

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Pengaruh Pemberian *Tuina Massage* Terhadap Pertumbuhan Balita Stunting

The Effect of Giving Tui Na Massage on the Growth of Stunting Toddler

Husna Maulida¹, Eka Sutrisna¹, Reva Afdila²

¹Fakultas Kesehatan, Teknologi dan Sains, Universitas Bumi Persada

³Kebidanan, STIKes Bustanul Ulum Langsa

Article Info

Article History

Received: 30 Jan 2024

Revised: 05 Feb 2024

Accepted: 13 Feb 2024

ABSTRACT / ABSTRAK

Stunting is a chronic nutritional problem characterized by shorter body height compared to children of the same age. Giving Tuina Massage can be an alternative therapy to overcome feeding difficulties in toddlers, increase endurance, and stimulate the vagus nerve, thus having an effect on increasing the growth of stunted toddlers. This research aims to determine the effect of giving Tuina Massage on the growth of Stunting Toddlers. This type of quasi-experimental research is a one group design with pretest-posttest. The population of this study were all stunted toddlers in the Blang Cut Community Health Center working area. The research sample was 25 Stunting toddlers using a purposive sampling technique. Data analysis used was univariate and bivariate using the Paired T-test. Results: there was a difference in the average value of body weight of 0.18 (180 grams) and body height of 1.15cm before and after being given Tuina Massage. The statistical test results obtained a p-value of 0.012 ($p < 0.05$), which means that there is an effect of giving Tuina Massage on increasing the weight of stunted toddlers and there is an effect of giving Tuina Massage on increasing height with a p-value of 0.003 ($p < 0, 05$). Can be concluded that giving Tuina Massage can be used as an alternative therapy for preventing and treating stunting in toddlers.

Keywords: *Tuina Massage, Growth, Stunting*

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak usianya. Pemberian *Tuina Massage* dapat menjadi terapi alternatif untuk mengatasi kesulitan makan pada balita, meningkatkan daya tahan tubuh, dan merangsang saraf vagus, sehingga memberikan efek terhadap peningkatan pertumbuhan balita stunting. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian *Tuina Massage* terhadap pertumbuhan Balita Stunting. Jenis penelitian quasy eksperimental dengan rancangan *one group design* dengan *pretest-posttest*. Populasi penelitian ini adalah seluruh balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Blang Cut. Sampel penelitian sebanyak 25 balita Stunting dengan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Analisa data yang digunakan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Paired T-test*. Hasil Penelitian terdapat perbedaan nilai rata-rata berat badan sebesar 0,18 (180 gram) dan Tinggi badan sebesar 1,15cm sebelum dan sesudah diberikan *Tuina Massage*. Hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,012 ($p < 0,05$) yang artinya ada pengaruh pemberian *Tuina Massage* terhadap peningkatan berat badan balita stunting dan ada pengaruh pemberian *Tuina Massage* terhadap peningkatan tinggi badan dengan nilai *p-value* 0,003 ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa pemberian *Tuina Massage* dapat dijadikan sebagai terapi alternatif untuk pencegahan dan penanganan stunting pada balita.

Kata kunci: *Tuina Massage, Pertumbuhan, Stunting*

Corresponding Author:

Name : Husna Maulida

Affiliate : Fakultas Kesehatan, Teknologi dan Sains Universitas Bumi Persada

Address : Jl. Medan Banda Aceh, Desa Trieng Matang Ubi Kec. Lhoksukon Kab. Aceh Utara

Email : husnamaulida88@gmail.com

PENDAHULUAN

Perkembangan anak merupakan permasalahan yang sangat penting dan memerlukan pertimbangan yang cermat. Pengukuran lingkaran kepala, berat badan dan tinggi badan dapat digunakan sebagai parameter yang menunjukkan pertumbuhan anak, sedangkan untuk ketrampilan motorik, kecerdasan, sosial dan emosional, kemahiran linguistik dan kemampuan kognitif dapat digunakan untuk menunjukkan perkembangan. Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh beberapa variabel, salah satunya adalah kondisi gizi anak (Hening, 2019). Namun, berbeda halnya pada balita Stunting, dimana Stunting merupakan masalah gizi kronis pada balita yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya. Anak yang menderita stunting akan lebih rentan terhadap penyakit dan ketika dewasa berisiko untuk mengidap penyakit degeneratif (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) pada Tahun 2020 jumlah anak penderita stunting pada umur dibawah 5 tahun sebanyak 149,2 juta. Sedangkan data Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 prevalensi Stunting masih berada pada 5,33 Juta kasus (24,4%) (Kemenkes RI, 2021). Di Provinsi aceh sendiri berada pada urutan ketiga secara nasional dengan prevalensi stunting sebesar 33,2% dan menduduki peringkat 10 besar daerah dengan angka stunting tertinggi di Indonesia (Dinkes Aceh, 2022).

Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah untuk menurunkan dan mencegah kejadian Stunting dan meningkatkan berat badan balita stunting diantaranya dengan promosi dan konseling pemberian makan bayi dan anak, promosi dan konseling pada ibu menyusui, pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak, pemberian suplemen tambah darah bagi ibu hamil dan remaja, serta pemberian vitamin A, penanganan masalah gizi dan pemberian makanan tambahan (biscuit balita, buah), tatalaksana anak dengan stunting, dan stimulasi pertumbuhan seperti pijat bayi sehat, *mom and baby massage*, *infant massage*, stimulasi sentuhan kulit, stimulasi visual kinestetik dan Pijat Tui Na yang saat ini sudah mulai digunakan (Anisya *et al.*,2022).

Berdasarkan hasil penelitian Maria, & Setiawan (2016) membuktikan bahwa *Tuina Massage* yang dilakukan secara rutin oleh orang tua dapat menjadi stimulasi yang berdampak pada meningkatnya nafsu makan anak balita sehingga berat badan anak menjadi meningkat. Selain itu penelitian yang dilakukan Fadul (2019) menjelaskan bahwa menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan melalui *Tuina Massage* dapat meningkatkan kelancaran peredaran darah limfa dan sistem pencernaan dan meningkatkan penyerapan asupan nutrisi, sehingga dapat meningkatkan berat badan dan tinggi badan bayi.

Tuina Massage adalah terapi pijat sentuh secara langsung dibagian tubuh melalui modifikasi dari akupunktur tanpa jarum yang bertujuan memberikan rasa nyaman pada anak dan balita. *Tuina massage* yang dilakukan secara teratur dapat meningkatkan efektifitas sirkulasi *hormone epinefrin* dan *norepinefrin* yang dapat merangsang stimulasi pertumbuhan anak dan balita dengan meningkatkan frekuensi makan, merangsang perkembangan struktur tubuh maupun fungsi motoric (Samiasih, S, dkk.,2020).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kota Lhokseumawe tahun 2023 terjadi peningkatan angka kejadian stunting dikecamatan Blang Mangat, dimana jumlah

balita stunting di kecamatan Blang Mangat sebanyak 127 orang. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Pemberian *Tuina Massage* terhadap Pertumbuhan Balita Stunting di wilayah Kerja Puskesmas Blang Cut Kecamatan Blang Mangat tahun 2023.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode *quasy eksperimental* dengan rancangan penelitian *one group design* dengan *pretest-posttest*, populasi penelitian ini adalah seluruh balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Blang Cut berjumlah 127 Balita. Sampel penelitian sebanyak 25 balita dengan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan penilaian mengenai siapa saja yang memenuhi persyaratan untuk dijadikan sampel yaitu Orang tua bersedia anaknya dijadikan subjek penelitian, balita yang tidak sedang sakit dan mengalami stunting dan tinggal di wilayah kerja Puskemas Blang Cut. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mengukur pertumbuhan balita stunting melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan balita stunting. pengukuran berat badan dilakukan dengan menggunakan timbangan bayi serta timbangan injak, dan untuk mengukur tinggi badan balita stunting menggunakan microtoise yang sudah dilakukan kalibrasi. Pengukuran dilakukan sebanyak 2 x yaitu sebelum dilakukan perlakuan (*pretest*) dan setelah Perlakuan (*posttest*).

Perlakuan dilakukan dengan memberikan *Tuina massage* selama 2 minggu berturut-turut yang dilakukan 1x sehari pada pagi hari. *Tuina massage* dilakukan dengan 8 langkah pemijatan sesuai SOP. Selanjutnya hasil yang diperoleh dilakukan pengolahan data dan dilakukan uji normalitas data, dan data terdistribusi normal sehingga menggunakan uji Statistik dengan *Paired Sample t Test*.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden

| Karakteristik Responden | | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|-------------------------|------------|---------------|----------------|
| Umur Ibu (tahun) | < 30 | 12 | 48 |
| | 30-40 | 9 | 36 |
| | >40 | 4 | 16 |
| Pendidikan | SD | 1 | 4 |
| | SMP | 6 | 24 |
| | SMA | 17 | 68 |
| | Sarjana | 1 | 4 |
| Pekerjaan | IRT | 25 | 100 |
| | Wiraswasta | - | - |
| | PNS | - | - |
| Jenis Kelamin balita | Laki-laki | 14 | 56 |
| | Perempuan | 11 | 44 |
| Umur Balita (tahun) | < 1 | - | - |
| | 1-3 | 16 | 64 |
| | > 3 | 9 | 36 |

Sumber: Data Primer, 2023

Hasil penelitian pada tabel 1 di atas menunjukkan bahwa responden pada kelompok perlakuan sebagian besar berumur < 30 tahun sebanyak 12 orang (48%), berdasarkan tingkat pendidikan terakhir responden paling banyak berpendidikan SMA sebanyak 17 orang (68%), berdasarkan pekerjaan mayoritas IRT sebanyak 25 orang (100%), berdasarkan jenis kelamin balita, paling banyak balita laki-laki 14 orang (56%), dan umur balita mayoritas berumur 1-3 tahun sebanyak 16 orang (64%).

Analisis Bivariat

Tabel 2. Pengaruh *Tuina Massage* terhadap Peningkatan Berat badan Balita Stunting

| Pijat Tui Na | Jumlah (n) | Mean | Beda Mean | Std. Dev | Sig |
|--------------|------------|-------|-----------|----------|-------|
| Sebelum | 25 | 10,50 | 0,18 | 1,57 | 0,012 |
| Sesudah | 25 | 10,68 | | 1,57 | |

Sumber: Data Primer (diolah), 2023

Berdasarkan tabel 4. Menunjukkan bahwa nilai rata-rata berat badan balita sebelum dilakukan *Tuina Massage* sebesar 10,50 kg, sedangkan rata-rata berat badan balita sesudah dilakukan *Tuina Massage* sebesar 10,68 kg, terlihat mean perbedaan antara berat badan sebelum dan sesudah dilakukan pijat dengan peningkatan sebesar 0,18 (180 gram). Hasil Uji *Paired Samples Test* didapatkan nilai *p-value* 0,012 ($p < 0,05$) berarti ada pengaruh *Tuina Massage* terhadap peningkatan berat badan balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Blang Cut Kecamatan Blang Mangat.

Berdasarkan tabel 5. Menunjukkan bahwa nilai rata-rata tinggi badan balita sebelum dilakukan *Tuina Massage* sebesar 84,84 cm, sedangkan rata-rata tinggi badan balita sesudah dilakukan *Tuina Massage* sebesar 85,99 cm, terlihat mean perbedaan antara tinggi badan sebelum dan sesudah dilakukan pijat dengan peningkatan sebesar 1,15 cm. Hasil Uji *Paired Samples Test* didapatkan nilai *p-value* 0,003 ($p < 0,05$) berarti ada pengaruh *Tuina Massage* terhadap peningkatan tinggi badan balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Blang Cut Kecamatan Blang Mangat.

Tabel 3. Pengaruh *Tuina Massage* terhadap Peningkatan Tinggi Badan Balita Stunting

| Pijat Tui Na | Jumlah (n) | Mean | Beda Mean | Std. Dev | Sig |
|--------------|------------|-------|-----------|----------|-------|
| Sebelum | 25 | 84,84 | 1,15 | 8,35 | 0,003 |
| Sesudah | 25 | 85,99 | | 7,99 | |

Sumber: Data Primer (diolah), 2023

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *Tui Na Massage* terhadap peningkatan berat badan balita stunting. Rata-rata peningkatan berat badan sebelum dilakukan *Tui Na Massage* adalah 10,50 kg, dan sesudah dilakukan *Tui Na Massage* rata-rata peningkatan berat badan sebesar 10,68 kg, terlihat perbedaan nilai mean sebelum dan sesudah *Tui Na Massage* sebesar 0,18 (180 gram). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ceria dan Arintasari (2019) menunjukkan bahwa balita yang diberikan terapi pijat *Tui Na* selama 6 hari berturut-turut memiliki rata-rata berat badan sebesar 11,81 kg yang sebelumnya hanya 11,62 kg dengan *p-value* 0,000, ini artinya ada perbedaan berat badan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan pijatan. *Tui Na*

Massage dilakukan pada bagian tubuh tertentu untuk menambah nafsu makan yang berfungsi dalam menormalkan sistem pencernaan dan metabolisme tubuh di kaki, tangan serta punggung, serta dapat membantu dalam menguatkan titik lambung dan limfa sehingga dapat berpengaruh terhadap nafsu makan sehingga berat badan balita akan bertambah.

Menurut Roesli, U (2016), pada balita yang dilakukan pijat akan meningkatkan nafsu makan dan fungsi sistem pencernaan semakin baik, terutama dalam penyerapan sari-sari makanan sehingga dapat meningkatkan berat badan balita sesuai yang diharapkan. Pijat pada balita menjadi sangat berarti dan bermanfaat apabila dilakukan oleh ibu atau ayah disertai dengan penyaluran kasih sayang pada balitanya. Selain itu melalui pijatan akan meningkatkan hormon adrenalin. Kenaikan berat badan selain dipengaruhi oleh saraf otak ke-10 dipengaruhi juga oleh hormon adrenalin, dimana hormon ini dapat mengurangi rasa stress sehingga membuat balita lebih tenang dan membuat balita mudah lapar dan nafsu makannya menjadi baik. Hasil penelitian ini juga didukung oleh Pratami, dkk (2020) dimana terdapat perbedaan rata-rata berat badan sebesar 0,6 kg pada kelompok eksperimen dengan 0,2 kg pada kelompok kontrol, hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara pijat Tui Na terhadap kenaikan berat badan balita.

Tui Na Massage yang rutin dilakukan bisa meningkatkan aktivitas *nervus vagus* dan akan merangsang hormon pencernaan yakni *insulin dan gastrin*. *Insulin* memiliki peran penting dalam metabolisme karbohidrat, penyimpanan glikogen, sintesa asam lemak, asam amino, dan sintesa protein. Kedua hormon ini berfungsi dalam merangsang pencernaan sehingga penyerapan terhadap sari makanan menjadi lebih baik (Carolin, dkk., 2020).

Hasil Uji statistik juga menunjukkan bahwa ada pengaruh *Tuina Massage* terhadap peningkatan tinggi badan balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Blang Cut Kecamatan Blang Mangat dengan nilai *p-value* 0,003 ($p < 0,05$). nilai rata-rata tinggi badan balita sebelum dilakukan pijat Tui na sebesar 84,84 cm, sedangkan rata-rata tinggi badan balita sesudah dilakukan pijat Tui Na sebesar 85,99 cm, terlihat mean perbedaan antara tinggi badan sebelum dan sesudah dilakukan pijat dengan peningkatan sebesar 1,15 cm. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Simanihuruk, R (2017) tentang efektifitas pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6-12 bulan, didapatkan bahwa pijat bayi memiliki efek besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6-12 bulan, dimana bayi yang dilakukan pijat memiliki penambahan Berat badan > 400 gram sebanyak 75%, panjang badan > 3 cm sebanyak 65% dan bayi yang dilakukan pijat 11 kali lebih besar mengangkat dada dan kedua tangan sebagai penyangga dan 12 kali lebih besar kemungkinan mempertahankan leher ketika ditarik perlahan ke posisi duduk.

Hormon pertumbuhan (*growth hormon*) yang mempengaruhi pertumbuhan tulang pada bayi dapat dirangsang melalui terapi pijat bayi yang diberikan yang menyebabkan diekskresikannya serotonin. Dalam fisiologi pijat bayi disebut juga bahwa serotonin yang disekresikan oleh sistem saraf dalam hipotalamus akan meningkatkan sekresi hormon pertumbuhan yang pada akhirnya akan meningkatkan pertumbuhan bayi termasuk tulang (Rosalina, 2015). Sebagaimana yang dijelaskan dalam Roesli (2016) bahwa Pengurangan sensasi taktil akan meningkatkan pengeluaran suatu neurochemical beta-endorphine. Sehingga bila terjadi pengurangan sensasi taktil juga akan mengurangi oembentukan hormon pertumbuhan, karena menurunnya jumlah dan kepekaan dari aktivitas *Ornithine Decarboxylase* (ODC) jaringan. Dimana ODC ini berfungsi sebagai pemicu hormon pertumbuhan yang sangat

berpengaruh terhadap proses pertumbuhan yang tidak responsif terhadap hormon tertentu, melainkan hanya merespon secara aktif terhadap stimulasi. Sehingga stimulasi sentuhan ataupun pijat bayi sangat membantu peningkatan responsif dari ODC.

Selain itu, *Tuina Massage* juga mampu meningkatkan kualitas tidur, dikarenakan pengaruh dari hormon *endorphine*. Menurut peneliti dengan di lakukan *Tuina Massage* balita stunting akan menjadi lebih tenang dan mengeluarkan hormon *endorphine*, sehingga balita menjadi lebih rileks dan tenang saat di massage dan aliran darah menjadi lancar dan asupan nutrisinya menjadi lebih baik (Setiawandari, 2019).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh pemberian *Tuina Massage* terhadap pertumbuhan balita stunting di wilayah puskesmas Blang Cut Kecamatan Blang Mangat, maka dapat disimpulkan berat badan dan tinggi badan balita stunting sebelum dan sesudah diberikan *Tuina Massage* mengalami peningkatan, dengan perbedaan nilai rata-rata berat badan sebesar 0,18 kg (180 gram) dan perbedaan nilai rata-rata tinggi badan sebelum dan sesudah diberikan *Tui Na Massage* sebesar 1,15 cm.

Diharapkan kepada tenaga kesehatan untuk dapat memberikan *Tui Na Massage* sebagai terapi alternatif untuk meningkatkan berat badan dan tinggi badan balita stunting dalam penanganan dan pencegahan stunting pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisya, S., Proceedings, S. F.-, & 2022, U. (2022). The Effectiveness of Tui Na Massage to Increase the Application of Toddlers. *Jurnal. Global health science group*, 3(1), 201–206. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/PICNHS/article/view/1148>
- Carolin Bt, Suprihatin S, Agustin C. 2020. Pijat Bayi dapat menstimulus Peningkatan Berat badan pada Bayi. 10(02): 28-33. Doi:10.33221/Jiki.V10i02.478
- 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.
- Dinkes Provinsi Aceh, (2022). Info Kesehatan: Stunting, Ancaman Utama Kualitas Manusia. <https://dinkes.acehprov.go.id/news/read/2022/06/21/1163/info-kesehatan-stunting-ancaman-utama-kualitas-manusia.html>. Diunduh 21 Agustus 2023
- Fadul, Fabiana, M. (2019). *Efektivitas Pijat Tu Na Terhadap Kenaikan BeratBadan Balita Usia 1-2 Tahun*. 10(2), 60–65. <https://eprints.triatmamulya.ac.id/763/>
- Hening Prastiwi M. Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia 3-6 Tahun. Jiksh [Internet]. 2019;10(2):242–9. Available from: <https://akpersandikarsa.e-journal.id/JIKSH>
- Kemendes RI. (2018). Buletin Stunting. Kementerian Kesehالتan RI, 301(5), 1163–1178
- Maria, D., & Setiawan, A. (2016). Modifikasi Tindakan: Pijat Tuina Dan Coaching Pada Keluarga Menurunkan Status Resiko Gizi Kurang Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 3(2), 62–65. <http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/JKRY/index>

- Pratami, B., Choirunissa, R., Rifiana, A. 2020. Pengaruh Pijat Tui Na terhadap Kenaikan Berat Badan Balita di PMB "R" Cipacing Kabupaten Sumedang Jawa Barat. *Jurnal ilmu Kesehatan* Vol.12 (2).
- Roesli, U. (2016). *Pedomaln Pijat Balyi*. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Pembangunan
- Rosalina, Ina. (2015). *Fisiologi Pijat Bayi*. Bandung: Trikarsa.
- Samiasih, A, Nuryani, S, Margaretta, T, Pawestri, Hartini, T, Yanto, A. (2020). *Modul Pijat Tui Na Pada Anak*. Unimus Press.
- Setialwandari. (2019). Modul stimulasi pijat bayi dan balital. In *Resear ch Gate*.
- Simanihuruk, R. 2017. Efektifitas Pijat Bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6-12 bulan di desa Nifuboke kecamatan Noemuti tahun 2017. *Jurnal Inohim* Volume 5 nomor 2.