

PENCEGAHAN STUNTING DENGAN TUI NA MASSAGE

1. Dhita Yuniar Kristianingrum, Program Studi D3 Kebidanan, STIKes Insa Cendekia Medika Jombang, Email : dhita.criestd@gmail.com
2. Rizki Dyah Haninggar, Program Studi D3 Kebidanan, Poltekes Kemenkes Mamuju, Email : rizki.dyah89@gmail.com
Email Korespondensi : dhita.criestd@gmail.com

ABSTRAK

Di era sekarang ini masih jadi pembahasan yang serius jika mendengar kata Stunting. Dimana yang dapat mempengaruhi kejadian Stunting adalah kurangnya asupan gizi dalam waktu lama, sehingga wajib menjadi perhatian khusus dalam pemenuhan gizi pada anak. Dalam pemenuhan gizi pun yang berperan besar adalah nafsu makan serta keragaman jenis makanan, hal ini sangat mempengaruhi keberhasilan pemenuhan gizi. Selain itu salah satu upaya meningkatkan nafsu makan dapat dilakukan dengan Tui Na Massage, karena dengan Tui Na Massage selain dapat meningkatkan nafsu makan juga dapat memperlancar pencernaan. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengatasi masalah kesulitan makan pada anak dengan cara non farmakologi yaitu dengan Tui Na Massage. Karena Tui Na Massage mampu memperlancar peredaran darah ke limpa dan pencernaan. Dengan melakukan Tui Na Massage secara benar dapat efektif memperbaiki nafsu makan dan meningkatkan berat badan pada anak. Berdasarkan data yang didapat ditemukan beberapa balita mengalami Stunting disebabkan karena kurangnya nafsu makan pada anak. Sebagai tenaga kesehatan kami mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tujuan mengajarkan pada ibu bagaimana mengatasi nafsu makan dengan cara melakukan pijatan menggunakan metode Tui Na Massage. Pelaksanaan pengabdian masyarakat pada tanggal 15 Agustus 2022 dengan jumlah responden 12 ibu yang memiliki anak balita terbilang sukses karena kerjasama yang baik dari pihak penyelenggara dengan responden. Dengan diadakannya pengabdian masyarakat ini diharapkan ibu dapat mengatasi masalah nafsu makan pada anak sehingga mampu membantu menyelesaikan masalah Stunting.

Kata Kunci : Tui Na Massage, Stunting

1. PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh nutrisi, beberapa masalah yang sering muncul salah satunya adalah kurangnya nafsu makan. Stunting adalah salah satu masalah gizi yang telah lama terjadi dengan penyebab pemenuhan gizi tidak tercukupi dalam jangka waktu yang lama dan akan nampak ketika anak berusia 2 tahun (Rahmadhita, 2020).

Pemberian makanan pada anak haruslah kreatif dan variatif yang harus diperhatikan oleh ibu supaya pemenuhan gizi pada anak mampu terpenuhi dengan baik. Asupan nutrisi yang kurang baik dapat mengakibatkan hambatan dalam tumbuh kembang anak (Loya & Nuryanto, 2017).

Banyak hal yang mempengaruhi kejadian Stunting yang akhirnya sangat berdampak pada tumbuh kembang anak, antara lain perkembangan mental dan kecerdasan serta ukuran fisik yang tidak sesuai dengan usia sehingga dapat mempengaruhi kualitas kerja dan produktifitas ekonomi (Permatasari, 2021).

Adapun masalah Stunting yang sering terjadi dan disebabkan oleh kurangnya nafsu makan anak dapat diatasi dengan pemberian stimulasi Tui Na Massage. Tui Na Massage sendiri dilakukan untuk menstimulasi tubuh dengan cara memijat, menggoyang, memutar, menarik, menggesek, meluncur, dan menggetarkan bagian tertentu yang dapat merubah kekuatan tubuh menjadi maksimal. Tui Na Massage adalah teknik pijat yang eksplisit dalam memberikan penanganan terhadap kurangnya nafsu makan pada anak yang bertujuan melancarkan peredaran darah di limpa dan pencernaan, melalui perubahan terapi akupuntur, prosedur ini memakai tekanan dalam meridian tubuh atau jalur aliran energi yang umumnya lebih sederhana dilakukan daripada dengan akupuntur (Hidayat et al., 2021).

Terapi ini termasuk jenis dari terapi komplementer, dimana merupakan terapi konvensional yang mempunyai tujuan meningkatkan status kesehatan masyarakat dengan upaya promotive, preventif, kuratif, dan rehabilitative yang diperoleh dari pelatihan keahlian terstruktur dengan kualitas, keamanan, dan efektivitas yang tinggi berlandaskan ilmu pengetahuan biomedik (Peraturan Menteri Kesehatan RI, No.1109/Menkes/Per/IX/2007). Tui Na Massage ini adalah satu solusi yang dapat dipilih ibu untuk mengatasi masalah nafsu makan, disamping mampu memperlancar peredaran darah ke limpa dan pencernaan, Tui Na Massage juga mampu meningkatkan kedekatan ibu dan anak, karena pijatan dan sentuhan merupakan bentuk komunikasi yang menggunakan perasaan. Anak akan merasa senang dengan pijatan yang dilakukan ibu secara maksimal sehingga akan mempengaruhi nafsu makan dan berdampak pada berat badan anak. Metode Tui Na Massage ini adalah metode Non Farmalogi yang mampu mengatasi masalah nafsu makan secara otomatis dapat membantu program pemerintah dalam menurunkan angka kejadian Stunting (Ceria & Arintasari, 2019).

2. METODE PELAKSANAAN

Massager ini dilaksanakan pada hari Senin Tanggal 15 Agustus 2022 di PMB Ruliati S.ST, Bd. Kegiatan dimulai pukul 09.00 WIB sampai selesai. Terdapat 2 tim pengusul dan dibantu mahasiswa dalam kegiatan ini. Untuk jumlah ibu yang hadir 12 orang, kegiatan ini dimulai dengan mengisi jurnal absensi sebagai bahan untuk laporan kegiatan. Lalu tim membagikan Leaflet sebagai sarana untuk menambah pengetahuan dan wawasan tentang Tui Na Massage. Tim memberikan penyuluhan dan mendemonstrasikan bagaimana cara yang tepat dan sistematis melakukan Tui Na Massage sehingga mampu efektif meningkatkan nafsu makan

pada anak. Setelah pemaparan materi dilakukan sesi tanya jawab dan dilanjutkan evaluasi dengan praktik Tui Na Massage oleh mitra

3. HASIL

Dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan, didapatkan beberapa data sebagai berikut :

- a. Karakteristik peserta kegiatan berdasarkan usia balita.

Tabel 1. Distribusi frekuensi usia anak di PMB Ruliati, Desa Ngumpul Kecamatan Jogoroto Bulan Agustus tahun 2022

No	Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	2 - 3 tahun	5	42
2.	4 - 5 tahun	7	58
	Jumlah	12	100

Berdasarkan tabel 1 didapatkan data lebih dari separuh berusia antara 4–5 tahun (58 %).

- b. Karakteristik peserta kegiatan berdasarkan tingkat pendidikan ibu.

Tabel 2. Distribusi frekuensi peserta kegiatan berdasarkan tingkat pendidikan ibu balita di PMB Ruliati, Desa Ngumpul Kecamatan Jogoroto Bulan Agustus tahun 2022

No	Tingkat Pendidikan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	SD	0	0
2.	SMP	5	42
3.	SMA	6	50
4.	PT	1	8
	Jumlah	12	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan data sebagian besar ibu balita berpendidikan SMA Sejumlah 6 orang (50 %)

- c. Karakteristik peserta kegiatan berdasarkan pekerjaan ibu.

Tabel 3 Distribusi frekuensi peserta kegiatan berdasarkan pekerjaan di PMB Ruliati, Desa Ngumpul Kecamatan Jogoroto Bulan Agustus tahun 2022

No	Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Ibu Rumah Tangga	9	75
2.	Swasta	3	25
	Jumlah	12	100

Berdasarkan tabel 3 didapatkan data ibu balita bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 14 orang (82%).

- d. Karakteristik peserta kegiatan berdasarkan tingkat kesulitan makan

Tabel 4. Distribusi frekuensi peserta kegiatan berdasarkan pekerjaan di PMB Ruliati, Desa Ngumpul Kecamatan Jogoroto Bulan Agustus tahun 2022

No	Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Tidak Sulit Makan	4	33
2.	Sulit Makan	8	66
	Jumlah	12	100

Berdasarkan tabel 4 didapatkan data anak mengalami sulit makan sebanyak 8 anak (66%).

4. PEMBAHASAN

Pengabdian Masyarakat diawali dengan membagikan leaflet sebagai bahan untuk pemaparan materi yang dilakukan oleh tim pengusul kepada mitra mengenai *Tui Na Massage* pada anak dalam mengatasi *Stunting*. Pada pemaparan materi disampaikan definisi *Tui Na Massage*, tujuan *Tui Na Massage*, manfaat *Tui Na Massage*, dan cara melakukan *Tui Na Massage*.



Gambar 1. Dokumentasi Pengabdian Masyarakat *Tui Na Massage*

Setelah tim pengusul memaparkan materi selanjutnya mendemostrasikan cara melakukan *Tui Na Massage*. Berikut ini langkah – langkah pelaksanaan *Tui Na Massage* :

Posisi anak tengkurap :

- a. Melakukan pijatan menggunakan 2 jari di kiri dan kanan pada daerah tulang belakang dari atas ke bawah, diulang sebanyak 5 kali.
- b. Mengurut pada tilang scapula (enthong-enthong) kanan dan kiri, dilanjutkan mengurut kanan dan kiri tulang belakang masing-masing diulang sebanyak 5 kali

Posisi anak miring :

- a. Miring Kiri untuk memijat kaki kiri sebelah dalam, dimulai dari belakang mata kaki, naik keatas sampai lipatan lutut sebanyak 5 kali. Lanjutkan mengurut ke atas sebanyak 5 kali.
- b. Miring kanan untuk memijat kaki kanan, dimulai dari belakang mata kaki, naik keatas sampai lipatan lutut sebanyak 5 kali. Lalu dilanjutkan dengan mengurut ke atas sebanyak 5 kali.

Posisi anak berbaring terlentang :

- a. Menekuk kaki kiri lalu menekan dan diputar (diuyek) pada titik lambung 36 yang terletak 4 jari di bawah pojok tulang bawah tempurung lutut sebelah luar

- sebanyak 40 kali. Titik ini berfungsi mengatasi gangguan pencernaan, susah BAB, perut kembung, nyeri lambung dan untuk meningkatkan daya tahan tubuh.
- b. Menekuk kaki kanan lalu menekan dan diputar (diuyek) pada titik lambung 36 yang terletak 4 jari di bawah pojok tulang bawah tempurung lutut sebelah luar sebanyak 40 kali

Memijat daerah tangan kanan dan kiri sebelah dalam :

- a. Memijat yang dimulai dari lipatan siku kearah bawah hingga pergelangan tangan sebanyak 5 kali
- b. Menekan putar (uyek) sebanyak 40 kali yang terletak 3 jari di atas pergelangan tangan bagian tengah, yang berfungsi untuk menenangkan emosi.
- c. Mengurut dari atas ke bawah (dari lipatan siku ke arah batas pergelangan tangan) sebanyak 5 kali.
- d. Menekan putar (uyek) pada daerah usus besar, yang terletak di punggung tangan pada tempat yang paling tinggi jika ibu jari dan jari telunjuk dirapatkan sebanyak 40 kali. Berfungsi untuk melonggarkan daerah lambung, melancarkan penyaluran makanan dan pembuangan



Gambar 2. Dokumentasi Pengabdian Masyarakat *Tui Na Massage*

Setelah tim pengusul memaparkan materi, diberikan nya waktu untuk mitra mengulang dan mempraktekkan materi *Tui Na Massage* dengan tujuan mengevaluasi apakah materi tersampaikan dengan baik. Sebanyak 12 mitra secara bergantian tim memandu untuk melakukan *Tui Na Massage* pada anak nya masing – masing. Jika ada yang masih tidak paham maka akan diberi materi ulang sampai mitra bisa dengan harapan mitra dapat melakukan treatment pada anak nya dirumah.

Dengan diberikannya treatment *Tui Na Massage* pada anak diharapkan mampu memberikan solusi non farmakologi yang efektif dan efisien bagi mitra. Karena keluhan mitra adalah beberapa anak nya susah makan, sehingga menjadi tugas tim pengusul memberikan solusi salah satunya dengan *Tui Na Massage*. Penyebab susah makan pada anak sering dikarenakan adanya gangguan fungsi limpa dan pencernaan. Disebutkan *Tui Na Massage* dapat mempengaruhi perkembangan

syaraf dan peredaran darah pada anak sehingga mampu memperlancar peredaran darah pada pencernaan. (Esmianti & Andini, 2021). Selain dengan *Tui Na Massage* mitra diingat kan juga untuk memberikan makanan yang beragam supaya anak tidak merasa bosan, dan memilih makanan yang berkualitas serta perhatikan untuk kelengkapan mutu makanan dari segi gizi yang diabsorbsi oleh tubuh sehingga mampu mengatasi kemungkinan terjadinya *Stunting* (Handriyanti & Fitriani, 2021).

Buruknya nafsu makan pada anak masih jadi penyebab utama kurang gizi, karena hal tersebut sangatlah berperan penting terhadap tumbuh kembang baik fisik maupun mental (Munjidah & Anggraini, 2019). Gangguan pertumbuhan dan perkembangan sering disebut dengan *Stunting* yang diindikasikan akan memicu masalah di organ tubuhnya, yang paling cepat mengalami gangguan karena kurang gizi adalah kerusakan pada otak (Yadika et al., 2019). *Stunting* mempunyai efek negative terhadap kemampuan kognitif pada anak, seperti rendahnya IQ dan kurangnya hasil prestasi akademik (Daracantika et al., 2021). Selain itu dampak yang sangat nampak adalah kegagalan dalam bertumbuh dan berkembang, sesuai dengan hasil penelitian yang didapatkan bahwa anak yang mengalami *Stunting* memiliki resiko 4x mengalami ketidak normalan dalam perkembangan dibandingkan anak yang normal (Utami et al., 2021).

5. KESIMPULAN

Dari pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan judul “Pencegahan *Stunting* Dengan *Tui Na Massage*”. 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*

6. SARAN

Kolaborasi antara orang tua dan tenaga kesehatan sangatlah penting untuk mengatasi kejadian *Stunting* harapannya *Tui Na Massage* bisa menjadi salah satu pilihan solusi untuk meningkatkan nafsu makan pada anak. Selain itu peran semua sektor juga tidak kalah pentingnya untuk menjadikan anak Indonesia bebas dari *Stunting* sehingga terbentuk anak – anak sehat sebagai penerus bangsa.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Ceria, I., & Arintasari, F. (2019). Pengaruh Pemberian Pijat Tui Na Dengan Berat Badan Anak Balita the Influence of Tui Na Massage With Weight of. *Universitas Respati Yogyakarta*, 469–475.
- Daracantika, A., Ainin, A., & Besral, B. (2021). Pengaruh Negatif Stunting terhadap Perkembangan Kognitif Anak. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 113. <https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4647>
- Esmianti, F., & Andini, I. F. (2021). Efektifitas Pijat Tuina Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balitastunting Kabupaten Rejang Lebong The Effectiveness Of Tui Na Massage In Increasing The Application Of Tunting Totality In Rejang Lebong. 6(1), 17–24.
- Handriyanti, R. F., & Fitriani, A. (2021). Analisis Keragaman Pangan yang Dikonsumsi Balita terhadap Risiko Terjadinya Stunting di Indonesia. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 2(1), 32. <https://doi.org/10.24853/mjnf.2.1.32-42>
- Hidayat, T., Triana, N. Y., & Utami, T. (2021). Pengaruh Pijat Tui Na terhadap

- Nafsu Makan pada Balita: Literature Review. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1321–1330.
- Loya, R. R. P., & Nuryanto, N. (2017). Pola asuh pemberian makan pada bayi stunting usia 6-12 bulan di Kabupaten Sumba Tengah, Nusa Tenggara Timur. *Journal of Nutrition College*, 6(1), 84. <https://doi.org/10.14710/jnc.v6i1.16897>
- Munjidah, A. munjidah, & Anggraini, F. dwi. (2019). Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Status Pertumbuhan Pada Balita Dengan Status Kms T. *Journal of Health Sciences*, 12(1), 21–29. <https://doi.org/10.33086/jhs.v12i1.631>
- Permatasari, T. A. E. (2021). Pengaruh Pola Asuh Pembrian Makan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 14(2), 3. <https://doi.org/10.24893/jkma.v14i2.527>
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- Utami, W. P., Najahah, I., Sulianti, A., & Faiqah, S. (2021). Kejadian Stunting terhadap Perkembangan Anak Usia 24 – 59 Bulan. *Bima Nursing Journal*, 3(1), 66. <https://doi.org/10.32807/bnj.v3i1.782>
- Yadika, A. D. N., Berawi, K. N., & Nasution, S. H. (2019). Pengaruh Stunting terhadap Perkembangan Kognitif dan Prestasi Belajar Adilla. *Jurnal Majority*, 8(2), 273–282.