan data Sirkesnas tahun 2016 (21%) ke data Riskesdas tahun 2018 (17,7%), namun penurunan tersebut tidak diikuti dengan persentase kejadian *wasting* yang ada di Indonesia yang mana kejadian *wasting* di Indonesia mengalami peningkatan sekitar 0,4% jika dilihat dari data Sirkesnas tahun 2016 (9,8%) ke data Riskesdas tahun 2018 (10,2%) ⁴.

Berdasarkan hasil penelitian Verawati Simamora tahun 2019, ada banyak sekali faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya kasus *stunting* pada anak. Faktor penyebab *stunting* ini dapat disebabkan oleh faktor langsung bahkan oleh faktor tidak langsung. Dimana rata-rata penyebab faktor langsung kejadian *stunting* ini karena kurangnya asupan gizi dan adanya penyakit infeksi, sedangkan untuk penyebab *stunting* dengan faktor tidak langsung yaitu pendidikan, pengetahuan ibu yang rendah, ekonomi keluarga, status gizi, sanitasi air dan lingkungan. Masalah kekurangan gizi sering mendapatkan perhatian diberbagai negara yang berkembang meliputi *underweight*, *stunting*, *wasting*, dan defisiensi mikronutrien. ⁴

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Dhita Yuniar dan Rizki Dyah dengan judul Pencegahan *Stunting* dengan *Tui Na Massage* tahun 2020 didapatkan hasil bahwa setelah dilakukan *Tui Na Massage* anak lebih antusias terhadap makanan yang disediakan dan segera meminum susu. Artinya *Tui Na Massage* sangat mempengaruhi nafsu makan anak, sehingga harapannya mampu meningkatkan berat badan untuk mencegah kejadian *Stunting*.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yusari Asih dan Mugiati tahun 2018 dengan judul Pijat *Tui Na* Efektif Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak Balita didapatkan hasil bahwa hasil uji statistic didapatkan nilai $p=0,000$, berartidengan alpha 5% terlihat ada perbedaan yang signifikan rata-rata kesulitan makanpada anak balita antara anak balita yang dilakukan pijat *Tui Na* dengan anak balita yang diberikan multivitamin. Artinya pijat *Tui Na* yang dilakukan sesuai prosedur, dengan 8 rangkaian pijat dapat mengatasi kesulitan makan pada balita.

Dari uraian data diatas, kita bisa melihat jika ada satu kasus yang mengalami peningkatan, hal ini jika dibandingkan dengan target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2020-2024 dimana untuk kejadian *stunting* sendiri pemerintah menargetkan adanya penurunan menjadi 19%, 7% untuk *wasting* dan 12% untuk *underweight* pada tahun 2024 (Kementerian PPN/Bappenas, 2019). Provinsi Papua merupakan salah satu provinsi yang berada diujung Indonesia yang menyumbangkan persentase kejadian *stunting* tertinggi pada tahun 2019, dimana Provinsi Papua menduduki posisi ke-14 dengan persentase sebesar 29,36%, dari hasil tersebut jika dibandingkan dengan persentase nasional (27,67%) (Kemenkes RI & BPS, 2019). Persentase kejadian *stunting* di Provinsi Papua masih berada diatas persentase nasional. Kabupaten Jayapura merupakan salah satu Kabupaten yang ada di Provinsi Papua yang mana turut andil dalam menyumbangkan tingginya persentase kejadian *stunting* pada balita. Kabupaten jayapura menduduki posisi ke-14 untuk Kabupaten yang memiliki persentase kejadian *stunting* tertinggi di Provinsi Papua dengan persentase kejadian sebesar 27,36%.⁵

Berdasarkan dari data program perbaikan gizi buruk Puskesmas Sentani Kabupaten jayapura Papua, dari tahun Januari-September 2022 masih ada masalah tidak tercapainya target perwilayah. Kampung Hobong target 25.00%, capaian 2,22%, kesenjangan 22,78%. Kelurahan Dobonsolo target 25.00%, capaian 0,14%, kesenjangan 24,86%. Kelurahan Sentani Kota target 25.00%, capaian 0,06%,

kesenjangan 24,4%. Dan Kelurahan Hinekombe target 25.00%, capaian 0,06%, kesenjangan 24,4%.

Menurut para orang tua balita yang ada di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong, mereka belum pernah tau tentang apa itu pijat *Tui Na*, sehingga masih ada 25% balita yang mengarah ke *stunting*.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk membantu dalam program pencegahan *stunting* pada balita dengan melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* Di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adanya Kesenjangan Ketidak Tercapaian Target Sebanyak 22,78% Dalam Pencegahan *Stunting* di Posyandu dikarenakan Kurangnya Nafsu Makan dan Belum Pernah dilakukan Penelitian Tentang Pengaruh Pijat *Tui Na* pada Peningkatan Nafsu Makan Balita di Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023”.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana distribusi frekuensi nafsu makan balita sebelum dilakukan pijat *Tui Na* di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua ?
2. Bagaimana distribusi frekuensi nafsu makan balita setelah dilakukan pijat *Tui Na* di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua ?
3. Apakah ada pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan nafsu makan pada balita sebagai pencegahan *stunting* di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua ?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk diketahuinya Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Untuk diketahuinya gambaran nafsu makan sebelum dilakukan pijat *Tui Na* Pada Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023.
2. Untuk diketahuinya gambaran nafsu makan sesudah dilakukan pijat *Tui Na* Pada Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023.
3. Untuk diketahuinya pengaruh pijat *Tui Na* pada peningkatan Nafsu Makan Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah referensi tentang pengaruh pijat *Tui Na*, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai kajian dalam merumuskan rencana intervensi terkait penurunan prevalensi *stunting*.

1.5.2 Manfaat Praktisi

1.5.2.1 Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai dasar dalam peningkatan mutu layanan kebidanan terutama dalam penerapan pijat *Tui Na* di Posyandu Kampung Hobong sebagai salah satu strategi dalam penurunan kejadian *stunting*.

1.5.2.2 Bagi peneliti Selanjutnya

Agar hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan pengetahuan dalam menganalisa dan menyusun tindak lanjut dalam mengatasi permasalahan gizi, khususnya *stunting* yang ada dimasyarakat.

1.5.2.3 Bagi Responden

Menjadi bahan masukan dan menambah pengetahuan responden tentang cara meningkatkan nafsu makan balita selain dengan suplemen vitamin dan obat-obatan.

1.6 Ruang Lingkup (5W1H)

Penelitian ini adalah tentang pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan nafsu makan pada balita sebagai pencegahan *stunting* di Posyandu Kampung Hobong Tahun

2023. Populasi dalam penelitian ini yaitu balita di Posyandu Kampung Hobong sebanyak 20 balita dan akan diambil *sample* sebanyak 20 balita (*Total Sampling*). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember Tahun 2023 sampai dengan bulan Maret Tahun 2023, Penelitian ini dilakukan karena adanya kesenjangan ketidak tercapaian target sebanyak 22,78% dalam pencegahan *stunting* di Posyandu Kampung Hobong dikarenakan kurangnya nafsu makan pada Balita. Penelitian ini jenis penelitian *Kuantitatif Quasi Eksperimental* dengan *Design One Group Pre dan Post* menggunakan data Primer dan Sekunder.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Stunting

2.1.1 Definisi Stunting

Stunting adalah salah satu keadaan malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi masa lalu sehingga termasuk dalam masalah gizi yang bersifat kronis. *Stunting* diukur sebagai status gizi dengan memperhatikan tinggi atau panjang badan, umur, dan jenis kelamin balita. Kebiasaan tidak mengukur tinggi atau panjang badan balita di masyarakat menyebabkan kejadian *stunting* sulit disadari.¹

Stunting atau perawakan pendek (*shortness*), suatu keadaan tinggi badan (TB) seseorang yang tidak sesuai dengan umur, yang penentuannya dilakukan dengan menghitung skor Z-indeks Tinggi Badan menurut Umur (TB/U). Seseorang dikatakan *stunting* bila skor Z-indeks TB/Unya di bawah -2 SD (standar deviasi). Kejadian *stunting* merupakan dampak dari asupan gizi yang kurang, baik dari segi kualitas maupun kuantitas, tingginya kesakitan, atau merupakan kombinasi dari keduanya. Kondisi tersebut sering dijumpai di negara dengan kondisi ekonomi kurang.¹

2.1.2 Faktor Penyebab Stunting

Stunting disebabkan oleh faktor multi dimensi dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Intervensi yang paling menentukan untuk dapat mengurangi prevalensi *stunting* oleh karenanya perlu dilakukan pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari anak balita¹. Beberapa faktor yang menjadi penyebab *stunting* dapat digambarkan sebagai berikut:

1. Praktek pengasuhan yang kurang baik, termasuk kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan. Beberapa fakta dan informasi yang ada menunjukkan bahwa 60% dari anak usia 0-6 bulan tidak mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif, dan 2 dari 3 anak usia 0-24 bulan tidak menerima Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI). MP-ASI diberikan/mulai diperkenalkan ketika balita berusia diatas 6 bulan. Selain

berfungsi untuk mengenalkan jenis makanan baru pada bayi, MPASI juga dapat mencukupi kebutuhan nutrisi tubuh bayi yang tidak lagi dapat disokong oleh ASI, serta membentuk daya tahan tubuh dan perkembangan sistem imunologis anak terhadap makanan maupun minuman.

2. Masih terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan *ANC-Ante Natal Care* (pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan), *Post Natal Care* dan pembelajaran dini yang berkualitas. Informasi yang dikumpulkan dari publikasi Kemenkes dan Bank Dunia menyatakan bahwa tingkat kehadiran anak di Posyandu semakin menurun dari 79% di 2007 menjadi 64% di 2013 dan anak belum mendapat akses yang memadai ke layanan imunisasi. Fakta lain adalah 2 dari 3 ibu hamil belum mengonsumsi suplemen zat besi yang memadai serta masih terbatasnya akses pelayanan pembelajaran dini yang berkualitas (baru 1 dari 3 anak usia 3-6 tahun belum terdaftar di layanan PAUD/Pendidikan Anak Usia Dini).
3. Kurangnya akses air bersih dan sanitasi. Data yang diperoleh di lapangan menunjukkan bahwa 1 dari 5 rumah tangga di Indonesia masih buang air besar (BAB) di ruang terbuka, serta 1 dari 3 rumah tangga belum memiliki akses air minum bersih.¹

Banyak faktor yang menyebabkan *stunting* pada balita, namun karena mereka sangat tergantung pada ibu/keluarga, maka kondisi keluarga dan lingkungan yang mempengaruhi keluarga akan berdampak pada status gizinya. Pengurangan status gizi terjadi karena asupan gizi yang kurang dan sering terjadinya infeksi. Jadi faktor lingkungan, keadaan dan perilaku keluarga yang mempermudah infeksi berpengaruh pada status gizi balita. Kecukupan energi dan protein per hari per kapita anak Indonesia terlihat sangat kurang jika dibanding Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan baik pada anak normal atau pendek. Hal ini sangat menarik, ternyata asupan energi maupun protein tidak berbeda bermakna antara anak-anak yang tergolong pendek atau normal. Diasumsikan secara umum, konsumsi yang diperoleh untuk seluruhanak (pendek atau normal), kondisinya sama, kurang dari AKG. Jika hal ini berlangsung bertahun-tahun maka terjadi masalah kronis.¹

2.2 Konsep Dasar Pijat *Tui Na*

2.2.1 Definisi

Pijat *Tui Na* adalah teknik pijat akupresure menggunakan tangan dan penerapan tekanan pada titik meridian untuk meredakan gejala, mengobati penyakit, atau membantu memulihkan kesehatan pasien. Akupresur *Tui Na* merupakan teknik pengobatan yang murni menggunakan tangan, sehingga tidak memerlukan sedasi atau anestesi. Akupresure *Tui Na* memberikan tekanan kuat pada tubuh pasien dengan menggunakan teknik meremas dan menekan kulit. Titik akupresure akan diberi tekanan dengan tenaga yang lebih besar untuk melepaskan penyumbatan dan melancarkan aliran darah sehingga lancar, proses ini diulang hingga prosedur selesai.⁶

Akupresure *Tui Na* yang merupakan salah satu teknik untuk melepaskan nyeri dan meningkatkan mobilitas tubuh dengan cara melancarkan sirkulasi darah, tubuh akan mendapatkan lebih banyak zat gizi yang membantu proses pemulihan bagian yang terluka atau terasa nyeri. Pijatan juga bersifat menenangkan karena mengendurkan otot-otot yang tegang, khususnya pada bagian punggung atas, leher, dan pundak. Pada balita dengan berat badan yang kurang dengan pijat *Tui Na* akan membuat peredaran darah di limpa dan sistem pencernaan menjadi lebih lancar sehingga nafsu makan bertambah dan penyerapan nutrisi atau gizi lebih optimal akibatnya dapat meningkatkan berat badan.⁶

2.2.2 Manfaat

Manfaat Akupresure *Tui Na* bagi anak menurut Bimantoro, (2020) diantaranya :

1. Berpengaruh positif terhadap tumbuh kembang anak sehingga stimulasi pijat akupresure seharusnya dilakukan oleh ibu, atau ayah dari anak.
2. Memberikan pengaruh sangat besar pada perkembangan anak, baik secara fisik, maupun emosional.
3. Pijat akupresure akan merangsang peningkatan aktivitas saraf yang akan menyebabkan penyerapan lebih baik pada sistem pencernaan sehingga anak akan lebih cepat lapar. Pijat akupresure dapat meningkatkan aktivitas vagal sehingga
4. menyebabkan pelepasan hormon gastrin dan insulin sehingga meningkatkan penyerapan makanan lebih baik.

5. Pada bayi prematur akan meningkatkan berat badan, perkembangan motorik, pemberian makan, serta meningkatkan kualitas tidur anak.⁶

2.2.3 Mekanisme Dasar Pijat

Pijat akupresure *Tui Na* tidak sekedar pijat refleksi biasa, akupresure ini merupakan bagian integral pengobatan tradisional China. Biasanya akupresure ini dilakukan bersama dengan pengobatan tradisional China lainnya seperti akupunktur, kop, tai chi, dan obat herbal. Akupresur *Tui Na* ini tidak hanya bekerja di otot dan sendi melainkan di level yang lebih tinggi yaitu "*Chi*" atau energi vital hidup manusia. Akupresure ini dipercaya mampu melancarkan energi "*Chi*" dalam tubuh manusia untuk menciptakan keseimbangan dan penyembuhan karena banyak penyakit dalam tubuh yang disebabkan oleh ketidakseimbangan energi *Chi* ini.⁶

Akupresure *Tui Na* melancarkan energi tubuh untuk mencapai keseimbangan dalam tubuh dan penyembuhan karena dipercaya bahwa penyakit datang karena aliran darah tidak lancar. Pada umumnya, akupresuer *Tui Na* ini digunakan untuk penyembuhan penyakit yang berhubungan dengan tulang seperti sakit pinggang karena rematik, pengapuran, nyeri kaki, nyeri pundak, dan sakit kepala dan juga untuk meningkatkan nafsu makan pada anak-anak. Teknik akupresure *Tui Na* 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 pada bagian tubuh tertentu.⁶

Pijat akupresure *Tui Na* 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 akupunktur tanpa jarum, teknik ini menggunakan penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga relatif lebih mudah dilakukan dibandingkan akupunktur. Hal ini sejalan dengan teori tentang aktivitas saraf vagus yang mempengaruhi mekanisme penyerapan makanan. Pijatan yang diterima oleh anak-anak kurang dari lima tahun akan meningkatkan nada vagal. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang menerima pijatan mengalami peningkatan nada vagal, sehingga cabang-cabang saraf vagus (saraf otak ke-10) akan

meningkatkan tingkat enzim penyerap: gastrin dan insulin. Dengan demikian, aktivitas penyerapan makanan akan menjadi lebih baik.⁶

2.2.4 Persiapan Sebelum Pemijatan

1. Mencuci tangan dan dalam keadaan hangat.
2. Hindari kuku dan perhiasan yang bisa menggores kulit bayi.
3. Ruang untuk pijat usahakan hangat dan tidak menguap.
4. Bayi selesai makan atau tidak dalam keadaan lapar.
5. Usahakan tidak diganggu dalam waktu 15 menit untuk melakukan semua tahap pemijatan.
6. Baringkan bayi diatas kain rata yang lembut dan bersih.
7. Ibu/Ayah duduk dalam posisi nyaman dan tenang.
8. Siapkan handuk, popok, baju ganti, dan minyak baby (*baby oil*).
9. Sebelum memijat, mintalah izin kepada bayi dengan cara membelai wajah dan kepala bayi sambil mengajak bicara.⁷

2.2.5 Teknik Pijat

Teknik akupresure *Tui Na* yaitu dilakukan dengan teknik pemijatan meluncur (*Effleurage* atau *Tui*), memijat (*Petrissage* atau *Nie*), mengetuk, menarik, memutar, menggoyang, dan menggetarkan titik tertentu sehingga akan mempengaruhi aliran energi tubuh dengan memegang dan menekan bagian-bagian tertentu.⁷

Pijat *Tui Na* bukanlah sekedar pijat refleksi biasa, pijat ini termasuk dalam bagian pengobatan tradisional China yang tidak hanya bekerja di otot dan sendi melainkan juga mencapai titik energi vital hidup manusia (*energi chi*). Melalui pijat ini, peredaran energi chi dalam tubuh dapat berjalan lancar sehingga menciptakan keseimbangan dan menjadi penyembuh dari berbagai penyakit yang disebabkan oleh ketidakseimbangan *energi chi*. Umumnya, pijat *Tui Na* ini digunakan untuk penyembuhan penyakit yang berhubungan dengan tulang seperti sakit pinggang, nyeri kaki, dan pundak. Selain itu juga dipercaya efektif untuk mengembalikan dan meningkatkan nafsu makan pada anak. Sebaiknya pemakaian obat penambah nafsu makan bagi anak dikurangi dan mulai beralih ke pijat *Tui Na*.⁷

Berikut langkah mudah pijat *Tui Na* yang dipercaya aman diterapkan pada anak dan dapat meningkatkan nafsu makan, sehingga pemenuhan gizi di tubuh anak bisa maksimal.⁷

1. Tekuk sedikit ibu jari anak dan gosok garis dipinggir ibu jari disisi telapaknya. Pijat dari ujung ibu jari hingga ke pangkalnya antara 100-300 kali. Gerakan ini membantu fungsi pencernaan dan limpa.



Gambar 2.2- 1 Tekan Ujung Ibu Jari

2. Pijat tekan melingkar bagian pangkal ibu jari yang paling tebal berdaging antara 100-300 kali. Fungsinya untuk menguraikan akumulasi makananyang belum dicerna serta menstimulasi kelancaran sistem pencernaan.



Gambar 2.2- 2 Tekan Pangkal Ibu Jari

3. Gosok melingkar tengah telapak tangan sebanyak 100-300 kali dengan radius lingkaran kurang dari dua pertiga dari tengah telapak tangan kepangkal jari kelingking. Fungsinya untuk memperlancar sirkulasi darah.



Gambar 2.2- 3 Gosok Telapak Tangan

4. Tusuk dengan kuku tekan melingkar titik yang berada ditengah lekuk buku jari yang terdekat dengan telapak dan pijat tekan sebanyak 30-50 kali tiap titik. Langkah ini untuk memecah stagnasi di meridian.



Gambar 2.2- 4 Tekan Pergelangan Jari

5. Tekan melingkar dengan bagian tengah telapak tangan, tepat diatas area pusar dengan gerakan searah jarum jam sebanyak 100-300 kali. Gerakan memutar ini fungsinya untuk menstimulasi makanan agar lebih lancar.



Gambar 2.2- 5 Tekan Daerah Pusar

6. Gunakan kedua ibu jari untuk menekan dan buat gerakan memanjang dibawah rusuk menuju perut samping sebanyak 100-300 kali. Fungsinya untuk memperkuat fungsi limpa, lambung dan memperbaiki pencernaan.



Gambar 2.2- 6 Urut Daerah Rusuk

7. Lakukan gerakan melingkar dengan ditekan di area bawah lutut bagian luar, dibawah tempurung lututnya sebanyak 50-100 kali. Fungsinya untuk menyalurkan lambung, usus dan pencernaan.



Gambar 2.2- 7 Urut Daerah Lutut

8. Pijat punggung dan tekan dengan ringan dari atas ke bawah dan cubit kulit dikiri kanan tulang ekor merambat ke atas, lakukan sebanyak 3-5 kali. Langkah ini mendukung aliran energi chi.⁷



Gambar 2.2- 8 Pijat Punggung

2.2.6 Konsep Pengaruh Pijat *Tui Na* Dalam Mengatasi Kesulitan Makan

Penyebab tersering pada kasus kesulitan makan pada balita dikarenakan gangguan fungsi limpa dan pencernaan. Sehingga makanan yang masuk kedalam perut tidak segera dicerna, yang berakibat pada stagnasi makanan dalam saluran cerna, keluhan yang disampaikan orang tua pada masalah ini adalah anak sering muntah, mual jika disuap, dan perut terasa penuh sehingga mengurangi nafsu makan atau bahkan tidak nafsu makan sama sekali.⁷

Saat ini telah dikembangkan dari teknik pijat bayi, yakni pijat *Tui Na*. Pijat ini dilakukan dengan teknik pemijatan meluncur, memijat, mengetuk, gesekan, menarik, memutar, menggoyang dan menggetarkan titik tertentu sehingga akan mempengaruhi aliran energi tubuh dengan memegang dan menekan tubuh pada bagian tubuh tertentu. Pijat *Tui Na* 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. Pijat *Tui Na* akan memperlancar peredaran darah ke limpa dan pencernaan sehingga merangsang organ sistem pencernaan bekerja secara maksimal.⁷

Menurut Guyton (2012) disebutkan bahwa sebagian besar sistem saraf adalah sistem otonom, salah satu diantaranya adalah persarafan pada saluran cerna. Suplai saraf parasimpatis dihantarkan dari abdomen melalui saraf vagus. Saraf vagus adalah saraf ke 10 yang mengatur fungsi organ tubuh termasuk dibagian dada dan perut. Rangsangan berupa pijatan pada saraf vagus (saraf parasimpatis) akan merangsang lambung untuk mengeluarkan hormon gastrin. Hormon gastrin akan merangsang pengeluaran insulin, asam khidoklorida, pepsinogen, enzim pankreas, mukus, peningkatan aliran empedu hati dan merangsang motilitas lambung. Hormon gastrin juga mempermudah relaksasi reseptif lambung (relaksasi sementara) sehingga lambung dapat menambah volumenya dengan sangat mudah tanpa peningkatan tekanan. Pengeluaran insulin akan mempermudah untuk memetabolisme glukosa. Sekresi asam hidoklorida, pepsinogen, enzim, pankreas, peningkatan aliran empedu hati akan mempermudah pencernaan makanan. Saat makanan sampai pada duodenum maka akan merangsang pengeluaran cholecystokinin, hal ini akan merangsang motilitas usus. Sehingga dengan adanya motilitas lambung dan usus akan mempermudah pencampuran, pendorongan makanan dan penyerapan nutrisi menjadi lebih baik.⁷

2.3 Nafsu Makan

Nafsu makan merupakan keadaan yang mendorong seseorang untuk memuaskan keinginannya untuk makan selain rasa lapar. Nafsu makan merupakan suatu sistem pengaturan internal yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan energi dan gizi didalam tubuh, tetapi ada beberapa faktor yang mempengaruhi peningkatan nafsumakan salah satunya adalah susu dan makan merupakan makanan terbaik bagi balita. Pemberian susu dan makan sangat penting bagi tumbuh kembang yang optimal baik fisik maupun mental dan kecerdasan balita, oleh karena itu pemberian susu dan makan

perlu mendapatkan perhatian pada ibu dan tenaga kesehatan agar proses pemberian susu dan makan dapat terlaksana dengan baik.⁷

Upaya untuk meningkatkan nafsu makan dapat dilakukan dengan cara farmakologi yaitu dengan pemberian multivitamin dan micronutrient lainnya maupun non farmakologi yaitu melalui minuman herbal atau jamu, pijat, akupresure, danakupuntur. Pijat dan sentuhan kasih sayang yang dimulai pada usia dini dapat meningkatkan kualitas hidup anak dan orang tua. Sehingga pijat merupakan salah satu cara yang baik untuk memberikan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan serta meningkatkan nafsu makan balita.⁷

Nafsu makan yang baik perlu dibentuk sejak dini agar tidak timbul gangguan makan dikemudian hari. Balita yang pola makannya terganggu berdampak terhadap kesehatan balita sehingga mudah terserang penyakit. Salah satu cara untuk mencegah hal tersebut adalah dengan cara melakukan pijat pada balita. Pijat pada balita merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada balita. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar balita. Jika pijat dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak.⁷

2.4 Kesulitan Makan

Menurut "*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*" (DSM IV). Kesulitan makan pada masa anak-anak didefinisikan sebagai kegagalan yang bersifat menetap pada anak untuk memperoleh sejumlah asupan makanan yang memadai. Gangguan makan ini setidaknya berlangsung selama 1 bulan, serta dapat mengakibatkan gangguan pada pertumbuhan berat badan, ataupun mengalami penurunan berat badan yang signifikan. Anak dapat menolak untuk makan makanan yang disajikan, sehingga mengakibatkan kegagalan anak dalam memenuhi kebutuhan energi dan nutrisi.⁷

Kesulitan makan adalah ketidakmampuan untuk makan dan menolak makanan tertentu. 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.⁷

Kesulitan makan (*Picky Eater*) adalah perilaku anak tidak mau atau menolak untuk makan atau mengalami kesulitan mengkonsumsi makanan atau minuman dengan jenis dan jumlah sesuai secara fisiologis (alamiah dan wajar), yaitu mulai dari membuka mulutnya tanpa paksaan, mengunyah, menelan hingga sampai terserap dipencernaan secara baik tanpa paksaan dan tanpa pemberian vitamin dan obat tertentu.⁷

Perilaku anak dalam memilih makanan yang dikonsumsinya, sangat berkaitan erat dengan berbagai faktor. Faktor ketersediaan makanan dirumah, faktor biologis anak itu sendiri, faktor budaya, faktor lingkungan keluarga, dan faktor sosial. Pengalaman sedini mungkin dalam mencoba jenis makanan tertentu sangat penting dalam perkembangan pola penerimaan makanan (pemilihan makanan kesukaan dan frekuensi makan).⁷

2.4.1 Gejala Kesulitan Makan

2.4.1.1 Gejala Kesulitan Makan

1. Kesulitan mengunyah, menghisap, menelan makanan atau hanya bisa makan makanan lunak atau cair
2. Memuntahkan atau menyemburkan makanan yang sudah masuk di mulut anak
3. Makan berlama-lama dan memainkan makanan
4. Sama sekali tidak mau memasukkan makanan ke dalam mulut atau menutup mulut rapat
5. Memuntahkan atau menumpahkan makanan dan menepis suapan
6. Tidak banyak menyukai variasi makanan.
7. Kebiasaan makan yang aneh
8. Makan hanya sedikit
9. Secara total menghindari beberapa jenis makanan.

2.4.1.2 Jenis Kesulitan Makan

1. Hanya mau makan makanan cair
2. Kesulitan menghirup, mengunyah dan menelan
3. Kebiasaan makan yang aneh
4. Tidak menyukai banyak variasi makanan
5. Keterlambatan makan sendiri.⁷

2.4.2 Faktor yang mempengaruhi kesulitan makan

2.4.2.1 Faktor Biologis

Faktor biologis merupakan faktor yang terdapat dari dalam diri anak tersebut. Faktor ini meliputi, umur, jenis kelamin, faktor genetik, kesukaan terhadap rasa makanan, rasa lapar atau kenyang, dan mekanisme fisiologis. Oleh sebab itu, setiap anak memiliki potensi biologisnya masing-masing, tergantung daripada kejelian orang tua dalam mengamati si anak. Namun sedikit orang tua yang menganggap penting potensi biologis seorang anak. Pada saat memasuki periode MP-ASI sebaiknya anak tidak tergesa-gesa terpapar dengan makanan rasa manis. Nantinya anak-anak yang tidak cepat terpapar rasa manis, akan lebih cerdas dalam memilah rasa manis, asam, asin, dan pahit. Hal ini tentunya akan berdampak pada variasi makanan yang dapat disusun oleh ibu atau pengasuh sehingga diterima si anak.⁷

2.4.2.2 Faktor Pengalaman Makan

Secara alami, anak-anak memiliki respon neofobia atau respon penolakan pada rasa atau jenis makanan baru. Salah satu cara efektif adalah dengan mengkombinasikan makanan anak. Tidak ada yang perlu ditakutkan dari proses ini selama kita sebagai orang tua tetap peduli, sebab sikap menolak atau memilih makanan yang terjadi pada anak merupakan mekanisme pertahanan alami mereka.⁷

2.4.2.3 Faktor Sosial Budaya dan Lingkungan

Beberapa faktor dari dalam individu (seperti kepercayaan, sikap, pengetahuan, dan persepsi) dan luar individu (seperti norma sosial, budaya, keluarga dan lingkungan sosial). Terdapat tiga kategori kepercayaan yang menyebabkan seseorang menolak makanan yaitu :

1. Kepercayaan terkait respon sensori efektif, misalkan makanan bau atau rasanya tidak enak akan menyebabkan rasa tidak suka.
2. Kepercayaan terhadap kemungkinan bahaya yang dikandung makanan atau untuk mengantisipasi konsekuensi yang ditimbulkan makanan tersebut, misalnya respon mual, muntah, dan diare.
3. Kepercayaan mengenai asal usul didapatkannya suatu makanan, yang menyebabkan rasa mual dan jijik.
4. Adanya faktor-faktor tersebut menimbulkan suatu pemahaman bahwa perilaku makan seseorang adalah hasil interaksi antara individu dan

lingkungannya, dan interaksi ini bersifat sangat kompleks. Ditambah lagi pada masa kini, paparan media massa tentang iklan produk makanan untuk balita begitu pesat. Oleh karena itu, masyarakat harus semakin jeli dalam mentransformasi informasi sehingga tidak begitu saja menerima pesan yang disampaikan.⁷

2.4.2.4 Pendidikan Gizi

Pendidikan gizi merupakan suatu pendekatan yang dilakukan melalui proses penyaluran informasi terkait gizi kepada masyarakat dengan tujuan masyarakat mengerti tentang makanan apa saja yang harus dimakan agar kebutuhan gizi tubuh mereka terpenuhi. Pola pendekatan ini seharusnya berproses dari anak terpapar MP-ASI hingga menjelang anak sekolah (masa pra sekolah). Masih sedikit orang tua yang menyadari bahwa perilaku makan anak sudah dimulai sejak usia bayi/balita. Kesadaran diri bahwa pola yang dibentuk sejak bayi/balita akan membentuk perilaku makan anak dimasa yang akan datang menjadikan mawas dalam hal pemilihan makan anak.⁷

2.5 Telaah Jurnal

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yusari Asih dan Mugiati tahun 2018 dengan judul Pijat *Tui Na* Efektif Dalam Mengatasi Kesulitan Makanan Pada Anak Balita, dengan desain penelitian quasi eksperimen didapatkan hasil pemberian pijat *Tui Na* pada anak balita lebih efektif untuk mengatasi kesulitan makan dari pada pemberian multivitamin ($p=0,000$). Dimana pada balita yang diberikan pijat *Tui Na* mengalami perubahan rata-rata kesulitan makan sebesar 3,360 dengan standar deviasi 0,921, sedangkan pada balita sebesar 2.260 dengan standar deviasi 1.337.⁸

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Indah Wulaningsih dkk tahun 2022 dengan judul Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Tingkat Nafsu Makan Balita GiziKurang dengan *design* penelitian *quasi eksperimental* dengan pendekatan *one group pre-post test design*, didapatkan hasil bahwa nafsu makan balita sebelum dilakukan tindakan pijat *Tui Na* mempunyai rata-rata 5.812, standart deviasi 0.655, dan skor terendah 5 tertinggi 7 sedangkan sesudah mempunyai rata-rata 8.187 standart deviasi 0.910, dan skor terendah 7 tertinggi 10 sehingga ada pengaruh pijat *Tui Na* terhadap

peningkatan nafsu makan balita sesudah dan sebelum dilakukan pijat *Tui Na* dengan *P-value* sebesar $0,000 < 0,05$.⁹

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Wulandari tahun 2022 dengan judul Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Usia 3-5 Tahun Di Posyandu Di Pejeng Kelod dengan desain penelitian *pre eksperimen* dengan rancangan *one group pre-post test design*, didapatkan hasil bahwa ada perbedaan tingkat nafsu makan sebelum dan sesudah diberikan pijat *Tui Na* dengan nilai *P-value* = 0,005 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian pijat tui na terhadap peningkatan nafsu makan pada anak usia 3 sampai 5 tahun di Posyandu PejengKelod.¹⁰

BAB III

KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL

3.1 Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah suatu hubungan yang akan menghubungkan secara teoritis antara variabel-variabel penelitian yaitu, antara variabel *independent* dengan variabel *dependent* yang akan diamati atau diukur melalui penelitian yang akan dilaksanakan.¹¹ Variabel *independent* dalam penelitian ini adalah pijat *Tui Na* dan variabel dependennya adalah nafsu makan di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua.

Tabel 3.1- 1
Kerangka Konsep



Keterangan :

 : Variabel *Independent* (bebas)

 : Variabel *Dependent* (terkait)

3.2 Definisi Operasional

Definisi operasional variabel adalah yang diungkap dalam kerangka konsep tersebut, secara operasional, secara praktik, secara nyata dalam lingkup obyek penelitian atau obyek yang diteliti. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat.¹¹

3.2.1 Variabel Bebas (*Independent Variabel*)

Variabel yang mempengaruhi, yang menyebabkan timbulnya atau berubahnya variabel terikat. Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan *design crosssectional*.

3.2.2 Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Variabel yang dipengaruhi karena adanya variabel bebas. Variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini adalah praktek langsung. Definisi operasional variabel penelitian merupakan penjelasan dari masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian terhadap indikator-indikator yang membentuknya.

Tabel 3.2- 1
Definisi Operasional

| Variabel | Definisi Operasional | Alat Ukur | Hasil Ukur | Skala Ukur |
|---------------------|--|---|--|------------|
| Pijat <i>Tui Na</i> | Pijat yang dilakukan pada balita dengan tehnik mengetuk, menarik, memutar, menggoyang, dan menggetarkan titik tertentu di daerah ibu jari `tangan, perut , daerah punggung dan lutut selama 15-30 menit setiap hari selama 6 hari. | Pijat | 1. Dipijat 2. Tidak dipijat | Nominal |
| Nafsu Makan | Adanya keinginan yang mendorong frekuensi makan dan banyaknya porsi makan yang dihabiskan balita setiap hari. | Kuesioner dengan 10 pertanyaan mengenai nafsu makan dengan jawaban a. ya : 1 b. tidak : 0 | 0 = baik, jika skor 6-10. 1 = kurang baik, jika skor 0-5. | Ordinal |

3.3 Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara atas pertanyaan atau masalah penelitian atau penjelasan sementara untuk menerangkan fenomena yang diamati atau suatu pernyataan tentang hubungan yang diharapkan terjadi antara dua variabel atau lebih yang memungkinkan untuk di deskripsikan secara empiris atau perlu diuji kebenaran atas jawaban pertanyaan tersebut.¹² Hipotesis pada penelitian ini adalah Adanya pengaruh Pijat *Tui Na* pada peningkatan nafsu makan balita di Posyandu Kampung Hobong pada tahun 2023.

BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan rancangan *pre-eksperimen* yaitu penelitian yang tidak memiliki kelompok pembanding (*control*) dengan pendekatan *One Group Pretest-posttest design* yaitu penelitian yang dilakukan dalam satu kelompok dengan dua kali pengukuran yaitu dilakukan pengukuran sebelum melakukan perlakuan (*pre-test*)¹², Kemudian dilakukan perlakuan yaitu tindakan pijat *Tui Na* lalu setelah diberikan perlakuan dilakukan pengukuran kembali (*post-test*). Untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan pijat *Tui Na*.

4.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober 2022 sampai dengan Maret 2023, di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong.

4.3 Populasi dan Sample Penelitian

4.3.1 Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan¹¹. Dalam penelitian ini populasi yang dimaksud adalah total semua balita yang ada di wilayah Posyandu Kampung Hobong dari bulan Desember 2022 sampai dengan Maret 2023 sebanyak 20 balita.

4.3.2 Sample Penelitian

Teknik pengambilan *sample* pada penelitian ini adalah *total sampling*. Dimana 20 balita yang menjalani proses pemijatan *Tui Na* pada bulan Desember 2022 sampai dengan Maret 2023 di wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong akan dijadikan *sample* penelitian.

4.4 Jenis dan Cara Pengumpulan Data

4.4.1 Jenis Pengumpulan data

4.4.1.1 Data Primer

Data primer adalah data yang langsung diperoleh atau diambil oleh peneliti.¹¹ Data primer dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh

langsung dari orang tua responden. Data ini sudah diperoleh dengan melakukan pengisian kuesioner pada orang tua responden yang memiliki kriteria dan sudah diberi penjelasan mengenai maksud dan tujuan dari penelitian. Kemudian orang tua responden sudah mengisi *informed consent* untuk ketersediaannya menjadi responden dalam penelitian.

4.4.1.2 Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang tidak langsung diperoleh atau diambil oleh peneliti akan tetapi diperoleh dari data yang sudah ada atau sudah dikumpulkan oleh pihak lain (Puskesmas dan Posyandu).¹¹ Data sekunder dalam penelitian ini adalah jumlah balita di Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua.

4.4.2 Instrument Penelitian

Instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner untuk melihat adanya peningkatan nafsu makan balita. Kuesioner ini merupakan kuesioner yang diadopsi dari penelitian sebelumnya yang menilai peningkatan nafsu makan yaitu Novitasari (2019) yang terdiri dari 10 pertanyaan dengan alternatif jawaban ya dan tidak. Nilai skor untuk jawaban “ya” adalah 1 dan jawaban “tidak” adalah 0. Kuesioner ini telah dinyatakan *valid* dan *reliabel* dengan hasil *uji pearson product moment* dengan *software computer*. Dari hasil analisa tersebut diperoleh hasil nilai *r* hitung untuk variabel nafsu makan antara 0,761-0,851 lebih besar dari nilai *r table* (0,561 dengan taraf signifikansi 1%), artinya semua pernyataan yang digunakan untuk mengukur variabel nafsu makan adalah *valid*, sedangkan untuk uji reliabilitas diperoleh hasil nilai *alpha cronbach* (α) dari variabel nafsu makan yakni 0,967 lebih besar dari pada nilai yang di syaratkan (0,60), artinya pernyataan yang digunakan untuk mengukur variabel nafsu makan adalah *reliable*.¹⁵

4.4.3 Cara Pengumpulan Data

1. Mengumpulkan data balita yang ada di posyandu
2. Membagikan kuisisioner
3. Melakukan *pre test*, berapa kali balita makan dalam sehari
4. Membuat WA *group*
5. Mengajarkan kepada ibu responden cara memijat
6. Pemijatan dilakukan pagi hari sebelum makan

7. Pemijatan dilakukan selama 15-30 menit, selama 6 hari berturut-turut
8. Meminta orang tua responden untuk membuat video / foto saat melakukan pemijatan pada anak
9. Melakukan *post test*, berapa kali balita makan dalam sehari setelah dilakukan pemijatan.

4.5 Pengolahan dan Analisis Data

Pengolahan data yang telah diperoleh dari proses pengumpulan data akan diubah ke dalam bentuk tabel-tabel, kemudian data diolah menggunakan program komputer.¹¹ Kemudian proses pengolahan data menggunakan komputer ini terdiri dari beberapa langkah :

1. *Coding*, yaitu kegiatan mengklasifikasikan data dan memberikan kode untuk masing-masing kelas secara *mutually exclusive* sesuai dengan tujuan dikumpulkannya data.
2. *Editing*, pada tahapan ini dilakukan penyuntingan data sebelum proses pemasukan data. Kegiatan ini dilakukan agar dapat mengurangi terjadinya kesalahan dalam pengumpulan kuisioner.
3. *Entry Data*, pada tahap ini dilakukan pemasukan data ke dalam komputer dengan menggunakan perangkat lunak komputer.
4. *Cleanning*, proses pemeriksaan kembali dan pengecekan ulang terhadap data yang terkumpul seperti kelengkapan pengisian, kesalahan pengisian, dan konsekuensi jawaban. Hal ini bertujuan agar data menjadi bersih dari kesalahan sehingga data siap untuk dianalisis.

4.5.1 Analisis Statistika

Analisis statistika untuk mengolah data yang akan menggunakan program komputer dimana akan dilakukan dua macam analisa data¹², yaitu : analisa *univariat* dan analisa *bivariat*.

4.5.1.1 Analisa Univariat

Analisa ini bertujuan untuk mengetahui gambaran terhadap variabel-variabel *independent* yang diteliti, melihat gambaran distribusi frekuensi variabel *dependent* dan *independent* yang akan diteliti meliputi mean, median, modus, dan ukuran variasi range, standar deviasi yang digambarkan dalam bentuk tabel dan grafik.

4.5.1.2 Analisa Bivariat

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui sebaran suatu data apakah normal atau tidak. Uji normalitas data berupa uji kalmogorov-smirnov digunakan apabila besar sampel > 50 sedangkan uji Shapiro Wilk digunakan jika besar sampel < 50 . Distribusi baku adalah data yang telah ditransformasikan ke dalam bentuk p dan diasumsikan normal. Jika nilainya diatas 0,05 maka data dinyatakan memenuhi asumsi normalitas dan jika nilainya dibawah 0,05 maka di interprestasikan sebagai tidaknormal.

2. *T-test dependent*

Analisa *bivariat* dilakukan pada dua variabel untuk mengetahui adanya hubungan atau korelasi, perbedaan. Jika data berdistribusi normal maka uji yang digunakan adalah uji *Paired Sample T-test*, adalah jenis uji statistika yang bertujuan untuk membandingkan rata-rata dua grup yang saling berpasangan. *Sample* berpasangan dapat diartikan sebagai sebuah *sampel* dengan subjek yang sama namun mengalami dua perlakuan atau pengukuran yang berbeda, yaitu pengukuran sebelum dan sesudah dilakukan sebuah *treatment*. Hasil uji *Paired Sample T-test* ditentukan oleh nilai signifikannya. Nilai ini kemudian menentukan keputusan yang diambil dalam penelitian. Nilai signifikan (*2-tailed*) < 0.05 menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel awal dengan variabel akhir. Ini menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing-masing variabel. Nilai signifikan (*2-tailed*) > 0.05 menunjukkan tidak terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing- masing variabel.¹² Uji analisis ini menggunakan bantuan program komputer dengan SPSS 23.0.

BAB V

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini disusun berdasarkan hasil pengambilan data saat melakukan penelitian di Posyandu Hobong dengan jumlah sampel sebanyak 20 responden. Penelitian ini dilakukan dengan rancangan *pre-eksperimen* yaitu penelitian yang tidak memiliki kelompok pembandingan (*control*) dengan pendekatan *One Group Pretest-posttest design* yaitu penelitian yang dilakukan dalam satu kelompok dengan dua kali pengukuran yaitu dilakukan pengukuran sebelum melakukan perlakuan (*pre-test*), kemudian dilakukan perlakuan yaitu tindakan pijat *Tui Na* lalu setelah diberikan perlakuan dilakukan pengukuran kembali (*post-test*). Untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan pijat *Tui Na*.

5.1 Hasil Univariat

Tabel 4.1 Gambaran Frekuensi Karakteristik Ibu Balita di Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura

| Karakteristik Balita | Frekuensi | |
|-----------------------|-----------|------------|
| | n (20) | % |
| Umur | | |
| < 20 Tahun | 2 | 10 |
| 20-35 Tahun | 17 | 85 |
| >35 tahun | 1 | 5 |
| Total | 20 | 100 |
| Pendidikan Ibu | | |
| Tinggi (SMA dan PT) | 10 | 50 |
| Rendah (SD dan SMP) | 10 | 50 |
| Total | 28 | 100 |
| Pekerjaan Ibu | | |
| IRT | 14 | 70 |
| PNS | 4 | 20 |
| Wiraswasta | 2 | 10 |
| Total | 20 | 100 |

**Distribusi Frekuensi*

Berdasarkan tabel 4.1 gambaran frekuensi karakteristik ibu yang mempunyai balita berdasarkan umur, sebagian besar ibu berumur pada kisaran 20-35 tahun sebanyak 17 ibu (85%), berdasarkan pendidikan ibu, sebagian besar ibu berpendidikan tinggi (SMA dan Perguruan Tinggi) sebanyak 10 ibu (50%) dan berdasarkan pekerjaan ibu sebagian besar ibu adalah ibu rumah tangga sebanyak 14 ibu (70%).

Tabel 4.2 Gambaran Frekuensi Karakteristik Balita di Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura

| Karakteristik Ibu Balita | Frekuensi | |
|----------------------------|-----------|------------|
| | n (20) | % |
| Umur Balita | | |
| 1 Tahun | 8 | 40 |
| 2 Tahun | 9 | 45 |
| 3 Tahun | 3 | 15 |
| Total | 20 | 100 |
| Anak ke- | | |
| Satu | 4 | 20 |
| Dua | 11 | 55 |
| Tiga | 4 | 20 |
| Empat | 1 | 5 |
| Total | 20 | 100 |
| Jenis Kelamin | | |
| Perempuan | 13 | 65 |
| Laki-Laki | 7 | 35 |
| Total | 20 | 100 |
| Pijat <i>Tui Na</i> | | |
| Pijat | 20 | 100 |
| Tidak Pijat | 0 | 0 |
| Total | 20 | 100 |

**Distribusi Frekuensi*

Berdasarkan tabel 4.2 frekuensi karakteristik balita berdasarkan umur, sebagian besar balita berumur pada kisaran 2 tahun sebanyak 9 balita (45%), berdasarkan status anak ke berapa, sebagian besar balita berstatus anak ke dua sebanyak 11 balita (55%) dan berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar balita berjenis kelamin perempuan sebanyak 13 balita (65%). Berdasarkan pemberian pijat *Tui Na*, seluruh balita diberikan pijat sebanyak 20 balita (100%).

Tabel 4.3 Gambaran Nafsu Makan Sebelum dan Sesudah dilakukan Pijat *Tui Na* pada Balita

| Nafsu Makan | Frekuensi | |
|---|-----------|------------|
| | n (20) | % |
| Sebelum Pijat <i>Tui Na</i> (Pretest) | | |
| Baik | 2 | 10 |
| Kurang Baik | 18 | 90 |
| Total | 20 | 100 |
| Sesudah Pijat <i>Tui Na</i> (Posttest) | | |
| Baik | 18 | 90 |
| Kurang Baik | 2 | 10 |

| Nafsu Makan | Frekuensi | |
|--------------|-----------|------------|
| | n (20) | % |
| Total | 20 | 100 |

*Distribusi Frekuensi

Berdasarkan tabel 4.3 gambaran nafsu makan balita sebelum dilakukan pijat *Tui Na*, Sebagian besar balita memiliki nafsu makan yang kurang baik sebanyak 18 balita (90%) dan sesudah dilakukan pijat *Tui Na*, Sebagian besar balita memiliki nafsu makan yang baik sebanyak 18 balita (90%).

5.2 Hasil Bivariat

5.2.1 Uji Normalitas Data

Tabel 4.4 Uji Normalitas Data Sebelum (*pretest*) dan Sesudah (*Posttest*)

| Penilaian | Statistic | Sig. | Keterangan |
|-----------------|-----------|-------|----------------------|
| <i>Pretest</i> | 0,810 | 0,061 | berdistribusi normal |
| <i>Posttest</i> | 0,764 | 0,100 | berdistribusi normal |

*Uji Shapiro-Wilk

Berdasarkan tabel 4.4 menggambarkan uji normalitas pada data *pretest* dan *posttest* pemberian pijat *Tui Na* menunjukkan nilai sig > 0,05 berarti bahwa data berdistribusi normal.

5.2.2 Pengaruh Pijat *Tui Na* pada peningkatan nafsu makan balita di Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023.

Tabel 4.5 Pengaruh Pijat *Tui Na* pada peningkatan Nafsu makan balita sebagai pencegahan *Stunting* di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023

| Hasil | n | % | <i>Pre Test</i> Mean±SD | <i>Post Test</i> Mean±SD | Rerata Selisih Mean±SD | <i>P- Value</i> |
|---------------------|----|-----|----------------------------|-----------------------------|------------------------------|---------------------|
| Intervensi | | | | | | |
| Pijat <i>Tui Na</i> | 20 | 100 | 2,25 ±2,337 | 7,20 ± 2,802 | 4,95 ± 0,465 | 0.000 |

*Paired Samples T-test

Berdasarkan tabel 4.5 penilaian nafsu makan balita sebelum dan sesudah pijat *Tui Na* diperoleh nilai signifikansi < 0,05 (0,000), artinya terdapat pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan nafsu makan balita sebagai pencegahan *stunting* di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua. Terjadi

peningkatan pada nilai *pretest* dan *posttest* yaitu 2,25-7,20 dengan selisih peningkatan 4,95.

BAB VI

PEMBAHASAN

Pada tabel 4.5 diperoleh nilai $p\text{-value} < \text{nilai } \alpha$ ($0,000 < 0,05$) artinya terdapat pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan nafsu makan pada balita sebagai pencegahan *stunting* di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua dimana terjadi peningkatan pada nilai *pretest* dan *posttest* yaitu 2,25-7,20 dengan selisih peningkatan 4,95. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wulaningsih, dkk (2022) bahwa peningkatan nafsu makan pada balita disebabkan karena dilakukannya pijat *Tui Na*. Hal ini disebabkan oleh karena pemberian pijat *Tui Na* 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.⁹ Didukung juga oleh penelitian sebelumnya oleh Asniar (2019) diperoleh hasil sebelum dilakukan perlakuan Pijat *Tui Na* rata-rata tingkat nafsu makan balita sebesar 44,87 % sedangkan rata-rata tingkat nafsu makan balita sesudah dilakukan Pijat *Tui Na* sebesar 66,66 % dengan nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 (0,000). Sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh Pijat *Tui Na* terhadap peningkatan nafsu makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Mataoleo. Pijat *Tui Na* dapat meningkatkan pertumbuhan, peningkatan daya tahan tubuh, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak, mengurangi *stress* 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 diatas sudah cukup untuk dilakukan, bila anda merasa perlu untuk menambah pijatan baru, sebaiknya berikan jeda 1-2 hari sebelum melakukan seri pijatan baru. Peningkatan nafsu makan pada balita disebabkan karena dilakukannya Pijat *Tui Na*. Hal ini disebabkan oleh karena pemberian Pijat *Tui Na* 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.¹³

Berdasarkan tabel 4.3 nafsu makan sebelum dilakukan pijat *Tui Na* pada balita dengan kategori baik sebanyak 2 balita (10%) dan sesudah dilakukan pijat *Tui Na* dengan

kategori baik bertambah menjadi 18 balita (90%). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya ada perbedaan yang signifikan kenaikan berat badan sebelum dengan berat badan sesudah dilakukan pijat *Tui Na* dengan nilai *p-value* 0,000. Berat badan pada kelompok intervensi menunjukkan sebagian besar mengalami kenaikan berat badan. Hasil wawancara dengan orang tua menunjukkan setelah dilakukan pemijatan nafsu makan balita meningkat dengan sangat baik.¹⁴

Pada usia balita biasanya anak menjadi sulit makan karena semakin bertambahnya aktivitas mereka seperti bermain dan berlari, sehingga mereka kadang menjadi malas untuk makan. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pijat balita merupakan perilaku sehat yang sangat besar kontribusinya dalam meningkatkan pertumbuhan fisik dan mental. Sebagai terapi sentuh, pijat balita dilakukan secara rutin akan memberikan rasa rileks, peredaran darah dapat menjadi lebih lancar dan pada akhirnya dapat memaksimalkan fungsi organ seperti organ pencernaan, dimana dengan pemijatan maka motilitas usus akan meningkat dan akan memperbaiki penyerapan zat makanan oleh tubuh dan meningkatkan nafsu makan.¹⁵

Nafsu makan yang baik perlu dibentuk sejak dini agar tidak timbul gangguan makan dikemudian hari. Balita yang pola makannya terganggu berdampak terhadap kesehatan balita sehingga mudah terserang penyakit. Salah satu cara untuk mencegah hal tersebut adalah dengan cara melakukan pijat pada balita. Pijat pada balita merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada balita. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar balita. Jika pijat dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak.

Penurunan nafsu makan pada anak jika penanganannya tidak baik akan berakibat fatal. Usaha untuk mengalahkan kesulitan makan/mengurangi nafsu makan dimungkinkan dengan teknik farmakologis dan non-farmakologi. Upaya dengan farmakologi menggabungkan pemberian multivitamin serta mikronutrien. Sementara non-farmakologi diantaranya melalui minuman alami/obat herbal jamu, pijat dan akupunktur. Kesulitan makan atau penurunan nafsu makan adalah masalah dalam memberikan makanan dan memenuhi kebutuhan sehat yang sebagian besar ditemukan pada anak-anak dan sebagai permasalahan kesehatan diseluruh dunia. Sebagian besar penurunan nafsu makan pada balita ditandai dengan masalah perkembangan, sementara penurunan nafsu makan pada anak-anak disertai dengan masalah pertumbuhan. Sebuah nafsu makan yang baik harus dibentuk sejak kecil agar tidak menyebabkan gangguan pada pola makan.¹⁶

Jika kesulitan makan diatasi maka memenuhi asupan gizi yang baik pada bayi dan berat badan pun bisa naik. Berat badan yang kurang, di akibatkan oleh nafsu makan anak tersebut masih berkurang karena anak tersebut baru saja mengalami buang air besar. Kesulitan makan atau berkurangnya rasa lapar adalah masalah dalam memberikan makanan dan memenuhi kebutuhan sehat yang umumnya ditemukan pada anak-anak sebagai permasalahan kesehatan diseluruh dunia. Pada umumnya pengurangan rasa lapar pada bayi ditandai dengan masalah pertumbuhan, sementara berkurangnya nafsu makan pada anak- anak diikuti pada masalah pertumbuhan. Nafsu makan yang baik harus dibingkai sejak awal sehingga gangguan makan tidak muncul dikemudian hari. Terganggunya pola makan bayi akan mempengaruhi kesehatannya.¹⁸

Pijat *Tui Na* adalah teknik pijat akupresure menggunakan tangan dan penerapan tekanan pada titik meridian untuk meredakan gejala, mengobati penyakit, atau membantu memulihkan kesehatan pasien. Akupresur *Tui Na* merupakan teknik pengobatan yang murni menggunakan tangan, sehingga tidak memerlukan sedasi atau anastesi. Akupresure *Tui Na* memberikan tekanan kuat pada tubuh pasien dengan menggunakan teknik meremas dan menekan kulit. Titik akupresure akan diberi tekanan dengan tenaga yang lebih besar untuk melepaskan penyumbatan dan melancarkan aliran darah sehingga lancar, proses ini diulang hingga prosedur selesai.⁶

Guyton (2006) didalam Hidayat dkk (2021) 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.¹⁹

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

- 7.1.1** Sebelum dilakukan pijat *Tui Na* di wilayah kerja Posyandu Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023, balita dengan nafsu makan yang baik sebanyak 2 balita (10%) dan balita dengan nafsu makan yang kurang baik sebanyak 18 balita (90%).
- 7.1.2** Sesudah dilakukan pijat *Tui Na* di wilayah kerja Posyandu Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023, balita dengan nafsu makan yang baik sebanyak 18 balita (90%) dan balita dengan nafsu makan yang kurang baik sebanyak 2 balita (10%).
- 7.1.3** Pijat *Tui Na* berpengaruh terhadap peningkatan nafsu makan pada balita sebagai pencegahan *stunting* sehingga menambah berat badan balita dengan hasil uji statistik dengan nilai p-value < nilai α ($0,000 < 0,05$). Pemberian Pijat *Tui Na* 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.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Institusi Pendidikan

Agar menambah referensi terkait pijat *Tui Na* dan tindakan non farmakologi dalam penanganan kesulitan makan pada balita sehingga hasil penelitian ini dapat menjadi referensi atau bahan pustaka bagi khalayak pembaca di institusi pendidikan.

7.2.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Agar dapat menjadi acuan oleh tenaga kesehatan dalam peningkatan mutu layanan kebidanan terutama dalam penerapan pijat *Tui Na* di Posyandu Kampung Hobong sehingga penurunan *stunting* berhasil.

7.2.3 Bagi Peneliti selanjutnya

Agar menambah variabel-variabel yang belum diteliti atau sebagai variabel perancu dalam penelitian ini sehingga dapat membuktikan efektivitas pijat *Tui Na* dalam peningkatan nafsu makan pada balita.

7.2.4 Bagi Responden

Agar lebih giat dalam menggali informasi terkait tentang penanganan dalam kesulitan makan pada balita baik secara farmakologi maupun secara non farmakologi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Stunting. in *Fossil Behavior Compendium* 243–243 (CRC Press, 2010). doi:10.1201/9781439810590-c34.
2. Ndonga, D. I. I. ANALISIS EFISIENSI TEKNIK PENANGANAN INTERVENSI STUNTING. **1**, (2022).
3. Olsa, E. D., Sulastri, D. & Anas, E. Hubungan Sikap dan Pengetahuan Ibu Terhadap Kejadian Stunting pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar di Kecamatan Nanggalo. *J. Kesehat. Andalas* **6**, 523 (2018).
4. Rahmadhita, K. Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada* **11**, 225–229 (2020).
5. Penguatan dan Edukasi Keluarga Sebagai Upaya Menekan Angka Stunting dalam Program Kependudukan, Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga (KKBP) di Sumatera Utara. *J. PRODIKMAS Has. Pengabd. Kpd. Masy.* (2021) doi:10.30596/jp.v6i1.7194.
6. Yulitasari, Y. Aplikasi Akupresur Tui Na Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Anak Balita. 1–68 (2020).
7. halimatus saidah, S.S.T., M.H.Kes dan Rahma Kusumadewi, SST., M. p. *Keajaiban pijat tui na dan aromaterapi minyak sereh.* (2020).
8. Yusari Asih & Mugiati. Pijat Tuna Efektif dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak Balita. *J. Keperawatan* **XIV**, (2018).
9. Wulaningsih, I., Sari, N. & Wijayanti, H. Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Tingkat Nafsu Makan Balita Gizi Kurang. *J. EDUNursing* **6**, 33–38 (2022).
10. Mrs Gusti Ayu Ari Wulandari. PENGARUH PIJAT TUI NA TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN PADA BALITA USIA 3-5 TAHUN DI POSYANDU DI PEJENG KELOD. *Repos. STIKES Bina Usaha Bali* (2022).
11. Notoatmodjo. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* (Rineka Cipta, 2012).
12. Arikunto S. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.* (Rineka Cipta, 2010).
13. Asniar, Naningsi, H. & Malahayati, A. Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan

- Nafsu Makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Mataoleo Kabupaten Bombana Tahun 2019. *Pap. Knowl. . Towar. a Media Hist. Doc.* **7**, 1–33 (2019).
14. Ceria, I. & Arintasari, F. Pengaruh Pemberian Pijat Tui Na Dengan Berat Badan Anak Balita the Influence of Tui Na Massage With Weight of. *Univ. Respati Yogyakarta* 469–475 (2019).
 15. Simanungkalit, H. M. Pengaruh Pijat Terhadap Tingkat Kesulitan Makan Balita Usia 1 Tahun. *Media Inf.* **15**, 96–100 (2020).
 16. Susanti. The Effectiveness Of Tui Na Massage On Difficulties Of Eating In Children 1-3 Years Age In PMB Neneng Rusmiati South Tangerang City In 2020. (2020).
 17. Azwar. Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Mataoleo Kabupaten Bombana. (2019).
 18. Asih, Y. & Mugiati, M. Pijat Tuna Efektif dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak Balita. *J. Ilm. Keperawatan Sai Betik* **14**, 98 (2018).
 19. Hidayat, T., Triana, N. Y. & Utami, T. Pengaruh Pijat Tui Na terhadap Nafsu Makan pada Balita: Literature Review. *Semin. Nas. Penelit. dan Pengabd. Kpd. Masy.* 1321–1330 (2021).

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

“Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* Di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023”

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

No.Hp :

Setelah mendengar/membaca dan mengerti penjelasan yang diberikan oleh peneliti yang berhubungan dengan tujuan dan manfaat, maka dengan ini saya menyatakan bersedia mengikuti penelitian ini dan memberikan informasi dengan sejujur-jujurnya, sampai selesai dan bersedia mengikuti prosedur yang berlaku, secara sukarela dan tanpa adanya paksaan.

Data yang diperoleh dari saya sebagai responden dapat dipublikasikan sebagai hasil dari penelitian dan akan diseminarkan pada ujian hasil dengan tidak mencantumkan nama, kecuali nomor kode responden.

Responden

(_____)

KUESIONER PENELITIAN

“Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* Di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023”

Petunjuk Pengisian:

1. Jawab pertanyaan dibawah ini dengan lengkap
2. Isilah jawaban pada tempat yang telah disediakan dengan memberikan tanda silang (X) pada kolom jawaban yang anda anggap paling benar, jika kurang jelas anda dapat mengajukan pertanyaan kepada peneliti.
3. Isilah salah satu dari 2 pertanyaan yang sesuai dengan pilihan anda dengan memberikan tanda silang (X) pada kolom.

A. Identitas Responden Ibu

1. Nama ibu.....(inisial)
2. Umur ibuTahun
3. Pendidikan ibu :
 - a. Tidak bersekolah/tidak tamat SD
 - b. SD
 - c. SMP
 - d. SMA
 - e. Perguruan Tinggi
4. Pekerjaan Ibu :
 - a. Pegawai negeri/TNI/POLRI
 - b. Wiraswasta
 - c. Petani
 - d. Ibu Rumah Tangga
 - e. Dll (disebutkan) :.....

B. Identitas Anak

1. Nama Anak(Inisial)
2. UsiaBulan
3. Anak ke berapa :
4. Jenis Kelamin :

C. Pertanyaan

Berilah tanda ceklist (✓) pada setiap item pertanyaan yang paling tepat menurut anda.

| No | Pertanyaan | Ya | Tidak |
|----|--|----|-------|
| 1 | Apakah anak anda makan rutin sebanyak 2-3 kali sehari? | | |
| 2 | Apakah anak anda tidak menyemburkan makanan jika anak tidak menginginkan makanan tersebut? | | |
| 3 | Apakah anak anda tidak memuntahkan makanan yang sedang dimakan? | | |
| 4 | Apakah anak anda tidak menahan makanan yang dimakannya sampai beberapa jam? | | |
| 5 | Apakah anak anda menghabiskan makanan yang dimakan (makanan yang disediakan)? | | |
| 6 | Apakah jika memakan makanan anak anda tidak ada sisa (makanan yang dimulut)? | | |
| 7 | Apakah jika diberi makan, anak anda membuka mulutnya dengan lebar? | | |
| 8 | Apakah anak anda tidak menepis suapan yang ada berikan? | | |
| 9 | Apakah anak anda lebih memilih makan dibandingkan bermain? | | |
| 10 | Apakah anak anda akan meningkat nafsu makannya jika pada makanan yang dia sukai saja? | | |

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PIJAT *TUI NA*

| | |
|----------------------------------|---|
| Pengertian | Pijat <i>Tui Na</i> merupakan pijat tradisional cina yang diajarkan Dr. Fan Ya-Li (Pakar Tuna anak) untuk membantu menstimulasi nafsu makan anak serta meningkatkan penyerapan gizi. |
| Tujuan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Menstimulasi nafsu makan anak 2. Meningkatkan penyerapan gizi pada anak |
| Persiapan alat | <ol style="list-style-type: none"> 10. Alas yang datar dan lembut 11. Handuk |
| Persiapan Petugas dan Lingkungan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mencuci tangan 2. Pastikan kuku dalam keadaan pendek 3. Lepaskan perhiasan pada tangan agar tidak menggores kulit anak 4. Ruang untuk memijat usahakan hangat dan tidak pengap. |
| Persiapan Pasien | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengucapkan salam terapeutik 2. Melakukan kontrak waktu 3. Memberitahukan tindakan yang akan dilakukan 4. Mengatur posisi anak dalam keadaan berbaring diatas alas yang datar dan lembut 5. Meletakkan handuk diatas paha anak. |
| Prosedur Tindakan | <p>Langkah-langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lakukan pemijatan dengan lembut dan bertahap <ol style="list-style-type: none"> a. Tekuk sedikit ibu jari anak dan gosok garis dipinggir ibu jari disisi telapaknya. Pijat dari ujung ibu jari hingga ke pangkalnya antara 100-300 kali. Gerakan ini membantu fungsi pencernaan dan limpa. b. Pijat tekan melingkar bagian pangkal ibu jari yang paling tebal berdaging antara 100-300 kali. Fungsinya untuk menguraikan akumulasi makanan yang belum dicerna serta menstimulasi kelancaran sistem pencernaan. c. Gosok melingkar tengah telapak tangan sebanyak 100-300 kali dengan radius lingkaran kurang dari dua pertiga dari |

| | |
|--|---|
| | <p>tengah telapak tangan ke pangkal jari kelingking.</p> <p>Fungsinya untuk memperlancar sirkulasi darah.</p> <p>d. Tusuk dengan kuku tekan melingkar titik yang berada ditengah lekuk buku jari yang terdekat dengan telapak dan pijat tekan sebanyak 30-50 kali tiap titik. Langkah ini untuk memecah stagnasi di meridian.</p> <p>e. Tekan melingkar dengan bagian tengah telapak tangan, tepat diatas area pusar dengan gerakan searah jarum jam sebanyak 100-300 kali. Gerakan memutar ini fungsinya untuk menstimulasi makanan agar lebih lancar.</p> <p>f. Gunakan kedua ibu jari untuk menekan dan buat gerakan memanjang dibawah rusuk menuju perut samping sebanyak 100-300 kali. Fungsinya untuk memperkuat fungsi limpa, lambung dan memperbaiki pencernaan.</p> <p>g. Lakukan gerakan melingkar dengan ditekan diarea bawah lutut bagian luar, dibawah tempurung lututnya sebanyak 50-100 kali. Fungsinya untuk menyelaraskan lambung, usus dan pencernaan.</p> <p>h. Pijat punggung dan tekan dengan ringan dari atas ke bawah dan cubit kulit dikiri kanan tulang ekor merambat ke atas, lakukan sebanyak 3-5 kali. Langkah ini mendukung aliran energi chi.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Mengatur posisi semula/senyaman mungkin 3. Merapikan alat 4. Mencuci tangan 5. Dokumentasi tindakan yang sudah dilakukan. |
|--|---|

| | |
|-----------|---|
| Kebijakan | <ol style="list-style-type: none">1. Lakukan cara ini 1 kali sehari selama 6 hari. Umumnya satu seri cukup, bila perlu ditambah maka berikan jeda 1-2 harisebelum seri baru.2. Jangan paksa anak makan disaat ia tidak mau. Karena hal ini akan memicu trauma psikologis anak terhadap makanan.3. Jangan biasakan anak untuk makan dengan sambil bermain dan membaca. |
|-----------|---|