



## PENGARUH TUI NA MASSAGE DAN CITRONELLA OIL TERHADAP BALITA DENGAN PICKY EATER

Mutiara Sani<sup>1</sup>, Rita Ayu Yolandia<sup>2</sup>, Retno Sugesti<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Profesi Bidan, Fakultas Vokasi, Universitas Indonesia Maju

<sup>2</sup>Program Profesi Bidan, Fakultas Vokasi, Universitas Indonesia Maju

<sup>3</sup>Program Profesi Bidan, Fakultas Vokasi, Universitas Indonesia Maju

E-mail: [sanimutiara430@gmail.com](mailto:sanimutiara430@gmail.com)<sup>1</sup>, [rita.kebidanan@gmail.com](mailto:rita.kebidanan@gmail.com)<sup>2</sup>, [retnosugesti.uima@gmail.com](mailto:retnosugesti.uima@gmail.com)<sup>3</sup>

### Article History:

Received: 30-10-2023

Revised: 10-11-2023

Accepted: 17-11-2023

### Keywords:

Balita Picky Eater, Tui Na Masage, Citronella oil

**Abstract:** *Picky eater adalah sikap memilih-milih makanan yang merupakan salah satu bentuk dari kesulitan makan pada anak dimana anak hanya ingin makanan yang diinginkannya saja. Picky eater dapat berpengaruh terhadap kesehatan gizi dikarenakan anak dengan perilaku ini cenderung memiliki tingkat konsumsi makanan yang rendah terhadap beberapa jenis makanan tertentu. Sedangkan Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh beberapa factor salah satunya dipengaruhi oleh status gizi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Tuina Massage dan Citronella Oil Terhadap Balita Dengan Picky Eater di PMB Bidan M Bogor Tahun 2023. Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Dalam penelitian ini terdapat 2 orang sebagai sampel dimana 1 orang mendapatkan intervensi dengan mealukan Tui Na Masaage dengan menggunakan Citronella Oil dan 1 orang sampel tanpa intervensi apapun haya berupa edukasi. Berdasarkan hasil penelitian tersebut setelah dilakukan observasi dengan intervensi Tui Na Massage dengan menggunakan Citronella Oil didapatkan hasil yang signifikan dimana terdapat peningkatan nafsu makan pada balita. Hal ini menunjukkan Tui Na Massage dengan menggunakan Citronella Oil lebih evektif dibandingkan balita dengan tanpa intervesi.*

© 2023 SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah

## PENDAHULUAN

Balita memiliki karakteristik tersendiri dalam berbagai bidang pertumbuhan dan perkembangan. Usia balita merupakan masa emas dalam pertumbuhan dan perkembangan serta merupakan masa kritis untuk menentukan perkembangan fisik dan mental dalam kehidupan selanjutnya. Pertumbuhan dapat dilihat dari berat badan dan lingkaran kepala, sedangkan perkembangan dapat dilihat dari kemampuan motorik, social emosiona kemampuan berbahasa, serta kemampuan kognitif. Pertumbuhan

dan perkembangan anak dipengaruhi oleh beberapa factor salah satunya dipengaruhi oleh status gizi .

*Picky eater* adalah sikap memilih-milih makanan yang merupakan salah satu bentuk dari kesulitan makan pada anak dimana anak hanya ingin makanan yang diinginkannya saja. *Picky eater* dapat berpengaruh terhadap kesehatan gizi dikarenakan anak dengan perilaku ini cenderung memiliki tingkat konsumsi makanan yang rendah terhadap beberapa jenis makanan tertentu, yakni daging, sayuran ataupun buah-buahan, serta sering memilih makanan yang menjadi preferensinya.(Pebruanti and Rokhaidah, 2022).

*World Health Organization* (2017) menyebut bahwa 42% dari 15,7 juta kematian anak di dunia pada rentang usia 5 tahun kebawah, sebagian besar oleh gizi buruk yang disebabkan oleh anak *picky eaters*. Hal ini terjadi paling banyak di negara Asia dan Afrika. Di Singapura, ditemukan prevalensi kejadian *picky eater* sebanyak 25,1%, lebih rendah dibanding di Indonesia.(Idhayanti *et al.*, 2022) di China menemukan bahwa prevalensi *picky eater* lebih tinggi pada usia 24-35 bulan sebanyak 36% dibandingkan usia 6-11 bulan yang hanya sekitar 12%. Prevalensi *picky eaters* di Indonesia sekitar 33,6% pada anak di bawah usia 5 tahun Angka kejadian *picky eater* pada tahun 2018 diwilayah berbagai negara cukup tinggi.

Pertumbuhan dan perkembangan balita merupakan suatu hal yang perlu mendapat perhatian besar Prevalensi masalah kesulitan makan menurut klinik perkembangan anak dari Affiliated program for children development di University George Town mengatakan 6 jenis kesulitan makan pada anak yaitu hanya mau makan makanan cair atau lumat: 27,3%, kesulitan menghisap, mengunyah atau menelan: 24,1%, kebiasaan makan yang aneh dan ganjil: 23,4%, tidak menyukai variasi banyak makanan: 11,1%, keterlambatan makan sendiri: 8,0%, mealing time tantrum: 6,1% . Menurut Riskesdas (2018) didapatkan hasil prevalensi kesulitan makan sebesar 33,6%, 44,5% diantaranya menderita malnutrisi ringan sampai sedang dan 79,2 % dari subjek penelitian telah mengalami kesulitan makan lebih dari 3 bulan.(Verawati, Afrinis and Yanto, 2021)

Penyebab umum kesulitan makan pada balita dibedakan dalam 3 faktor, diantaranya adalah hilangnya nafsu makan gangguan fungsi saluran cerna, dan gangguan proses makan. Anak dengan Sebagian besar disebabkan karena kesulitan makan yaitu gangguan proses makan atau gangguan oral motor. Anak yang mengalami gangguan oral motor atau pergerakan mulut ini akan mengakibatkan gangguan mengunyah dan menelan. Penurunan nafsu makan anak yang berlangsung lama dapat menyebabkan pertumbuhan menjadi terhambat anak dengan nafsu makan menurun akan menyebabkan imunitas menurun sehingga anak mudah sakit. Anak yang mudah sakit cenderung nafsu makannya menurun sehingga asupan nutrisinya berkurang .(Astuti *et al.*, 2018)

Upaya mengatasi kesulitan makan dapat dilakukan dengan cara non farmakologi maupun farmakologi. Upaya dengan farmakologi yaitu pemberian multivitamin, penambah nafsu makan, suplemen, susu dan mikronutrien lainnya. Upaya non farmakologi dapat dilakukan melalui minuman herbal atau jamu, pijat, akupresur, dan akupunktur .(Kinasih, 2022)

Dalam studi pendahuluan di lingkungan penulis sendiri masih banyaknya para ibu yang mengeluh sulitnya dalam memberikan makan pada anak menjadi hal yang perlu di perhatikan guna menunjang kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan anak. di dapatkan dari 40 orang ibu yang memiliki balita terdapat 25 ibu yang mengeluhkan anaknya sulit makan, sehingga kebutuhan nutrisi kesehariannya belum sepenuhnya terpenuhi dan anak hanya gemar dengan jajanan yang lain. Maka dari itu penulis tertarik

mengambil judul penelitian tersebut, guna mengetahui Pengaruh Tui Na Massage dan Citronella Oil Terhadap Balita Dengan Picky Eater di PMB Bidan M Bogor Tahun 2023.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif berupa pendekatan studi kasus. Studi kasus dilaksanakan pada bulan Agustus 2023. Peneliti menggunakan proses asuhan kebidanan dari tahap pengkajian hingga evaluasi. Sampel yang digunakan adalah An. A. dan An. K, Penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2023 di PMB Bidan M Bogor selama 14 hari. Studi kasus dilakukan dengan melakukan pengumpulan data dari hasil observasi, wawancara, dokumentasi rekam medis hingga melakukan asuhan kebidanan pada kasus yang ada pada klien. Proses pengumpulan data menggunakan instrument format pengkajian dan melakukan intervensi pemberian perlakuan dengan memberikan pijat *Tui Na* dan *citronella oil* sedangkan pada kelompok kontrol peneliti hanya memberikan konseling.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Intervensi yang diberikan terhadap anak dengan *Picky Eater* selama 14 hari dan dilakukan 3 kali observasi. Pada hari pertama didapatkan keterangan dari ibunya bahwa anak susah makan buah, sayur dan daging anak hanya minum susu formula dan snek. Pada kunjungan ke dua anak mulai mau makan beberapa jenis macam makanan seperti daging dan sayuran sedikit demi sedikit. Pada kunjungan ke tiga anak sudah banyak mau makan berbagai jenis makanan dan tidak susah seperti sebelumnya, dan jumlah minum susu formula berkurang dari biasanya sehingga makannya lahap.

Penelitian yang dilakukan Lusiana Meinawati (2021) Pemberian pijat *Tui Na* pada balita usia 1 s.d 5 tahun lebih efektif dan memberikan dampak untuk mengatasi kondisi sulit makan dibandingkan dengan pemberian multivitamin. (Meinawati, 2021)

Selain itu penelitian yang dilakukan Dewi Kurniati dkk (2022) terhadap *Citronella Oil* yang diberikan sebagai aroma terapi memberikan pengaruh terhadap nafsu makan pada balita. (Dinar Maulani, 2022)

Menurut penelitian jika ibu melakukan *Tui Na Massage* dengan menggunakan *Citronella Oil* sebagai pelumasnya dengan dilakukan secara rutin dalam 6 hari berturut-turut dengan cara yang baik dan benar, makan akan memberika hasil yang efektif terhadap perubahan nafsu makan balita. Tentunya dengan pemenuhan asupan nutrisi yang seimbang sehingga mempengaruhi kesehatan balita.

Balita dengan tanpa Intervensi yang dilakukan pemantauan selama 14 hari dengan melakukan kunjungan sebanyak 3 kali observasi. Didapatkan keterangan pada kunjungan pertama ibunya mengatakan bahwa anaknya susah untuk makan buah, sayur, dan daging. Anak hanya mau cemilan jajanan dan jarang minum susu. Pada kunjungan ke dua Ibu mengatakan anaknya belum mau makan banyak sayuran dan daging, namun hanya satu jenis sayuran saja yaitu wortel. Sedangkan pada kunjungan ke tiga Ibu mengatakan anak sudah mulai mau makan berbagai jenis sayuran namun belum mau makan daging ataupun ayam. Susu formula masih tetap pada posrsi seperti biasa.

Penelitian yang dilakukan Freiesca Ayudia dkk (2021) pemberian edukasi tanpa intervensi yang diirikan yaitu terdapat peningkatan pengetahuan subjek setelah diberikan penyuluhan, namun belum ada peningkatan untuk melakukan perubahan sikap subjek. Kegiatan ini mampu meningkatkan subjek mengenai gizi seimbang untuk balita dan keterampilan memberikan makanan pada balita *picky eater*.(Aryanti and Sugiatmi, 2021)

menurut penelitian yang telah dilakukan bahwa dengan memberikan edukasi tanpa memberikan intervensi makan akan meningkatkan pengetahuan bagi ibu dalam memberikan kebutuhan nutrisi bagi anaknya, namun tidak memberikan stimulus secara langsung terhadap balita yang mampu meningkatkan/memperbaiki nafsu makannya.

Hal ini dapat dilihat pada tabel Perbandingan yang ditemukan pada penelitian ini .

**Tabel 1 Perbandingan Balita Dengan Picky Eater yang diberikan Tui Na massage Dengan Menggunakan Citronella Oil dan balita Tanpa Diberikan Intervensi**

Kunjungan	Balita Dengan Intervensi	Balita Tanpa Intervensi
1	anak susah makan buah, sayur dan daging anak hanya minum susu formula dan snek, dengan pola makan tidak menentu 3 kali makan dalam 1 mgg dengan porsi kecil $\leq 3$ sdm dengan telur dan kecap saja.	Anak susah untuk makan buah, sayur, dan daging, dengan pola makan tidak menentu. Dengan 2-3 kali dalam seminggu dengan porsi kecil. Anak lebih banyak jajanan warung dan susu formul.
2	anak mulai mau makan beberapa jenis macam makanan seperti daging dan sayuran sedikit demi sedikit, dan pola makan meningkat 1- 2 kali dalam sehari dengan porsi kecil dengan variasi menu makanan.	anaknya belum mau makan banyak sayuran dan daging, namun hanya satu jenis sayuran saja yaitu wortel, namun pola makan belum teratur 2-3 kali makan dalam seminggu dengan porsi kecil.
3	anak sudah banyak mau makan berbagai jenis makanan dan tidak susah seperti sebelumnya, dan jumlah minum susu formula berkurang dari biasanya sehingga makannya lahap, dan mulai makan secara teratur sehari 2-3 kali / hari dengan porsi sedang.	anak sudah mulai mau makan berbagai jenis sayuran namun belum mau makan daging ataupun ayam. Susu formula masih tetap pada porsi seperti biasa, dan pola makan masih belum teratur yaitu 2-3 kali dalam seminggu dengan porsi sedang, selebihnya anak makan jajanan snack

Sumber : Hasil Asuhan Kebidanan

Setelah dilakukan observasi pada balita yang diberikan intervensi *Tui Na Massage* dengan *Citronella Oil* terdapat perubahan yang signifikan dimana pada kunjungan pertama balita dengan nafsu makan yang kurang dan tidak menentu. Pada kunjungan ke dua menunjukkan pola makan yang meningkat dimana mulai mau makan teratur 2 kali dalam sehari. Dan pada kunjungan ke tiga anak mulai makan teratur 2-3 kali dalam sehari dengan variasi makanan.

Pada pasien yang tanpa diberikan intervensi menunjukkan hasil bahwa pada kunjungan pertama balita dengan nafsu makan tidak menentu dan tidak teratur, pada kunjungan ke dua mulai mau makan beberapa jenis sayuran namun pola makan masih

belum teratur, dan pada kunjungan ke tiga anak mulai mau makan berbagai macam jenis makanan namun masih belum teratur.

Penelitian ini menujkan bahwa ada perbedaan pada balita yang di berikan intervensi dengan *Tui Na Massage* dengan *Citronella oil* dan pada balita dengan tanpa diberikan intervensi. Dalam hal ini menunjukkan bahwa balita dengan *intervensi Tui Na Massage* dengan *Citronella Oil* menunjukkan hasil yang efektif dalam meningkatkan nafsu makan terhadap balita dengan *Picky eater*.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang “ Pengaruh *Tui Na Massage* dan *Citronella Oil* Terhadap Balita Dengan *Picky Eater*” Didapatkan hasil balita yang susah makan berbagai jenis makanan dengan pola makan tidak teratur setelah diberikan intervensi maka terjadi peningkatan nafsu makan dan mau makan berbagai jenis variasi makanan. Dan perkembangan balita dengan *Picky Eater* yang tidak diberikan intervensi dan hanya edukasi. Didapatkan hasil balita yang susah makan berbagai jenis makanan dengan pola makan tidak teratur mengalami perubahan yaitu mulai mau makan beberapa jenis variasi makanan namun pola makan masih tidak menentu. sehingga terdapat perbandingan bahwa pemberian *Tui Na Massgae* dengan *Citronella Oil* memberikan pengaruh yang cepat dibandingkan dengan tanpa intevensi

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

1. Drs. H. A. Jacob Chatib, selaku Ketua Yayasan Indonesia Maju
2. Prof. Dr. Dr. dr. H. M. Hafizurrachman, MPH, selaku Pembina Yayasan Indonesia Maju.
3. Dr. Astrid Novita SKM.,MKM., selaku Rektor Universitas Indonesia Maju.
4. Susaldi, S.ST.,M.Biomed, selaku Wakil Rektor I Universitas Indonesia Maju.
5. Dr. Rindu, SKM.,M.Kes, selaku Wakil Rektor II Universitas Indonesia Maju.
6. Hidayani, AM.Keb.,SKM.,MKM, selaku Dekan Fakultas Vokasi Universitas Indonesia Maju.
7. Hedy Hardiana, S.Kep., M.KM, selaku Wakil Dekan Fakultas Vokasi Universitas Indonesia Maju.
8. Fanni Hanifa, S.ST.,M.Keb, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Universitas Indonesia Maju.
9. Rita Ayu Yolandia, S.ST, MKM, selaku pembimbing SCLR yang telah berkenan membimbing, mengarahkan, dan membantu penulis dalam penyusunan SCLR ini.
10. Retno Sugesti, S.ST.,M.Kes selaku penguji SCLR yang telah berkenan membimbing, mengarahkan, dan membantu penulis dalam penyusunan SCLR ini
11. Seluruh dosen dan staff UIMA Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi Universitas Indonesia Maju yang telah berkenan membuka cakrawala ilmu pengetahuan kepada penulis.

## **DAFTAR REFERENSI**

- [1] Aryanti, F.A. and Sugiati, S. (2021) ‘Edukasi Pemberian Makanan pada Ibu Balita Stunting dengan Picky Eater’, *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, 2(2), pp. 108–113. Available at: <https://doi.org/10.36590/jagri.v2i2.182>.
- [2] Astuti, E.P. *et al.* (2018) ‘PERILAKU PICKY EATER DAN STATUS GIZI PADA ANAK TODDLER’, *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 3(1), pp. 81–

85. Available at: <https://doi.org/10.31764/MJ.V3I1.155>.
- [3] Choirul Anna Nur Afifah, S.P.M.S. *et al.* (2022) *Buku Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Deepublish. Available at: <https://books.google.co.id/books?id=tGZoEAAAQBAJ>.
- [4] Dinar Maulani, E.S. (2022) 'Jurnal Penelitian Perawat Profesional', *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(1), pp. 153–158.
- [5] Henri (2018) 'Definisi Gizi', *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., pp. 8–18.
- [6] Idhayanti, R.I. *et al.* (2022) 'Pola Asuh Orang Tua Mempengaruhi Perilaku Picky Eater Pada Anak Prasekolah', *Midwifery Care Journal*, 3(4), pp. 103–114. Available at: <https://doi.org/10.31983/micajo.v3i4.9159>.
- [7] Kinasih, W. (2022) 'Penerapan Pijat Tuina Dengan Minyak Sereh Sebagai Stimulasi Peningkatan Nafsu Makan Pada An.Z Umur 3 Tahun Di PMB Nurhasanah, S.Tr.Keb Bandar Lampung Tahun 2022'.
- [8] Meinawati, L. (2021) 'PENGARUH TUI NA MASSAGE TERHADAP PICKY EATER PADA BALITA USIA 1 s.d 5 TAHUN DI BPM LILIS SURYAWATI JOMBANG', *Jurnal Insan Cendekia*, 8(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.35874/JIC.V8I1.805>.
- [9] Nurhayati, L. (2020) 'Picky Eaters Pada Anak Usia Dini Di Kabupaten Bandung', (2016), pp. 23–34.
- [10] Pebruanti, P. and Rokhaidah (2022) 'Hubungan Picky Eating Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Prasekolah Di Tka Nurul Huda Tumaritis Kabupaten Bogor', *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 6(1), pp. 1–11. Available at: <https://ejournal.upnvj.ac.id/Gantari/article/view/3181>.
- [11] *Pijat Tui Na untuk Meningkatkan Nafsu Makan Anak • ProSehat* (no date). Available at: <https://www.prosehat.com/artikel/artikelkesehatan/pijat-tui-na-untuk-meningkatkan-nafsu-makan-anak> (Accessed: 18 June 2023).
- [12] Sukmawati, E. *et al.* (2023) *Asuhan Kebidanan Komplementer Berbasis Bukti (Evidance Based)*. Global Eksekutif Teknologi. Available at: <https://books.google.co.id/books?id=C761EAAAQBAJ>.
- [13] Syah, A., Pujiyanti, D. and Widyantoro, T. (2019) 'Asupan Makanan Pada Balita', pp. 4–11.
- [14] Verawati, B., Afrinis, N. and Yanto, N. (2021) 'Hubungan Asupan Protein Dan Ketahanan Pangan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Masa', *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(April), pp. 415–423. Available at: <https://staff.universitaspahlawan.ac.id/upload/publikasi/360-lampiran.pdf>.