

KELAS IBU BALITA “OPTIMALISASI NAFSU MAKAN ANAK DENGAN TUINA MASSAGE  
DIRUMAH”

***MOTHER'S CLASS “OPTIMIZATION OF CHILDREN'S APPLY WITH  
TUINA MASSAGE AT HOME”***

**Aris Noviani<sup>1</sup>, Siskana Dewi Rosita<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Program Studi D3 Kebidanan STIKes Mitra Husada Karanganyar

Email : [arisnovianimhk@gmail.com](mailto:arisnovianimhk@gmail.com)

**ABSTRAK**

Gizi merupakan komponen penting dan memiliki peran sentral untuk mencapai 13 dari 17 Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (*Sustainable Development Goals – SDGs*). Salah satu yang mempengaruhi permasalahan gizi adalah kesulitan makan. Hal tersebut berisiko tinggi menjadi malnutrisi seiring dengan bertambahnya usia dan dapat berakibat terhambatnya pembangunan nasional. Upaya ini dapat dilakukan dengan cara non farmakologi yang salah satunya dengan melakukan pijatan. *Tuina Massage* dapat memperkuat kasih sayang ibu dan anak serta memiliki efek yang baik untuk meningkatkan nafsu makan anak. Tujuan pengabdian ini adalah setelah ibu mendapatkan penyuluhan tentang bagaimana meningkatkan nafsu makan anak dengan *Tuina Massage* diharapkan ibu terampil untuk melakukan *Tuina Massage* secara mandiri dirumah. Sasaran kegiatan adalah semua ibu yang memiliki bayi / balita yang melakukan pemeriksaan tumbuh kembang bayi di Klinik Kusmahati Dua Sukoharjo sebanyak 41 orang. Metode dipilih secara *online* mengingat masih dalam kondisi pandemi covid 19 dan dilaksanakan dengan ceramah, tanya jawab dan pemutaran video. Hasil dari kegiatan ini yaitu 88 % memiliki pengetahuan yang baik, 12% cukup. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah sasaran terampil dalam melakukan *Tuina Massage* serta mampu menjawab dan mengulang materi yang telah disampaikan. Kata Kunci : Kesulitan Makan, *Tuina Massage*

**ABSTRACT**

*Nutrition is an important component and has a central role in achieving 13 of the 17 Sustainable Development Goals (SDGs). One of the factors that affect nutritional problems is difficulty eating. This has a high risk of becoming malnourished with age and can result in delays in national development. This effort can be done in a non-pharmacological way, one of which is by doing massage. Tuina massage can strengthen the love of mother and child and has a good effect on increasing the child's appetite. The purpose of this service is that after mothers receive counseling on how to increase children's appetite with tuina massage, it is expected that mothers are skilled at doing tuina massage independently at home. The target of the activity is all mothers who have babies/toddlers who check the growth and development of babies at the Kusmahati Dua Clinic, Sukoharjo. The method was chosen online considering that it was still in a COVID-19 pandemic condition and was carried out with lectures, questions and answers and video playback. The result of this activity is that 88% have good knowledge, 12% is sufficient. The conclusion of this activity is that the target is skilled in doing tuina massage and is able to answer and repeat the material that had been delivered.*

*Keywords: Eating Difficulty, Tuina Massage*

## PENDAHULUAN

Gizi menjadi komponen yang penting dan memiliki peran sentral untuk mencapai 13 dari 17 Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (*Sustainable Development Goals – SDGs*). Melalui perbaikan gizi, banyak tujuan lain yang bisa tercapai untuk menuju ke perbaikan suatu bangsa. Oleh karena itu, intervensi gizi harus dimulai sedini mungkin (Kemenkes RI, 2019).

Munculnya permasalahan gizi dipengaruhi secara langsung dan tidak langsung. Apabila gizi kurang dan gizi buruk terus terjadi dapat menjadi faktor penghambat dalam pembangunan nasional (Bapennas, 2011).

Kesulitan makan pada anak berisiko tinggi menjadi malnutrisi seiring dengan bertambahnya usia. Hal ini dapat diidentifikasi dan ditindaklanjuti secara dini melalui pengukuran status gizi pada anak dengan kesulitan makan agar terhindar dari salah satu komplikasinya yaitu malnutrisi (Adiningsih, 2010).

Kerawanan pangan dan gizi pada ibu dan bayi/balita

meningkatkan risiko terjadinya gizi buruk. Data anak balita yang mengalami gizi kurang masih ada yakni 4,62% (Dinkes Sukoharjo, 2018).

Berdasarkan data dari sasaran mitra terdapat 5 balita (12,1%) dari 41 balita yang mengalami gizi buruk (*stunting*) hal ini tampak dari hasil pemeriksaan rutin yang dilakukan setiap bulannya di Klinik Kusmahati Dua Sukoharjo.

Saat ini, Pemerintah Indonesia sedang berupaya untuk menurunkan angka kekurangan gizi, baik *stunting* maupun *wasting*, sebagaimana tercantum dalam dalam RPJMN 2020-2024. Dalam strategi nasional percepatan pencegahan *stunting*, disebutkan bahwa pelayanan gizi dilakukan di dalam dan di luar gedung meliputi pelayanan promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif dengan target intervensi kelompok 1000 HPK (Ibu Hamil, Ibu Menyusui, bayi 0 – 23 bulan), Balita dan Remaja (Kemenkes RI, 2020).

Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi (Munjidah, 2015).

Cara mengatasi kesulitan makan dengan farmakologi antara lain dengan pemberian multivitamin, dan micronutrien lainnya. Saat ini kebanyakan orang tua mengatasi kesulitan makan anak sebatas pemberian multivitamin tanpa memperhatikan penyebab. Hal tersebut akan berdampak negatif jika diberikan dalam jangka waktu yang lama. Upaya mengatasi kesulitan makan dengan non farmakologi antara lain melalui minuman herbal/jamu, pijat, akupresur, dan akupunktur (Munjidah, 2015).

Pijatan anak-anak menerapkan teknik-teknik pijatan yang sama untuk perkembangan sensasi sentuhan yang sehat pada anakanak.

Penelitian telah menunjukkan bahwa bayi dan bayi berkembang dari sentuhan orangtua yang penuh kasih. Faktanya, anak-anak yang menerima perhatian semacam ini lebih sehat dan menambah berat badan dengan baik sepanjang perkembangan mereka.

*Tuina Massage* juga dapat mengobati sejumlah kondisi yang diderita anak-anak. *Tuina Massage* adalah pilihan yang sangat menarik

dan efektif untuk merawat anak-anak karena sangat lembut dan tidak menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan.

Penelitian telah menunjukkan bahwa bayi dan bayi berkembang dari sentuhan orangtua yang penuh kasih. Faktanya, anak-anak yang menerima perhatian semacam ini lebih sehat dan menambah berat badan dengan baik sepanjang perkembangan mereka.

Dari hasil data diatas solusi yang bisa diberikan adalah dengan memberikan penyuluhan yakni peningkatan nafsu makan anak/balita dengan *tuina massage*. Penyuluhan dapat dilaksanakan secara daring/online sehingga dapat diikuti oleh semua peserta/responden dari masing-masing rumah untuk menghindari kerumunan.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian ini yang berupa pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi ibu hamil, bayi dan balita dilakukan secara *daring/online* sehingga meminimalkan terjadinya kerumunan dan merupakan bagian dari protokol kesehatan.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah, tanya jawab, dan pemutaran video. Jumlah sasaran sebanyak 41 responden.

Media yang pakai adalah aplikasi *Zoom Clouds Meeting*. Adapun rincian proses pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

#### 1. Perijinan

Sebelum pelaksanaan pengabdian masyarakat, maka tim pengabdian masyarakat melakukan koordinasi dengan Bidan dan Pimpinan Klinik Pratama Kusmahati Dua Sukoharjo.

#### 2. Persiapan kegiatan

Setelah dilakukan koordinasi dengan bidan dan pimpinan Klinik Pratama Kusmahati Dua Sukoharjo, maka tim pengabdian masyarakat melakukan koordinasi dengan para ibu yang memiliki bayi / balita.

Penilaian awal dilakukan dengan melakukan wawancara pada bidan Klinik Pratama Kusmahati Dua Sukoharjo. Kemudian tim pengabdian menyusun proposal dan materi

berupa video pembelajaran tentang *tuina massage* agar bisa digunakan belajar ibu ketika dirumah, serta menyiapkan sarana lainnya misalnya MMT (*Metromedia Technologies*) dan juga leaflet.

#### 3. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui daring dengan menggunakan aplikasi *Zoom Cloud Meetings* karena masih dalam masa Pandemi Covid 19 yang dilaksanakan pada tanggal 24 Juni 2021 mulai pukul 09.00 WIB sampai dengan selesai dengan link Join Zoom Meeting <https://zoom.us/j/2297471948?pwd=UO9ESkZLbjZ3bDJSR3d1dFNjMU9MQTO09>, Meeting ID : 229 747 1984, Passcode : 00000, bertempat di STIKes Mitra Husada Karanganyar (Pamateri) dan Pimpinan Klinik Kusmahati Dua ditempat dan peserta berada di masing-masing rumahnya.

#### 4. Evaluasi

Evaluasi dilaksanakan dua kali secara langsung yakni tanya jawab dan praktik serta diberikan kuisioner melalui *google form*

sebelum dan setelah kegiatan dan mengirimkan video di akhir kegiatan untuk dilakukan penilaian.

Tujuan evaluasi adalah untuk mengetahui efektifitas pelaksanaan pengabdian masyarakat ini yaitu ibu balita dapat mengetahui tentang bagaimana penanganan kesulitan makan pada anak, meningkatkan pengetahuan tentang *tuina massage*, dan dapat mengaplikasikan dirumah secara mandiri pada anak nya

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada hari Kamis, 24 Juni 2021 yang dimulai pukul 09.00 WIB - selesai bertempat di STIKes Mitra Husada Karanganyar dengan jumlah peserta yang mengikuti penyuluhan ini adalah 41 peserta yang terdiri dari Ibu yang memiliki Bayi dan Balita di Wilayah Klinik Pratama Kusmahati Dua Sukoharjo. Kegiatan ini di ikuti dari rumah masing-masing peserta. Peserta join pada WA Group dan mengikuti kegiatan ini melalui aplikasi Zoom Clouds Meeting, Meeting ID : 229 747 1984, Passcode : 00000.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dimulai dengan registrasi peserta, serangkaian kegiatan pembukaan yang disampaikan oleh ibu Hj. Gardjiati, S.Km, M.Si, lalu di lanjutkan dengan pre test yaitu menanyakan apakah masyarakat sudah mengetahui tentang *Tuina Massase* untuk meningkatkan nafsu makan anak, Masuk pada acara inti dimulai dengan “Pemutaran Video, Pemaparan Materi Serta Praktikum *Tuina Massase*” oleh ibu Siskana Dewi R, SST, M.Kes dan dilanjutkan dengan pemaparan materi tentang “Tips dan Trik Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Anak” oleh ibu Aris Noviani, SST, M.Keb.

Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan mendapat respon yang baik dari peserta serta adanya dukungan yang baik antar tim dan peserta.

Kegiatan berikutnya yaitu evaluasi dengan menggunakan *google form* berisi pertanyaan-pertanyaan sejauh mana pengetahuan ibu tentang *tuina massage* untuk meningkatkan nafsu makan anak

Adapun data yang kami peroleh dari hasil kegiatan yang sudah dilaksanakan, sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Peserta Berdasarkan Pengetahuan Ibu Tentang *Tuina Massage* untuk meningkatkan nafsu makan anak sebelum dilakukan penyuluhan.

No	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Baik	3	7,3%
2	Cukup	7	21,9%
3	Kurang	29	51,2%
Jumlah		41	100%

Tabel diatas menjelaskan dari 41 peserta sebagian besar memiliki pengetahuan yang kurang terhadap *Tuina Massage* sebanyak 29 peserta (51,2%).

Tabel 2. Karakteristik Peserta Berdasarkan Pengetahuan Ibu Tentang *Tuina Massage* untuk meningkatkan nafsu makan anak setelah dilakukan penyuluhan.

No	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Baik	36	88 %
2	Cukup	5	12%
3	Kurang	0	0%
Jumlah		41	100%

Tabel diatas menjelaskan dari 41 peserta sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik terhadap *Tuina Massage* sebanyak 36 peserta (88%).

*Tuina Massage* ini merupakan tehnik 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 (P. Okta, 2010).

Hasil penelitian Annif Munjidah (2015) menyebutkan bahwa *Tuina Massage* berpengaruh positif terhadap kesulitan makan pada balita. Hasil penelitian hen Huan Liu dan Li ting Cen di Guangzhou tahun 2009 menyebutkan *Tuina Massage* berpengaruh positif terhadap perkembangan syaraf dan peredaran darah pada balita (Ekstein S, 2010).

Penggunaan dan pemilihan metode penyuluhan yang tepat mempengaruhi tingkat keberhasilan transfer informasi. Menurut(Effendi, 2003), metode yang tepat dalam memberikan penyuluhan dapat mengembangkan komunikasi dua

arah antara yang memberikan penyuluhan terhadap sasaran, sehingga sasaran dapat meningkatkan pemahaman terhadap pesan yang disampaikan.

Dalam penelitian ini yang diinginkan adalah perubahan pengetahuan dari responden menjadi tahu. Hal ini didukung oleh metode yang dipakai dalam memberikan pendidikan kesehatan ini menggunakan metode ceramah dan mendemonstrasikan atau mempraktikkan secara langsung langkah memijat bayi yang baik dan benar

Dari evaluasi kegiatan diatas setelah pemberian materi, tanya jawab, praktikum serta pemutaran video pada saat pelaksanaan juga diperkuat dengan diskusi diforum grup yang telah dibentuk sebelum kegiatan ini dimulai.

Hal ini mampu meningkatkan pengetahuan para peserta secara signifikan, dibuktikan dengan peserta mampu menjawab pertanyaan di *google form* dengan sangat baik, serta para peserta mampu mempraktikkan secara baik dari video yang dikirimkan oleh peserta.

Pemberian materi seperti ini sangat efektif mengingat kondisi pandemi yang tidak memungkinkan untuk bertatap muka secara langsung dengan banyak peserta.

## **SIMPULAN**

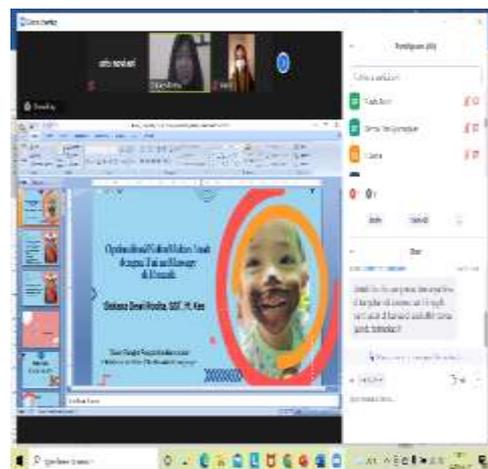
Ibu bayi dan balita di Klinik Kusmahati Dua Sukoharjo sudah mengerti tentang cara melakukan *Tuina Massage* secara mandiri. Penyuluhan telah dilaksanakan secara *online* dan dilaksanakan dari tempat/rumah masing-masing. Secara keseluruhan dari evaluasi menggunakan kuisioner dan praktik secara *online* didapatkan hasil yakni ibu-ibu mengerti, dapat mengulang kembali serta mempraktikkan *Tuina Massage* secara mandiri. Saran pada kegiatan ini adalah penyampaian materi dan media yang menarik, banyak serta mudah digunakan bagi peserta akan meningkatkan pengetahuan bagi peserta misalnya dengan membentuk *Whatsapp group* untuk media komunikasi sekaligus sharing informasi/materi.

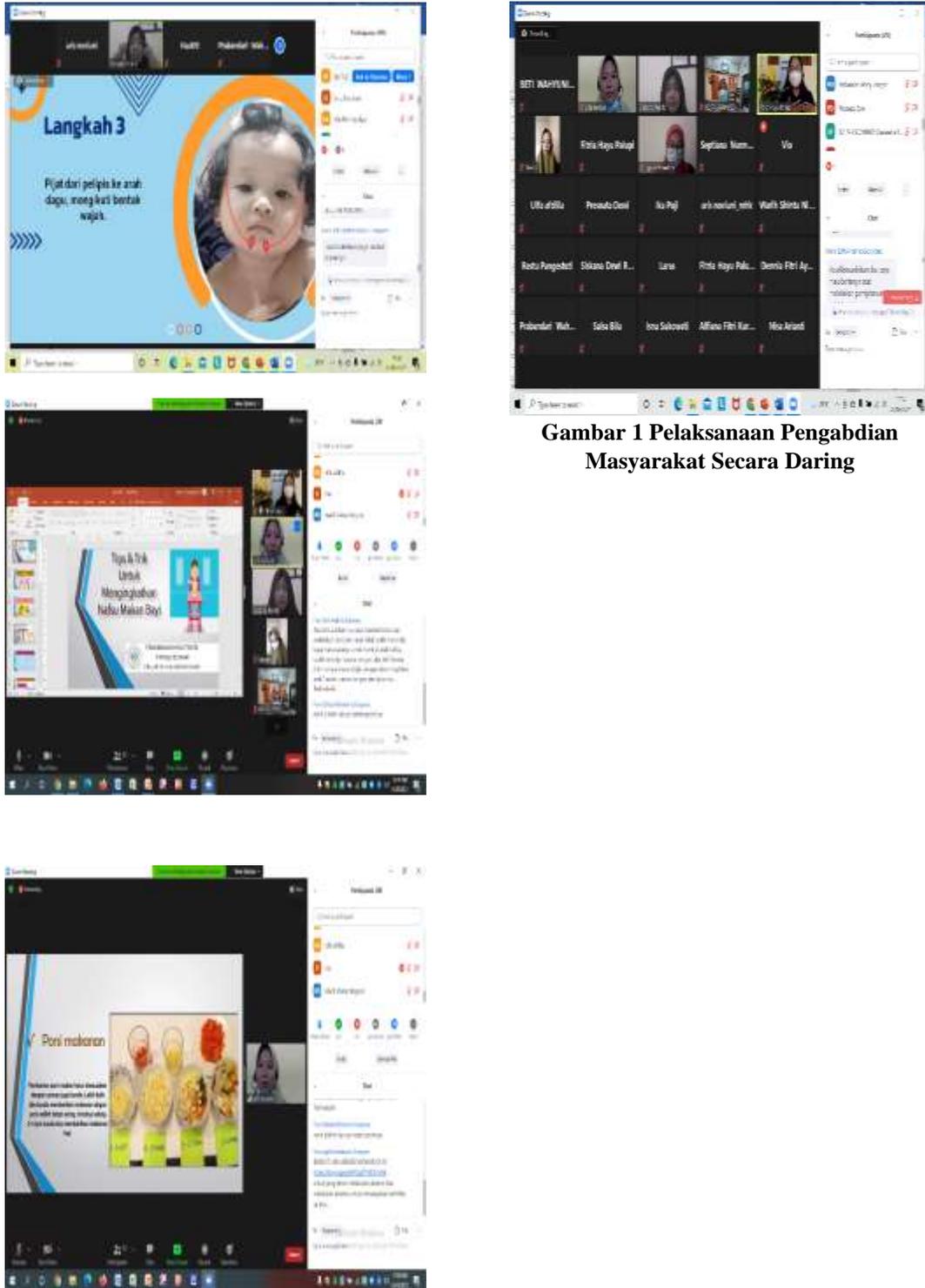
## DAFTAR PUSTAKA

- Adiningsih, S., 2010. *Waspada Gizi Balita Anda*. Jakarta: PT. Alex Media Komputindo.
- Bappenas, 2011. *Rencana Aksi Nasional Pangan Dan Gizi*. [Online] Available at: <https://www.bappenas.go.id/files/4613/5228/2360/ran-pg-2011-2015.pdf>.
- Effendi, N., 2003. *Dasar –Dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC.
- Ekstein S, D., 2010. Does Picky Eating Affect Weight-for-Length Measurements In Young Children?. *Clint Pediatri*, Volume 3, pp. 217-220.
- Kemkes, RI., 2020. *Pedoman Pelayanan Gizi Pada Masa Tanggap Darurat Pandemi COVID-19 Untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta: s.n.
- Kemkes, RI., 2020. *Profil Kesehatan Indonesia 2019*. [Online] Available at: <https://pusdatin.kemkes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-pusdatin-profil-kesehatan.html>
- Munjidah, A., 2015. Efektifitas Tuina Massage dalam Mengatasi Kesulitan makan Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Ilmiah*, pp. 193-199.
- P. Okta, S., 2010. *Akupressur & Minuman untuk Mengatasi Gangguan Kesehatan Reproduksi..* Jakarta: PT. Alex Media Komputindo.
- Sukoharjo, DKK., 2018. *Profil Kesehatan Terwujudnya Pelayanan Kesehatan Paripurna Menuju Masyarakat Yang Sehat, Sejahtera dan*

*Mandiri Kabupaten Sukoharjo 2018*. [Online] Available at: <http://dkk.sukoharjokab.go.id/pages/profil-tahun-2018>

## DOKUMENTASI





**Gambar 1 Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Secara Daring**