

## **STRATEGI PEMELIHARAAN PERILAKU MAKAN BALITA GIZI KURANG USIA 2 – 3 TAHUN DENGAN MENGGUNAKAN PIJAT TUI NA DI KOTA BANDUNG TAHUN 2023**

Erni Hernawati, Naila Cahya Dewi A,  
Chici Laelatul Tarwiyah

Gizi kurang pada balita memiliki dampak gagal tumbuh, dimana pertumbuhan fisik terhambat sehingga anak tumbuh kecil dan pendek. Begitupun dengan penurunan IQ, yang dapat menyebabkan gangguan kecerdasan (fungsi kognitif) akibatnya dapat membuat rendahnya kemampuan belajar. Jumlah kasus balita Gizi kurang di Indonesia berdasarkan data Riskesdas 2018 13,8%. Di wilayah kota Bandung mengalami peningkatan dari semula 7,52% menjadi 12,5% pada tahun 2022. Gizi kurang cenderung naik dari tahun 2021 sampai dengan awal tahun 2023, dimana terdapat 197 kasus anak gizi kurang dari 2.797 (7,04%) data didapatkan saat penimbangan di posyandu, dengan kasus tertinggi pada usia 2-3 tahun sebanyak 122 data (4 %). Asupan gizi yang tidak adekuat dapat menyebabkan gagal tumbuh dan permasalahan gizi yang lebih buruk. Kondisi ini menyebabkan menurunnya volume lemak, otot, bahkan menjadikan anak yang mudah terpapar infeksi, sehingga bisa meningkatkan kejadian kesakitan bahkan kematian pada anak. Kesulitan makan merupakan masalah yang paling sering terjadi pada balita, hal ini dapat menyebabkan terganggunya pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kurangnya asupan nutrisi sehingga status gizi anak tidak sesuai dengan masanya. Upaya yang dilakukan saat ini terhadap balita yang kurang gizi selain memberikan nutrisi dan gizi yang lengkap juga harus diberikan stimulasi untuk memberikan rangsangan positif, melancarkan saraf hypothalamus dan ST 36 merupakan titik syaraf yang dapat meningkatkan nafsu makan. Pijat yang tepat dan banyak digunakan saat ini adalah pijat Tui Na. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis efektivitas pijat Tui Na dalam membantu pemeliharaan perilaku makan balita gizi kurang usia 2-3 tahun.

Penelitian ini menggunakan desain Pre-Eksperimental dengan pendekatan *pretest-posttest with control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita usia 2-3 tahun sebanyak 545 orang dengan menghitung ukuran sampel menggunakan rumus Slovin didapat sampel sebanyak 50 orang dengan menggunakan Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini Teknik *non probability sampling* yakni dengan *purposive sampling*. 25 orang sebagai kelompok intervensi yang diberikan pijat Tui na selama 6 hari berturut-turut selama 15 menit dalam 1 kali pemijatan. Sedangkan untuk kelompok kontrol diberikan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dari pemerintah. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuisioner *Child Eating Behavior Questionnaire (CEBQ)* dengan 35 pertanyaan dalam bentuk skala *Likert*. Hasil ukur dibagi menjadi 2 kategori yaitu perilaku makan baik dan perilaku makan buruk.

Sebagian besar Balita dengan gizi buruk sebelum dilakukan pijat Tui Na memiliki perilaku makan yang buruk yakni sebanyak 72,2%, namun setelah dilakukan intervensi pemberian pijat Tui Na hanya Sebagian kecil perilaku makan buruk balita menjadi 28,8%. Sedangkan pada Kelompok kontrol Balita hanya diberikan pemberian makanan tambahan saja memiliki

penurunan perilaku makan buruk yang kurang signifikan yakni 81,4% menjadi 36,3%. Perubahan perilaku makan balita gizi kurang usia 2 – 3 tahun tersebut didukung oleh hasil Z hitung sebesar -3.794 dan signifikansi sebesar 0,000, dapat diartikan adanya pengaruh perilaku pijat Tui Na dengan perilaku makan balita gizi kurang usia 2 sampai 3 tahun. Data statistika tersebut menegaskan bahwa Pijat Tui signifikan berpengaruh terhadap perubahan perilaku makan balita gizi kurang dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan makanan tambahan (PMT) saja.

Pijat Tui Na memiliki potensi dan implikasi yang kuat terhadap peningkatan kualitas perilaku makan balita dengan gizi kurang sehingga balita mampu mengejar kekurangan nutrisi dan mampu meningkatkan kualitas gizinya. Implikasi sederhana yang muncul akibat Pijat Tui Na balita lebih menyukai kegiatan makan dan menunjukkan ketertarikan pada makanan. Orang tua juga mengatakan bahwa setelah dilakukan pemijatan anak tidak rewel saat diberikan jenis makanan baru. Pijat Tui Na dengan menggunakan teknik pijat pada titik-titik tubuh untuk meningkatkan nafsu makan, dengan fokus pada titik pijat di kaki, tangan, dan punggung untuk menormalkan pencernaan dan metabolisme tubuh. Hal ini menjadi sorotan publik karena memiliki pengaruh yang cukup signifikan.

Maka disarankan untuk tenaga Kesehatan dapat melakukan monitoring hingga tatalaksana pada balita yang mengalami kurang gizi dengan menerapkan Pijat Tui Na sebagai intervensi untuk mengatasi masalah perilaku makan balita gizi kurang.

**Kata Kunci :** Perilaku Makan Balita, Gizi Balita, Pijat Tui Na