



PENGARUH PIJAT TUINA TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN PADA BALITA DI KLINIK PERMATA BUNDA KOTA SERANG

THE EFFECT OF TUINA MASSAGE ON WEIGHT INCREASE IN CHILDREN AT THE PERMATA BUNDA CLINIC, SERANG CITY

Rizky Ananda¹, Nani Noviyanti²

Akademi kebidanan Bina Husada Serang-Banten, Banten, Indonesia

Email Penulis: Anandarizky466@yahoo.co.id

ABSTRAK

Menurut data angka stunting di Indonesia pada tahun 2021 adalah sebanyak 9 juta anak Indonesia mengalami stunting, untuk di Jawa Barat data stunting di tahun 2021 sebanyak 26,2%, terlihat bahwa angka stunting masih terlihat tinggi sehingga upaya Indonesia dalam melakukan percepatan penurunan angka stunting pada tahun 2023 angka prevalensi kecepatan 14%

Salah satu upaya yaitu pijat Tui Na berpengaruh positif terhadap kenaikan berat badan pada balita. Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dan gangguan kenaikan berat badan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Upaya dengan farmakologi antara lain dengan pemberian multivitamin dan micronutrien lainnya. Sedangkan non farmakologi antara lain melalui minuman herbal atau jamu, pijat, akupresur, dan akupunktur. Untuk mengetahui pengaruh pijat tuina untuk meningkatkan berat badan pada balita di Klinik Permata Bunda Kota Serang.

Desain penelitian menggunakan *quasi eksperimental* dengan rancangan *Pretest dan posttest without control*. Populasi penelitian adalah responden yang melakukan terapi pijat Tuina di Klinik Permata Bunda Kota Serang Tahun 2023 yaitu sebanyak 36 responden. Sampel penelitian berjumlah 36 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*.

Analisis bivariate pengaruh pijat Tuina untuk meningkatkan berat badan pada balita di Klinik Permata Bunda kota serang tahun 2023 . Uji statistik menggunakan Uji *Chi Square*. Hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai $p=0.000<0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh pijat tui na terhadap peningkatan berat badan pada balita di Klinik Permata Bunda Kota Serang. Pijat tuina efektif untuk meningkatkan berat badan pada balita. Saran dalam penelitian ini untuk Institusi pendidikan, untuk tempat penelitian, untuk responden dan untuk peneliti selanjutnya.

Kata kunci : Pijat Tuina, Kenaikan Berat Badan Balita

Abstract

Background; According to data on the stunting rate in Indonesia in 2021, there are 9 million Indonesian children experiencing stunting, for West Java the stunting data in 2021 is 26.2%, it can be seen that the stunting rate still looks high so that Indonesia's efforts to accelerate the reduction of stunting rates in in 2023 the prevalence rate of speed will be 14% One effort, namely Tui Na massage, has a positive effect on weight gain in toddlers. Efforts to overcome eating difficulties and weight gain disorders can be done using pharmacological and non-pharmacological methods. Pharmacological efforts include administering multivitamins and other micronutrients. Meanwhile, non- pharmacology includes herbal drinks or herbal medicine, massage, acupressure and acupuncture. To find out the effect of tuina massage to increase weight in toddlers at the Permata Bunda Clinic, Serang City.

The research design uses a quasi-experimental design with the one group pretest-posttest design. The research population was respondents who underwent Tuina massage therapy at the Permata Bunda Clinic, Serang City in 2023, namely 36 respondents. The research sample consisted of 36 respondents. The sampling technique uses total sampling.

Bivariate analysis of the effect of Tui Na massage on increasing weight in toddlers at the Permata Bunda Clinic, Serang City in 2023. Statistical tests use the Chi Square Test. The results of the Chi Square test obtained a p value = $0.000 < 0.05$ so it can be concluded that there is an effect of tui na massage on increasing body weight in toddlers at the Permata Bunda Clinic, Serang City. Tuina massage is effective for increasing weight in toddlers. Suggestions in this research are for educational institutions, for research sites, for respondents and for future researchers.

Keywords: Tuina Massage, Toddler Weight Gain



PENDAHULUAN

Pertumbuhan merupakan perubahan fisik, penambahan jumlah dan ukuran sel secara kuantitatif yang nantinya akan menunjukkan pertumbuhan seperti umur, tinggi badan, berat badan dan pertumbuhan gigi serta organ tubuh lainnya (1). Salah satu manifestasi pertumbuhan adalah berat badan. Salah satu upaya dalam meningkatkan berat badan yaitu dengan pijat tuina. Pijat tuina membantu bayi dalam meningkatkan nafsu makan sehingga berat badan juga meningkat dengan demikian juga dapat membantu menurunkan angka kejadian bayi dengan berat badan rendah atau tidak sesuai umur (2).

Menurut data angka stunting di Indonesia pada tahun 2021 adalah sebanyak 9 juta anak Indonesia mengalami stunting, untuk di Jawa Barat data stunting di tahun 2021 sebanyak 26,2%, terlihat bahwa angka stunting masih terlihat tinggi sehingga upaya Indonesia dalam melakukan percepatan penurunan angka stunting pada tahun 2024 angka prevalensi kecepatan 14% (3). Upaya yang sudah dilakukan dalam pencegahan stunting di Indonesia salah satunya adalah pendekatan pemerintah kepada masyarakat melalui Puskesmas dan Posyandu. Salah satu upaya yaitu pijat Tui Na berpengaruh positif terhadap kenaikan berat badan pada balita (4). Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dan gangguan kenaikan berat badan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Upaya dengan farmakologi antara lain dengan pemberian multivitamin dan micronutrien lainnya. Sedangkan non farmakologi antara lain melalui minuman herbal atau jamu, pijat, akupresur, dan akupunktur. Untuk mengetahui pengaruh pijat tuina untuk meningkatkan berat badan pada balita (5).

Untuk mengatasi masalah stunting, diperlukan pendekatan yang komprehensif dengan melibatkan berbagai pihak, termasuk institusi perguruan tinggi untuk melakukan penelitian dan pengembangan yang sesuai dengan konteks kebutuhan. Salah satu strategi yang dapat dilakukan adalah dengan meningkatkan gizi, terutama di daerah stunting tinggi. Hal ini dapat dicapai melalui pendekatan farmakologi dan non farmakologi, seperti pemberian multivitamin dan suplemen mikronutrien, serta promosi praktik tradisional seperti jamu, pijat, dan akupunktur (6).

Pijat adalah salah satu teknik pengobatan atau terapi yang paling tua di dunia, yang mencakup cara pengobatan serta perawatan kesehatan (7). Pijat tuina terbukti efektif untuk meningkatkan berat badan dan kesehatan anak. Misalnya, pijat tuina dapat memperbaiki peredaran darah, merangsang nafsu makan, dan memperlancar penyerapan nutrisi, sehingga berat badan anak dapat meningkat (8). Namun, banyak orangtua yang tidak mengetahui manfaat pijat tuina, seperti yang terlihat dari wawancara dengan 12 orangtua balita di Klinik Permata Bunda, Kota Serang dimana 6 orangtua menyatakan bahwa anaknya kurang nafsu makan sehingga berat badan anak menurun, dan masih banyak yang belum mengetahui tentang pijat Tuina. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat tuina untuk meningkatkan Berat Badan balita di Klinik Permata Bunda dengan tingkat stunting tinggi. Penelitian ini berharap dapat memberikan kontribusi pada pengembangan intervensi berbasis bukti yang dapat diterapkan di daerah stunting tinggi untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak.

METODE

Desain penelitian menggunakan *quasi eksperimental* dengan rancangan *Pretest dan posttest without control*. Populasi penelitian adalah responden yang melakukan terapi pijat Tuina di Klinik Permata Bunda Kota Serang Tahun 2023 yaitu sebanyak 36 responden. Sampel penelitian berjumlah 36 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*



HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Balita, Jenis Kelamin di Klinik Permata Bunda Kota Serang tahun 2023

Karakteristik	Jumlah	
	f	%
Umur Balita		
1 Tahun	8	22.3
2 Tahun	9	25.0
3 Tahun	8	22.3
4 Tahun	5	13.8
5 tahun	6	16.6
Pendidikan		
Laki-Laki	17	47.2
Perempuan	19	52.7
Total	36	100

Berdasarkan tabel 1 karakteristik responden berdasarkan Umur Balita menunjukkan dari jumlah 36 responden, mayoritas balita berumur 2 tahun (25.0%), 1 dan 3 tahun (22.3%), 4 tahun (13.8%) dan 5 tahun (16.6%). Karakteristik berdasarkan Jenis kelamin menunjukkan bahwa mayoritas berjenis kelamin perempuan (52.7%) dan laki-laki (47.2)

Analisa Bivariat

Analisa bivariat bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel bebas (x) dengan variabel terikat (y).

Tabel 2.

Pengaruh Pijat Tuina terhadap kenaikan Berat Badan Balita di Klinik Permata Bunda Kota Serang tahun 2023.

Pijat Tuina	N	Mean	P-Value	Mean Pre Test- Post test
Berat Badan Pretest	36	8.998		
Berat Badan Post Test	36	10.104	0.000	0.1654

Nilai rata-rata sebelum dan sesudah menunjukkan terdapat peningkatan berat badan sebelum dan sesudah diberikan pijat tuina dengan rata-rata peningkatan sebesar 1.106 Kg. Sebelum mendapatkan pijat tyina nilai rata-rata berat badan sebesar 8.998 Kg, sedangkan nilai rata-rata berat badan sesudah sebesar 10.104 Kg. Nilai P-value $0.000 < 0.05$, maka ada pengaruh antara pijat tuina terhadap peningkatan berat badan balita.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dan sesudah diberikan pijat tuina bahwa ada perbedaan dan peningkatan yang signifikan terhadap peningkatan berat badan balita. Hal ini sesuai dengan penelitian Rimbani (2024) menjelaskan bahwa salah satu penyebab masalah berat badan pada balita adalah penurunan nafsu makan. Balita yang kekurangan nutrisi dapat dilihat dari berat badannya yang



kurang dari umurnya dan nafsu makan yang rendah. Pijat tuina dilakukan satu kali sehari selama 6 hari berturut-turut (8). Menurut Rahma et al., (2022) pijat Tuina membantu peredaran darah dan fungsi pencernaan menjadi lancar. Dimana dengan pemijatan dapat meningkatkan motilitas usus, sehingga dapat membantu penyerapan zat makanan lebih baik, nafsu makan meningkat serta meningkatkan berat badan balita (9).

Menurut Saidah & Dewi, (2020) pijat Tuina merupakan jenis pijat yang menggunakan teknik seperti memijat, menggeser, mengetuk, menggosok, menarik, memutar, menggoyang, dan menggetarkan area tubuh tertentu. Sistem saraf parasimpatis yang berpusat di abdomen mengirimkan sinyal melalui saraf vagus, yang berfungsi mengatur organ tubuh seperti thoraks dan abdomen serta berfungsi sebagai sistem otonom. Pemijatan pada saraf parasimpatis atau saraf vagus dapat merangsang stimulasi lambung dan meningkatkan sekresi hormone gastrin. Hormon gastrin berperan dalam merangsang pelepasan beberapa zat penting, seperti produksi insulin dapat mempermudah metabolisme glukosa, sedangkan asam hidroklorida, pepsinogen, enzim pancreas, mukus serta meningkatkan aliran empedu dari hati memudahkan proses pencernaan makanan dan motilitas lambung. Hormon ini berfungsi mengatur relaksasi otot lambung secara sementara, sehingga dapat memperluas kapasitasnya tanpa meningkatkan tekanan di dalamnya. Dengan demikian, proses pencampuran makanan, pendorongan makanan, dan penyerapan nutrisi dapat berlangsung lebih efektif (10).

Penelitian ini didukung Noflidaputri et al., (2020) bahwa pijat Tuina meningkatkan selera makan balita dan berat badan, karena stimulasi di titik meridian dapat memperbaiki sirkulasi darah pada limpa dan sistem pencernaan sehingga fungsi tersebut menjadi lebih optimal. Penelitian yang dilakukan oleh Widowati & Hanum, menunjukkan bahwa kenaikan berat badan balita setelah pijat Tuina sebesar 95% dengan rata-rata peningkatan 1.27 Kg (10).

Menurut Windyarti et al., (2023) pijat Tuina lebih efektif meningkatkan perilaku makan balita daripada pijat bayi sehat. Nilai rata-rata kelompok pijat tuina yaitu 36.30 dengan standar deviasi 10.57 sedangkan nilai rata-rata kelompok pijat bayi sehat adalah 26.36 dengan standar deviasi 9.51 (10). Hal ini sesuai teori Riska et al., (2023) bahwa pijat Tuina merupakan terapi komplementer yang bertujuan untuk membantu meningkatkan nafsu makan anak. Secara fisiologis, sentuhan pijat dapat mempengaruhi mekanisme gelombang otak, khususnya kelenjar hipotalamus, yang berperan sebagai pusat pengatur respon lapar dan nafsu makan. Selain itu kelenjar hipotalamus juga menghasilkan hormon ghrelin yang mempengaruhi peningkatan nafsu makan (10).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah disebutkan, dalam penelitian ini mengimplementasikan pijat Tuina yang dilakukan secara rutin selama sekali sehari selama enam hari berturut-turut dengan 8 gerakan pemijatan selama 15 menit. Pada metode pemijatan ini hanya berfokus pada titik meridian tangan, perut, kaki, dan punggung. Intervensi pijat Tuina dapat membantu meningkatkan nafsu makan balita dan memberikan efek peningkatan berat badan setelah diberikan pijat Tuina. Hal ini menunjukkan bahwa Pijat Tuina dapat memberikan kontribusi positif pada peningkatan berat badan, sehingga dapat membantu mengatasi masalah pertumbuhan pada balita dengan berat badan kurang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data, terdapat perbedaan signifikan berat badan sebelum dan sesudah pemberian pijat Tuina. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pijat Tuina memiliki pengaruh positif untuk peningkatan berat badan balita di Klinik Permata Bunda Kota Serang. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pijat Tuina dapat meningkatkan berat badan balita. Oleh karena itu, ibu-ibu dapat memanfaatkan pijat tuina untuk anaknya yang mengalami berat badan kurang atau sangat kurang. Selain itu, pijat Tuina dapat diterapkan oleh kader posyandu dan bidan desa sebagai salah satu strategi untuk meningkatkan kesehatan dan pertumbuhan balita.

UCAPAN TERIMA KASIH



Terimakasih kepada Ibu pimpinan klinik Permata Bunda Kota Serang telah memberikan ijin untuk meneliti di Klinik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Chairunnisa, R., Novita, R., Siallagan, D., & Layinah, E. (2023). Pijat Tui Na Meningkatkan Berat Badan Balita. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 4(2), 51–58.
2. Hidayanti, A. N. (2022). Efektifitas Pijat Tui Na terhadap Peningkatan Berat Badan pada Balita Usia 12 Bulan di Desa Tondomulyo Jakenan Kabupaten Pati. *The Shine Cahaya Dunia Ners*, 7(02).
3. Himawati, L., & Wigati, D. N. (2023). Pengaruh Pemberian Tui Na Massage Terhadap Peningkatan Berat Badan Balita di Desa Selojari. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 5(4), 1135–1143.
4. Husanah, E., & Megasari, M. (2021). Tuina Massage Effectiveness on Weight Gain of Toddlers at BPM Cahaya Bunda Pekanbaru. *Journal Of Midwifery And Nursing*, 3(1), 56–58.
5. Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Bayi dan Balita < 5 Tahun*. Ayo Sehat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/anak-anak>
6. Kursani, E., Purba, C. V. G., & Marlina, H. (2020). Efektivitas Pijat Tuina Terhadap Picky Eater Pada Balita Usia 6-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 5(2), 64–71.
7. Noflidaputri, R., Meilinda, V., & Hidayati, Y. (2020). Efektifitas Pijat Tui Na dalam meningkatkan Berat Badan terhadap Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Lintau Buo. *Maternal Child Health Care*, 2(1), 240–244.
8. Rahma, M., Anggraini, R., & Kurniawan, F. T. (2022). Efektivitas Pijat Tuina Untuk Meningkatkan Berat Badan Balita Usia 1-5 Tahun the Effectiveness of Tuina Massage To Increase Weight for Underivers Aged 1-5 Years. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 10 (2), 132–144.
9. Rangkuti, S. (2022). The Effect of Tui Na Acupressure on Appetite in Children (Toddlers) Aged 1-3 Years at the Wulandari Purba Clinic, Batang Quiz in 2022. *Science Midwifery*, 10(5), 3603–3611.
10. Sani, M., Yolandia, R. A., & Sugesti, R. (2023). Pengaruh Tui Na Massage dan Citronella Oil terhadap Balita dengan Picky Eater. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(11), 4901–4906.
11. WHO. (2023). Level and trend in child malnutrition. *World Health Organization*, 4. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240073791>