

EDUKASI PIJAT *TUI NA* DALAM MENINGKATKAN NAFSU MAKAN BALITA

Noviyati Rahardjo Putri^{1*}, Anis Laela Megasari²

¹Prodi Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

²Program Studi D III Kebidanan Sekolah Vokasi, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

novirahardjo@staff.uns.ac.id¹, anislaelamegasari@staff.uns.ac.id²

ABSTRAK

Abstrak: Pemenuhan gizi berkualitas merupakan hal yang harus dipenuhi pada masa balita. Sayangnya, masih banyak permasalahan untuk mencapai hal tersebut, seperti masalah nafsu makan. Tujuan kegiatan ini yaitu meningkatkan pengetahuan tentang teknik dalam meningkatkan nafsu makan pada balita. Metode ini dilakukan melalui kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan secara daring melalui media zoom. Sasaran kegiatan ini yaitu ibu-ibu Ikatan Keluarga Besar Istri (IKBI) PT. Perkebunan Nusantara 9, sebanyak 15 orang. Hasil kegiatan ini yaitu terdapat peningkatan pengetahuan terkait teknik pijat *Tui Na* dalam meningkatkan nafsu makan pada balita. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan nilai pengetahuan peserta sebesar 26,6, dimana nilai rerata *pretest* yaitu 58 sedangkan nilai rerata *posttest* yaitu 84,6. Berdasarkan hal tersebut, maka terbukti kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan peserta terkait penerapan pijat *Tui Na* dalam meningkatkan nafsu makan pada balita. Adanya peningkatan pengetahuan ini harapannya peserta dapat mempraktekkan intervensi pijat *Tui Na* dalam mengatasi masalah nafsu makan yang dialami balitanya. Balita yang terbebas dari masalah nafsu makan, diharapkan pemenuhan kebutuhan nutrisinya optimal sehingga nantinya dapat menjadi investasi generasi penerus bangsa yang berkualitas.

Kata Kunci: Balita; Edukasi; Pengetahuan; Pijat *Tui Na*.

Abstract: *Fulfillment of quality nutrition is something that must be fulfilled in infancy. Unfortunately, there are still many problems to achieve this, such as appetite problems. The purpose of this activity is to increase knowledge about techniques for increasing appetite in toddlers. This method is carried out through outreach activities carried out online through the media zoom. The targets of this activity are the Wives' Large Family Association (IKBI) PT. Nusantara 9 plantations, as many as 15 people. The result of this activity is that there is an increase in knowledge related to the Tui Na massage technique in increasing appetite in toddlers. This is evidenced by the increase in the knowledge value of participants by 26.6, where the mean value of the pretest is 58 while the mean value of the posttest is 84.6. Based on this, it is proven that this activity can increase participants' knowledge regarding the application of Tui Na massage in increasing appetite in toddlers. With this increase in knowledge, it is hoped that participants can practice the Tui Na massage intervention in overcoming appetite problems experienced by their toddlers. Toddlers who are free from appetite problems, are expected to fulfill their nutritional needs optimally so that later they can become a quality investment for the nation's next generation.*

Keywords: *Education, Knowledge; Toddler; Tui Na massage.*



Article History:

Received: 23-09-2022

Revised : 28-10-2022

Accepted: 09-11-2022

Online : 01-12-2022



*This is an open access article under the
CC-BY-SA license*

A. LATAR BELAKANG

Pemenuhan gizi yang optimal sangat menentukan pertumbuhan pada balita (gharizah Alhuur et al., 2020). Asupan gizi dapat mencegah terjadinya gagal tumbuh (*growth faltering*) sehingga dapat menimbulkan resiko terjadinya stunting (Ekayanthi & Suryani, 2019). *World Health Organization (WHO)* menyatakan bahwa kasus balita yang mengalami gizi buruk sebesar 7.7% sedangkan yang mengalami *overweight* sebesar 6,3% (Melsi et al., 2022). Prevalensi balita di Indoensia pada tahun 2019 sebanyak 23.729.583 balita. 3,9% diantaranya mengalami gizi buru, sedangkan 13,8% mengalami kurang gizi (Rahmawati et al., 2020). Kondisi kekurangan gizi maupun gizi buruk tidak boleh dibiarkan karena dapat berdampak pada kualitas sumber daya manusia selanjutnya (Muderawan et al., 2019). Keluarga sebagai lingkungan terdekat dari balita memiliki peran penting dalam memenuhi kebutuhan nutrisi agar mencapai status gizi yang optimal. Peran aktif keluarga sangat dibutuhkan dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi agar dapat tumbuh sehat, aktif, dan cerdas (Hardani & Zuraida, 2019).

Salah satu penyebab kurang optimalnya pemenuhan nutrisi diantaranya kurangnya jumlah konsumsi, pola pemberian makanan yang kurang tepat, serta anak sulit makan (Rahmi, 2019). Hal ini sesuai dengan hasil wawancara kepada ibu balita dari anggota Ikatan Keluarga Besar Istri (IKBI) PT. Perkebunan Nusantara 9, menyatakan bahwa banyak balita yang mengalami kondisi tidak nafsu makan. Kondisi sulit makan pada balita merupakan hal yang relatif umum ditemui di kalangan masyarakat (Septikasari, 2018). Balita usia enam bulan sering mengalami kondisi tersebut. Hal ini dikarenakan pada usia tersebut balita berada pada masa MP-ASI (Nardina et al., 2021). Pada fase ini balita sedang belajar untuk makan. Proses tersebut tentunya tidak mudah dan membutuhkan kesabaran dan ketelatenan. *Picky eating* merupakan kondisi pemberat pada anak yang sulit makan. *Picky eating* merupakan perilaku dimana balita hanya mau mengkonsumsi makanan ataupun minuman jenis tertentu (Arisandi, 2019). Kompleksnya masalah sulit makan ini membutuhkan kecermatan dari orang tua untuk dapat menemukan penyebabnya. Secara umum kesulitan makan dapat disebabkan tiga faktor yaitu, tidak adanya factor psikologis, gangguan nafsu makan, serta gangguan proses makan (Loka et al., 2018). Ketika anak mengalami kesulitan makan, biasanya tindakan yang dilakukan oleh orang tua adalah memaksa balita untuk tetap makan (Fivi Simarmata, 2020). Hal tersebut tentunya bukan merupakan tindakan yang benar. Oleh sebab itu, orang tua harus mengetahui intervensi apa saja yang dapat dilakukan dalam rangka mengatasi masalah kesulitan makan balita.

Salah satu upaya untuk mengatasi masalah sulit makan yaitu terapi non farmakologi (Munjidah, 2015). Terapi non farmakologi memiliki

kelebihan diantaranya lebih aman, terjangkau, dan tidak menimbulkan efek jangka panjang untuk balita. Dewasa ini telah dikembangkan teknik akupresur yang khusus untuk mengatasi masalah kesulitan makan (Yanti et al., 2021). Akupresur merupakan salah satu teknik pengobatan yang dilakukan dengan cara memberikan tekanan pada titik meridian tertentu sehingga menimbulkan energi vital untuk memperbaiki kondisi tubuh (Meinawati, 2021). Pijat *Tui Na* termasuk salah satu pengembangan dari teknik akupressur yang berfungsi mengatasi masalah nafsu makan. Kelebihan dari pijat *Tui Na* ini selain dapat mengatasi masalah sulit makan pada balita, juga dapat meningkatkan *bonding* antara anak dengan orang tua. Interaksi orang tua melalui pijat *Tui Na* dapat membentuk ikatan spesial yang kuat pada balita (Meinawati, 2021). Sentuhan dan tekanan positif yang diberikan dengan lembut ini dapat mencegah masalah psikologi anak sehingga anak akan mudah untuk makan.

Berdasarkan urgensi permasalahan tersebut maka tim pengabdian melakukan pemberian edukasi pijat *Tui Na* dalam meningkatkan nafsu makan balita ibu-ibu IKBI PT. Perkebunan Nusantara 9. Perkebunan Nusantara 9. Tujuan dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan pijat *Tui Na* sehingga nantinya dapat diterapkan untuk mengatasi masalah sulit makan pada anaknya (Megasari et al., 2022).

B. METODE PELAKSANAAN

1. Profil Mitra

Ikatan Keluarga Besar Istri (IKBI) PT. Perkebunan Nusantara 9 merupakan organisasi istri karyawan di lingkungan PT Perkebunan Nusantara 9 yang mempunyai peranan untuk membina, membimbing dan meningkatkan sumber daya dan kesejahteraan sosial bagi anggota, keluarga dan masyarakat. Beberapa bentuk kegiatan dalam IKBI antara lain; bakti sosial ke masyarakat, unit usaha bersama dan pertemuan rutin bulanan yang berisi tentang pemberian edukasi baik dari sesama anggota atau narasumber dari luar, arahan dan pembinaan dari ibu ketua. Edukasi pijat *Tui Na* dilaksanakan sebagai bagian dari pertemuan rutin IKBI bulan Agustus 2022 secara daring sesuai dengan kebijakan dari IKBI PT Perkebunan Nusantara. Mitra dari kegiatan ini yaitu ibu-ibu IKBI PT. Perkebunan Nusantara 9, sebanyak 15 orang.

2. Prosedur Pelaksanaan

Metode yang digunakan pada kegiatan ini berupa penyuluhan tentang pijat *Tui Na* dalam meningkatkan nafsu makan balita. Media yang digunakan dalam menyampaikan materi menggunakan *power point*. Kegiatan ini dilaksanakan secara daring menggunakan platform *zoom meeting*. Kegiatan ini dilaksanakan oleh Dosen Program Studi Sarjana

Kebidanan Fakultas Kedokteran dan Prodi D3 Kebidanan Sekolah Vokasi, Universitas Sebelas Maret.

3. Langkah-Langkah Pelaksanaan

a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan kegiatan terdiri dari:

- 1) Mengajukan perizinan ketua IKBI PT. Perkebunan Nusantara 9.
- 2) Berkoordinasi dengan ketua IKBI PT. Perkebunan Nusantara 9 terkait dengan waktu pelaksanaan kegiatan.
- 3) Mengajukan surat tugas kegiatan pengabdian masyarakat ke Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat (LPPM) UNS.
- 4) Menyiapkan materi dan media presentasi.

b. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Kamis, 4 Agustus 2022 mulai pukul 18.00 melalui media *zoom meeting*. Berikut uraian pelaksanaan kegiatan:

- 1) Peserta kegiatan mengakses link *zoom meeting*.
- 2) Peserta diberikan pretest seputar pijat *Tui Na* dan penatalaksanaan sulit makan pada balita. Pretest diberikan melalui media *google form*. Sebelum diberikan pretest, tim pengabdian melakukan *informed choice* dan *informed consent* kepada peserta melalui *google form*.
- 3) Tim pengabdian memberikan edukasi kesehatan menggunakan metode ceramah serta media *power point*. Pemberian edukasi dilaksanakan selama 40 menit, dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Sesi ini berlangsung selama 20 menit. Setelah sesi pemberian edukasi dan sesi tanya jawab selesai, tim pengabdian meminta peserta untuk mempraktikkan pijat *Tui Na* bersama-sama. Sesi ini berlangsung selama 30 menit.
- 4) Kegiatan ditutup dengan *post-test*.

c. Monitoring dan Evaluasi

Dilakukan oleh tim pengabdian dengan tujuan mengukur peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi terkait pijat *Tui Na* untuk meningkatkan nafsu makan balita. Evaluasi dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* yang dikemas dengan menggunakan media *google form* sebanyak 10 soal. Jawaban dari soal tersebut terdiri dari benar dan salah. Jawaban benar diberi skor 1, sedangkan jawaban salah diberi skor 0. Total skor yang didapatkan apabila peserta mampu menjawab 10 pertanyaan dengan benar yaitu 10.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

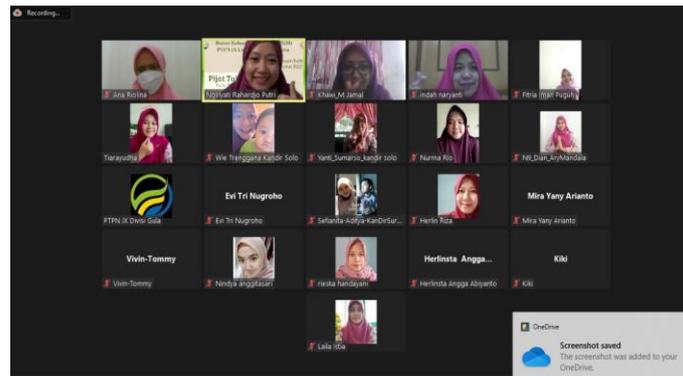
1. Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta terkait pijat *Tui Na*. Pengetahuan terkait pijat *Tui Na* ini diharapkan dapat diterapkan oleh peserta sehingga masalah sulit makan pada balita dapat diatasi. Kegiatan ini diawali dengan pembukaan yang dilakukan oleh pembawa acara dilanjutkan dengan pembukaan kegiatan oleh ketua IKBI PT. Perkebunan Nusantara 9. *Pretest* dilakukan sebelum pemberian materi dengan tujuan untuk mengukur pengetahuan awal peserta. Berikut hasil pengukuran pengetahuan melalui *pretest* (n=15), seperti terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil *Pretest*

| Peserta | Skor | Persentase (%) |
|------------|------|----------------|
| Peserta 1 | 3 | 60 |
| Peserta 2 | 4 | 80 |
| Peserta 3 | 4 | 40 |
| Peserta 4 | 2 | 40 |
| Peserta 5 | 4 | 80 |
| Peserta 6 | 2 | 40 |
| Peserta 7 | 4 | 70 |
| Peserta 8 | 3 | 60 |
| Peserta 9 | 3 | 50 |
| Peserta 10 | 3 | 60 |
| Peserta 11 | 5 | 70 |
| Peserta 12 | 2 | 40 |
| Peserta 13 | 4 | 60 |
| Peserta 14 | 4 | 70 |
| Peserta 15 | 5 | 50 |

Tabel 1 menunjukkan nilai tertinggi yang didapatkan peserta yaitu 80, sedangkan nilai terendah yaitu 40. Rerata nilai yang didapatkan yaitu 58 (58%). Berdasarkan hal tersebut, menunjukkan bahwa peserta belum banyak mengetahui pijat *Tui Na* dapat meningkatkan nafsu makan balita. Kegiatan selanjutnya yaitu pemberian materi. Materi yang disampaikan terbagi dalam dua sesi, yaitu sesi pertama pemberian edukasi tentang nafsu makan pada balita, meliputi definisi, penyebab, dampak, dan tatalaksana. Sesi kedua, pemateri memberikan edukasi tentang konsep pijat *Tui Na*, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 1. Pemberian Edukasi Sesi Satu tentang Nafsu Makan pada Balita

Gambar 1 menunjukkan kegiatan edukasi sesi satu yaitu tentang konsep nafsu makan pada balita. Sesi ini berlangsung selama 20 menit, terdiri dari pemberian materi dan diskusi. Proses edukasi berjalan dengan lancar. Peserta sangat aktif dan antusias mengikuti kegiatan ini. Hal ini dibuktikan pada akhir sesi pertama, banyak peserta yang menyampaikan masalah yang dialami dan usaha yang telah dilakukan untuk mengatasi masalah nafsu makan pada balitanya, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Pemberian Edukasi Sesi Dua tentang Pijat *Tui Na*

Pemberian edukasi pada sesi dua terkait dengan konsep pijat *Tui Na*. Sesi dua berlangsung selama 20 menit. Peserta lebih antusias pada sesi kedua karena pemateri mengajak peserta untuk ikut mempraktikkan pijat *Tui Na*.

2. Monitoring dan Evaluasi

Kegiatan terakhir yaitu monitoring dan evaluasi melalui *posttest*. Tujuan kegiatan ini yaitu mengetahui perubahan pengetahuan tentang tatalaksana yang dapat dilakukan untuk meningkatkan nafsu makan pada balita. Penilaian *posttest* sama dengan *pretest*, yaitu peserta diberikan 10 soal benar salah dengan menggunakan media *google form*. *Posttest* dilakukan setelah sesi dua berakhir. Peserta yang mendapatkan nilai tertinggi diberi *reward* sebagai bentuk apresiasi. Berikut merupakan hasil *posttest*, seperti terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil *Posttest*

| Peserta | Skor | Persentase (%) |
|------------|------|----------------|
| Peserta 1 | 3 | 70 |
| Peserta 2 | 4 | 80 |
| Peserta 3 | 4 | 80 |
| Peserta 4 | 2 | 90 |
| Peserta 5 | 4 | 80 |
| Peserta 6 | 2 | 90 |
| Peserta 7 | 4 | 100 |
| Peserta 8 | 3 | 90 |
| Peserta 9 | 3 | 70 |
| Peserta 10 | 3 | 80 |
| Peserta 11 | 5 | 90 |
| Peserta 12 | 2 | 90 |
| Peserta 13 | 4 | 80 |
| Peserta 14 | 4 | 90 |
| Peserta 15 | 5 | 90 |

Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi. Nilai tertinggi yang didapatkan peserta yaitu 100, sedangkan nilai terendah yaitu 70. Rerata nilai yang didapat yaitu 84.6 (84.6%). Terdapat selisih rerata skor pengetahuan antara *posttest* dan *pretest* sebanyak 26.6 (26.6%). pembeda juga menanyakan kepada peserta terkait kegiatan yang berlangsung. Sebagian besar peserta merasa lebih paham terkait tatalaksana dalam mengatasi masalah nafsu makan pada balita. Berdasarkan hal tersebut, terbukti bahwa pemberian edukasi terbukti dapat meningkatkan pengetahuan peserta dalam meningkatkan nafsu makan balita terutama melalui tatalaksana pijat *Tui Na*.

3. Kendala yang Dihadapi

Kendala yang dihadapi pada kegiatan ini diantaranya waktu dan kesibukan dari peserta. Sebagian peserta merupakan ibu pekerja, sehingga memiliki jadwal yang berbeda-beda. Peserta mencoba untuk melakukan edukasi secara langsung, namun banyak peserta yang tidak bisa. Solusi yang ditawarkan oleh tim pengabdian yaitu kegiatan edukasi dilakukan secara daring melalui media *zoom meeting* dengan waktu pelaksanaan dilakukan pada malam hari setelah peserta pulang kerja.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kegiatan yang telah dilaksanakan, tim pengabdian dapat menyimpulkan bahwa pemberian edukasi yang dilakukan oleh tim pengabdian dapat meningkatkan pengetahuan peserta sebesar (26.6) 26.6%. Hal tersebut didukung dari hasil *posttest* yang menunjukkan peningkatan nilai dibandingkan rerata hasil *pretest*. Rerata nilai *pretest* 56, sedangkan rerata *posttest* 84,6. Meskipun demikian kegiatan ini masih ada kendala

selama pelaksanaan. Saran untuk kegiatan selanjutnya, harus dibuat secara *offline* dengan memperhatikan protokol kesehatan sehingga evaluasi keterampilan/ teknik bisa maksimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada LPPM UNS yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini. Pengabdian juga berterimakasih kepada PT. Perkebunan Nusantara 9 dan IKBI PT. Perkebunan Nusantara 9, serta ibu-ibu peserta kegiatan pengabdian ini yang telah berpartisipasi secara aktif.

DAFTAR RUJUKAN

- Arisandi, R. (2019). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Picky Eating Pada Anak. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 8(2), 238–241.
- Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P. (2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 312–319.
- Fivi Simarmata, P. (2020). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai*. Poltekkes Kemenkes Riau.
- gharizah Alhuur, K. R., Pratama, A., & Yuniarti, E. (2020). Kualitas dan Cara Penyimpanan Telur Yang Baik dalam Upaya Menjaga Asupan Gizi Optimal di Masa Pandemi COVID-19. *Farmers: Journal of Community Services*, 1(1), 24–28.
- Hardani, M., & Zuraida, R. (2019). Penatalaksanaan gizi buruk dan stunting pada balita usia 14 bulan dengan pendekatan kedokteran keluarga. *Medula*, 9(3), 565–575.
- Loka, L. V., Martini, M., & Sitompul, D. R. (2018). Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun). *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 3(2), 1–10.
- Megasari, A. L., Yunita, F. A., Hutomo, C. S., & Cahyanto, E. B. (2022). Pemberian Edukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Prosedur Pelayanan Imunisasi Di Masa Pandemi Covid-19. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(2), 1077–1087.
- Meinawati, L. (2021). Pengaruh *Tui Na* Massage Terhadap Picky Eater Pada Balita Usia 1 SD 5 Tahun Di Bpm Lilis Suryawati Jombang. *Jurnal Insan Cendekia (JIC)*, 8(1), 1–10.
- Melsi, R., Sudarman, S., & Syamsul, M. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Status Gizi Kurang Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Panambungan Kota Makassar. *Jurnal Promotif Preventif*, 5(1), 23–31.
- Muderawan, I. W., Wiratma, I. G. L., & Nabila, M. Z. (2019). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Kesulitan Belajar Siswa Pada Pelajaran Kimia. *Jurnal Pendidikan Kimia Indonesia*, 3(1), 17–23.
- Munjidah, A. (2015). Efektifitas Pijat *Tui Na* Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita Di Rw 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 8(2)halaman?.
- Nardina, E. A., Astuti, E. D., Hutomo, C. S., Winarsih, W., Prihartini, S. D., Azizah, N., Sumiyati, S., Mahmud, A., Sari, C. R., & Simanjuntak, R. R. (2021). *Gizi Reproduksi*. Yayasan Kita Menulis.
- Rahmawati, N., Novianto, Y., & Jasmir, J. (2020). Klasifikasi Kondisi Gizi Balita Menggunakan Metode Naive Bayes (Studi Kasus Posyandu Melati IV). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Teknik Informatika*, 2(3), 257–268.

- Rahmi, P. (2019). Peran Nutrisi Bagi Tumbuh dan Kembang Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Bunayya*, 5(1), 1–13.
- Septikasari, M. (2018). *Status gizi anak dan faktor yang mempengaruhi*. Uny Press.
- Yanti, S., Wardah, W., Emulyani, E., & Azwar, Y. (2021). The Aromatherapy *Tui Na* Massage for Toddler's Appetite Stimulation. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 4(3), 682–689.