

The Effectiveness of Acupressure Combination of Temulawak in Increased Toddler Appetite

Efektifitas Akupresur Kombinasi Temulawak Dalam Peningkatan Nafsu Makan Balita

Sri Mukhodim Faridah H1'* , Hesty Widowati1 , Puspitasai2 , Yusnita Filberta1, Lidia Agustin TjondroI,

1 Program Studi Pendidikan Profesi Bidan FIKES Universitas Muhammadiyah Sidoarjo 2 Program Studi Teknologi Laboratorium Medis Fikes Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
email: rimukhodimfaridahhanum@umsida.ac.id

Abstact. *Prolonged difficulty eating in children results in a decrease in the calorie intake needed so that it can affect the growth and development of children. Based on data from the Weighing Month in August 2020 in Java, it was found that the percentage of toddlers wasting was 8.0%. Acupressure and family medicinal plants, namely ginger, can be non-pharmacological therapy options to grow children's appetite. Acupressure is a form of energy stimulation by providing massage and stimulation at certain points on the body, while temulawak can increase appetite in patients with primary anorexia because temulawak contains curcumin which is able to correct abnormalities in bile, so that the process of absorption of food in the intestine is easier. good.*

The purpose of this study was to determine the effectiveness of acupressure combination of ginger in increasing the appetite of toddlers aged 1-5 years. The design used is a pre experimental design with a quantitative approach with a Wilcoxon pre and post test method. The variables in this study were acupressure and temulawak with appetite. The population in this study were children aged 1 to 5 years with a sample of 20 children Acupressure was performed 6 times (2 times a week) while ginger was given 1 time/day at a dose according to age and body weight for 3 weeks. The assessment was carried out twice before and after treatment with questionnaires and weight scales. Furthermore, the analysis of the two data was carried out with the Wilcoxon pre and post test. The results of this study indicate that there is a significant difference after treatment with a value of $P = 0.000$ ($P < 0.05$), which means that there is an effect of acupressure and ginger on increasing toddlers' appetite based on weight gain.

Keywords: *Acupressure, Temulawak, Toddler Appetite*

Abstrak. Sulit makan pada anakyang berkepanjangan berakibat menurunnya asupan kalori yang dibutuhkan sehingga dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Berdasarkan data Bulan Timbang Agustus 2020 di Jawa di dapatkan persentase balita wasting sebesar 8,0%, Akupresur dan tanaman obat keluarga yaitu temulawak bisa menjadi pilihan terapi non farmakologis untuk menumbuhkan nafsu makan anak. Akupresur merupakan salah satu bentuk rangsangan energi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu pada bagian tubuh, sedangkan temulawak dapat meningkatkan nafsu makan pada penderita anorexia primer karena temulawak mengandung curcumin yang mampu memperbaiki kelainan pada empedu, sehingga proses penyerapan makanan di dalam usus lebih baik.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas akupresur kombinasi temulawak dalam peningkatan nafsu makan balita usia 1-5 tahun. Desain yang digunakan adalah *pre eksperimental design* dengan pendekatan *kuantitatif* dengan metode *pre dan post test wilcoxon* Variabel dalam penelitian ini adalah akupresur dan temulawak dengan nafsu makan. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia 1 sampai dengan 5 tahun dengan sampel 20 anak. Dilakukan akupresur sebanyak 6 kali (2 kali seminggu) sedangkan pemberian temulawak 1 kali/hari dengan takaran sesuai usia dan berat badan selama 3 minggu. Penilaian dilakukan 2 kali sebelum dan sesudah *treatment* dengan alat ukur kuisisioner dan timbangan berat badan . Selanjutnya dilakukan analisis

terhadap kedua data dengan uji *pre dan post test wilcoxon*. Hasil penelitian ini menunjukkan Ada perbedaan yang signifikan setelah dilakukan treatment dengan nilai $P = 0,000$ ($P < 0,05$) yang artinya ada pengaruh akupresur dan temulawak terhadap peningkatan nafsu makan balita berdasarkan kenaikan berat badan.

Kata Kunci : Akupresur, Temulawak, Nafsu Makan balita

1. Pendahuluan

Nutrisi yang buruk merupakan faktor risiko terjadinya penyakit yang selanjutnya akan makin memperburuk status nutrisi. Sebesar 45% kematian balita terkait dengan malnutrisi. Selain gizi kurang dan gizi buruk, prevalensi pendek (*stunting*) juga makin meningkat di Indonesia [1]. Dampak dari nutrisi yang buruk dan *stunting* dapat berlanjut seumur hidup, mengakibatkan kualitas hidup yang buruk, prestasi sekolah menurun, produktivitas berkurang, serta perkembangan intelektual dan sosial terganggu (12). Sulit makan pada anak yang berkepanjangan berakibat menurunnya asupan kalori yang dibutuhkan sehingga dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak [4].

Berdasarkan data Bulan Timbang Agustus 2020 di Jawa Timur di dapatkan persentase balita wasting sebesar 8,0% [2] Akupresur dan tanaman obat keluarga yaitu temulawak bisa menjadi pilihan terapi non farmakologis untuk menumbuhkan nafsu makan anak Akupresur merupakan salah satu bentuk rangsangan energi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu pada bagian tubuh [9], sedangkan temulawak dapat meningkatkan nafsu makan pada penderita anorexia primer karena temulawak mengandung curcumin yang mampu memperbaiki kelainan pada empedu, sehingga proses penyerapan makanan di dalam usus lebih baik [14]

2. Metode

Desain yang digunakan adalah *pre eksperimental design* dengan pendekatan *kuantitatif* dengan metode *pre dan post test wilcoxon* Variabel dalam penelitian ini adalah akupresur dan temulawak dengan nafsu makan. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia 1 sampai dengan 5 tahun dengan sampel 20 anak. Dilakukan akupresur sebanyak 6 kali (2 kali seminggu) sedangkan pemberian temulawak 1 kali/hari dengan takaran sesuai usia dan berat badan selama 3 minggu. Penilaian dilakukan 2 kali sebelum dan sesudah *treatment* dengan alat ukur kuisioner dan timbangan berat badan Selanjutnya dilakukan analisis terhadap kedua data dengan uji *pre dan post test Wilcoxon*

3. Hasil Dan Pembahasan

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Umur Balita

| No. | Umur (bulan) | Frekuensi | Persentase (%) |
|-------|--------------|-----------|----------------|
| 1 | 12 - 36 | 16 | 80 |
| 2 | 37 - 60 | 4 | 20 |
| Total | | 20 | 100 |

Berdasarkan tabel 1 diatas, diketahui sebagian besar responden (80%) berusia 12 s/d 36 bulan.

Tabel 2 : Berat Badan Setelah Dilakukan Akupresur dan temulawak

| No. | Berat Badan | Frekuensi | Persentase (%) |
|-------|-------------|-----------|----------------|
| 1 | Naik | 18 | 90 |
| 2 | Turun | 0 | 0 |
| 3 | Tetap | 2 | 10 |
| Total | | 20 | 100 |

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa setelah dilakukan Akupresur dan pemberian temulawak hampir seluruhnya (90%) berat badan balita meningkat. Dari analisis data menggunakan uji *wilcoxon* maka didapatkan nilai $P = 0,000$ dimana ($P < 0,05$) hal ini membuktikan ada perbedaan sebelum menggunakan treatment dan setelah treatment.

Pembahasan

Berat badan pada anak usia balita digunakan sebagai indikator terbaik untuk mengetahui nafsu makan anak yang pada akhirnya melihat kondisi gizi dan tumbuh kembang anak. Karena jika terdapat perubahan berat badan, maka dapat dilakukan pengukuran ulang secara objektif dengan cara timbang berat badan.

Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 12 sampai 36 bulan. Hal ini sesuai dengan teori bahwa kesulitan makan sering dialami oleh anak-anak terutama pada rentang usia 1-3 tahun, yang disebut juga dengan usia food jag, yaitu anak hanya makan makanan yang disukai atau bahkan sulit untuk dimakan, seringkali hal ini dianggap wajar, namun keadaan kesulitan makan yang berkepanjangan akan menimbulkan masalah pada tumbuh kembang anak[8].

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa sebagian besar balita mengalami kenaikan berat badan setelah akupresur dan pemberian temulawak. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Puspitasari[13] yang menyatakan bahwa temulawak berpengaruh positif terhadap kesulitan makan pada bayi. Demikian juga penelitian [7] mengatakan bahwa setelah dilakukan akupresur dan pemberian temulawak, sebagian besar balita mengalami kenaikan berat badan, artinya akupresur dan pemberian temulawak efektif dalam meningkatkan berat badan balita.

Manfaat akupresur adalah untuk mengatasi kesulitan makan pada bayi dengan memperlancar peredaran darah di limpa dan pencernaan, melalui penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi. Balita yang kekurangan berat badan dengan akupresur akan membuat peredaran darah pada getah bening dan sistem pencernaan lebih lancar sehingga nafsu makan meningkat dan penyerapan nutrisi atau nutrisi lebih optimal alhasil dapat menambah berat badan[8]. Akupresur termasuk dalam pengobatan alternatif atau keperawatan komplementer. Agar nafsu makan kembali normal, pijat dilakukan di titik ST36 (Zusanli), CV12 (Zhongwan), SP3 (Taibai), SP6 (San Yinjio). Jika nafsu makan Anda berkurang, tambahkan titik ST25 (Tianshu) yang terletak di dua sisi kiri dan kanan pusar [8]. Penyebab paling umum dalam kasus kesulitan konsumsi pada balita adalah karena gangguan fungsi limpa dan pencernaan. Sehingga makanan yang masuk ke lambung tidak langsung tercerna yang mengakibatkan tersendatnya makanan di saluran cerna, keluhan yang dilakukan orang tua pada masalah ini adalah anak sering muntah, mual jika diberi makan, dan perut terasa penuh sehingga mengurangi nafsu makan atau bahkan tidak nafsu makan sekali. Pijatan ini akan memperlancar peredaran darah ke limpa dan pencernaan. sedangkan temulawak Temulawak yang mengandung zat kurkumin dan kurkuminoid memiliki kegunaan secara farmakologi sebagai antihepatoksis, antioksidan, dan meningkatkan nafsu makan.

4. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan Ada perbedaan yang signifikan setelah dilakukan treatment dengan nilai $P = 0,000$ ($P < 0,05$) yang artinya ada pengaruh akupresur dan temulawak terhadap peningkatan nafsu makan balita berdasarkan kenaikan berat badan.

5. Ucapan terima kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang telah memberikan dukungan materi untuk pelaksanaan penelitian ini. Selain itu juga terimakasih kepada pimpinan Klinik Holistik care dan bidan yang telah membantu memfasilitasi dalam pelaksanaan pengambilan data penelitian ini.

Daftar Pustaka

- [1]. Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2015). Rekomendasi Ikatan Dokter Anak Indonesia: Asuhan Nutrisi Pediatrik (Pediatric Nutrition Care)
- [2]. Dinkes Kab Sidoarjo. (2020). Profil Kesehatan Kabupaten Sidoarjo
- [3]. Marimbi, H. (2010). Tumbuh kembang, Status Gizi & Imunisasi Dasar Pada Balita Edisi I. Yogyakarta : Nuha Medika
- [4]. Sudjatmoko. (2011). Masalah Makan Pada Anak. *Journal of Medicine*: Vol.10 No.1 Februari 2011: hlm. 36–41.
- [5]. Kesuma, Aristiana dkk. (2015). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Kesulitan Makan Anak Prasekolah. *JOM* : Vol 2 No 2, Oktober 953
- [6]. Wong, M. Fery. (2011). Panduan Lengkap Pijat. Jakarta: Penebar plus
- [7]. Sukanta, P. Okta. (2010). Akupressur & Minuman untuk Mengatasi Gangguan Kesehatan Reproduksi. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Procedia of Sciences and Humanities

Proceedings of the 1st SENARA 2022

- [8]. Asih, Yusari dan Mugiati. (2018). Akupresur Tuina Efektif Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak Balita. *Jurnal Keperawatan*, Volume XIV, No. 1, April 2018 ISSN 1907 – 0357
- [9]. Hartono, RIW. (2012). Akupresure untuk berbagai penyakit. Edisi I. Yogyakarta :Rapha Publishing.
- [10]. Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Provinsi Jawa Timur. (2017). Kasus Gizi Buruk JatimTurun. Diakses dari : <http://bappeda.jatimprov.go.id/2017/07/17/kasus-gizi-buruk-jatim-turun/>
- [11]. Friesland Campina Institute. (2020). Hasil Laporan Terbaru Tentang Gizi Oleh Badan PBB. Diakses dari: <https://www.frieslandcampinainstitute.com/id/berita/hasil-laporan-terbaru-tentang-gizi-oleh-badan-pbb/>
- [12]. Sehat Negeriku Sehatlah Bangsa. (2017). Status Gizi Balita dan Interaksinya. Diakses ari: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/blog/20170216/0519737/status-gizi-balita-dan-interaksinya/>
- [13]. Puspitasari, L. (2020). Kreasi dan Inovasi COMUT (Coklat Temulawak Imut) Penambah Nafsu Makan. *Jurnal ABDIMAS-HIP: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 88-93.
- [14]. Utami, W. T., & Heli, A. S. K. (2015). Effect of Vitamins, Honey and Temulawak on the Appetite Improvement of Children Age 2 Years in Sembung Sukorame Lamongan. *Asuhan Kesehatan: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*, 6(2)