Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
5 (2) 2025, Page: 17271-17276

Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Kesulitan Makan Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1

Ratna Susanti[1*], Rika Herawati[2]
Universitas Pasir Pengaraian

Email: ratnasusantii651@gmail.com

Published: July , 2025

ABSTRAK

Salah satu masalah yang terjadi pada balita adalah kesulitan makan. Kesulitan makan dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan, serta status gizi pada anak. Kesulitan makan dapat diatasi dengan melakukan pijat *Tui Na*. Pijat *Tui Na* efektif mengatasi kesulitan makan pada balita dengan cara memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1. Penelitian ini menggunakan metode pre ekperimen dengan desain penelitian *one group pre test and post test*, menggunakan alat lembar kuisioner. Populasi penelitian ini adalah seluruh balita yang mengalami kesulitan makan yang berjumlah 11 orang. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan teknik non probability sampling yaitu dengan menggunakan sampel jenuh, yaitu semua jumlah populasi digunakan sebagai sampel yang berjumlah 11 orang. Hasil penelitian dari analisa data rata - rata kesulitan makan balita sebelum dilakukan pijat *Tui Na* yaitu (74,91) sedangkan rata – rata kesulitan makan balita sesudah di lakukan pijat *Tui Na* yaitu (86,44). Berdasarkan hasil data uji statistik T-Dependen bahwa didapatkan nilai *P-value* 0,000 < 0,05 yang artinya ada pengaruh pijat pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita di Wilayah kerja Puskesmas Tambusai 1. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi serta dasar pengetahuan bahwa adanya keterkaitan pengaruh pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita.

Kata Kunci: Balita, Kesulitan Makan, Pijat Tui Na

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Kesulitan makan merupakan ketidakmampuan anak dalam mengkonsumsi jumlah makanan yang dibutuhkannya. Sebagian besar penurunan nafsu makan pada balita ditandai dengan masalah perkembangan, sementara penurunan nafsu makan pada anak-anak disertai dengan masalah pertumbuhan. (Di et al., 2024). Kesulitan makan sering dialami oleh anak terutama rentang usia 1-5 tahun yang disebut juga usia food jag, yaitu anak hanya makan pada makanan yang disukai atau bahkan sulit makan. Kesulitan makan juga dipengaruhi oleh pola asuh pemberian makan orang tua. Orang tua yang memberikan jenis makanan yang kurang beragam akan menyebabkan nafsu makan anak menurun.

Penurunan nafsu makan anak yang berlangsung lama dapat menyebabkan pertumbuhan menjadi terhambat. Sulit makan berkepanjangan berakibat menurunnya asupan kalori yang dibutuhkan sehingga dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Dampak sulit makan pada awalnya berpengaruh terhadap berat badan (tetap/dapat turun) kemudian akan

memengaruhi tinggi badan serta status gizi. Anak dengan nafsu makan menurun akan menyebabkan imunitas menurun sehingga anak mudah sakit.

Penyebab tersering pada kasus kesulitan makan pada balita dikarenakan gangguan fungsi limpa dan pencernaan. Makanan yang masuk kedalam perut tidak segera dicerna, yang berakibat pada stagnasi makanan dalam saluran cerna, keluhan yang disampaikan orang tua pada masalah ini adalah anak sering muntah, mual jika disuapi, dan perut terasa penuh sehingga mengurangi nafsu makan atau bahkan tidak nafsu makan sama sekali (Yanti et al., 2021).

Asupan nutrisi atau makanan yang bergizi sangat penting pada masa balita. dimana pada masa ini adalah masa emas pertumbuhan dan perkembangan serta merupakan masa rawan untuk menentukan perkembangan fisik dan mental selanjutnya, pada masa ini terbentuk dasar-dasar kemampuan sensorik, berpikir, berbicara, serta pertumbuhan mental dan intelektual yang intensif. Beberapa masalah yang sering terjadi pada pemenuhan gizi adalah defisiensi mikronutrien penting, gizi kurang atau malnutrisi mencakup stunting (tinggi badan rendah menurut usia), underweight (berat badan rendah menurut usia), wasting (berat badan rendah menurut tinggi badan) serta kelebihan berat badan atau obesitas (Widaryanti et al., 2023)

Stunting adalah kegagalan tumbuh kembang pada anak akibat kekurangan gizi kronis pada anak di bawah usia 5 tahun, terutama selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) pada masa janin hingga usia 24 bulan. Anak stunting akan mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal, serta biasanya anak akan mengalami retardasi pertumbuhan intelligence quotient (IQ) yang lebih rendah dari rata-rata IQ anak normal (Sandari, 2023). Stunting berdampak pada tingkat kecerdasan, kerentanan terhadap penyakit dan penurunan produktifitas (Raksun et al., 2022).

Tingginya angka kejadian stunting masih menjadi perhatian pemerintah. Berdasarkan hasil SSGI (Studi Status Gizi Indonesia) tahun 2021 angka stunting secara nasional mengalami penurunan sebesar 1,6%. Pada tahun 2019 sebanyak 27,7% dan menurun ditahun 2021 menjadi 24,4%. Berdasarkan pendataan yang dilakukan BKKBN Provinsi Riau, pada tahun 2022 persentase angka stunting di Riau sebanyak 24,1 persen. Kabupaten Rokan Hulu termasuk ke dalam salah satu dari 100 kabupaten kota di Indonesia, dan satu-satunya Kabupaten di Provinsi Riau sebagai lokus stunting. Berdasarkan data Tahun 2021 terkait prevalensi stunting Kabupaten Rokan Hulu masih tinggi yakni mencapai 17,9% (Bubung Bunyamin & Fajar Alan Syahrier, 2024).

Upaya dalam menangani kesulitan makan pada balita dapat dilakukan secara Non-Farmakologis yaitu dengan pemanfaatan herbal, penggunaan aroma terapi, pola asuh orang tua terhadap anak, feeding rules, akupresur, dan juga bisa dilakukan pemijatan ringan terhadap balita yang mengalami kesulitan makan.

Pijat *Tui Na* merupakan teknik pijat dari Cina untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan dengan cara memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan, melalui modifikasi dari akupuntur tanpa jarum, teknik ini menggunakan penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga relatif mudah digunakan dibandingkan akupuntur (Yanti et al., 2021). Pijat *Tui Na* (diucapkan "twee nah") *Tui* yang berarti menekan, dan *Na* yang berarti menggenggam. Pijat *Tui Na* dapat meningkatkan pertumbuhan, peningkatan daya tahan tubuh, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak, mempercepat perkembangan otak dan sistem saraf (Saidah, 2020). Sistem kerja Pijat *Tui Na* yaitu menghilangkan rasa sakit dan meningkatkan mobilitas tubuh dan sirkulasi darah sehingga memberikan efek bagi tubuh untuk menerima lebih banyak nutrisi (Ratnaningsih, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Maulida & Sutrisna, 2024) dengan judul "Pengaruh Pemberian Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Dan Penambahan Berat Badan Balita Stunting" di dapati Hasil penelitian adanya pengaruh terhadap peningkatan nafsu

makan sebelum dan sesudah diberikan pijat *Tui Na*, dengan nilai p value 0,000. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ningsih & Ramadhena, 2023) didapatkan nilai p value = 0,000 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata kesulitan makan pada balita sebelum dan sesudah diberikan pijat *Tui Na*.

Berdasarkan observasi awal di Puskesmas Tambusai 1, diketahui masih banyak jumlah balita yang mengalami gizi kurang, saat di observasi lebih dalam diketahui banyak faktor penyebab dari gizi kurang, salah satunya adalah kesulitan makan karena berkaitan dengan asupan nutrisi yang di butuhkan pada balita. Berdasarkan uraian di atas dan masalah yang ada maka peneliti tertarik untuk mengambil judul "Pengaruh Pijat *Tui Na* terhadap Kesulitan Makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1 Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2024".

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan *one group pretest and posttest design*. Pada *design* ini terdapat *pre test and post test* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Desain penelitian yang digunakan adalah pra eksperimen dengan menggunakan pendekatan *pre-test* dan *post- test one group*. Desain penelitian ini tidak menggunakan kelompok pembanding atau kelompok control.

Tabel 1. Rancangan Penelitian

Kelompok	*Pretest*	Perlakuan	*Posttest*
Eksperimen	01	X	02

01 : Sebelum dilakukan pijat *Tui Na*
X : Perlakuan
02 : Sesudah dilakukan pijat *Tui Na*

Variabel dalam penelitian ini berjumlah dua terdiri dari variabel independen dan variabel dependen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Univariat

Analisa univariat pada penelitian ini dilakukan untuk melihat distribusi rata-rata pada balita yang mengalami kesulitan makan sebelum dan sesudah diberikan pijat *Tui Na*. Adapun hasil analisis univariat dapat dilihat pada uraian berikut:

Tabel 2 Distribusi rata-rata kesulitan makan pada balita sebelum dan sesudah dilakukan pijat *tui na* di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1

Variabel	Mean	Std.Deviation	Min-Max
Kesulitan makan sebelum dilakukan Pijat *Tui Na*	34,90	3,17	30-41
Kesulitan makan sesudah dilakukan Pijat *Tui Na*	24,27	1,19	23-26

Analisis Bivariat

Analisa bivariat pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh Pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita. Berikut ini adalah bentuk penyajian analisis bivariat dan interpretasi dari uji statistik T-Dependent (Pretest-Posttest).

Tabel 2. Distribusi rata-rata pengaruh pijat *tui na* terhadap kesulitan makan pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1

Variabel	Mean	SD	SE	P-Value
Kesulitan Makan sebelum dan sesudah dilakukan Pijat *Tui Na*	10,63	3,90	1,17	0,000

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1 Kabupaten Rokan Hulu dengan subjek penelitian adalah balita yang mengalami kesulitan makan sebanyak 11 responden. Cara pengambilan data pada penelitian ini adalah secara langsung dari responden (data primer) dengan cara menjawab pertanyaan kuesioner pretest dan posttest yang diberikan oleh peneliti. Posttest dilakukan setelah 6 hari pelaksanaan pijat *Tui Na*. Pada penelitian ini terjadi penurunan skala kesulitan makan pada balita. Hal ini ditunjukkan dengan hasil analisis rerata kesulitan makan responden sebelum dilakukan pijat *Tui Na* adalah (34,90)setelah dilakukan pijat *Tui Na*, rerata kesulitan makan menurun menjadi (24,27).

Berdasarkan hasil analisis data uji statistik T- dependent terdapat perbedaan yang signifikan terhadap penurunan kesulitan makan sebelum dan sesudah dilakukan pijat *Tui Na.* Berdasarkan Kesulitan makan pada balita sebelum dan sesudah pijat *Tui na* diketahui bahwa sebelum dilakukan perlakuan seluruh responden mengalami kesulitan makan dengan nilai yang tinggi, sedangkan setelah perlakuan sebagian besar responden mengalami penurunan nilai atau penurunan kesulitan makan. Hal ini dibuktikan dengan di peroleh nilai p = 0,000 hal ini berarti p < 0,05, maka Ho ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita di Wilayah kerja Puskesmas Tambusai 1.

Pijat *Tui Na* merupakan teknik pijat menggunakan tangan dan penerapan tekanan pada titik pijat untuk meredakan gejala, mengobati penyakit, atau membantu memulihkan kesehatan pasien. Manfaat pijat *Tui Na* pada bayi balita meningkatkan nafsu makan, membantu memaksimalkan fungsi pencernaan sehingga dapat meningkatkan berat badan. Pijat *Tui Na* efektif mengatasi kesulitan makan pada balita dengan cara memperlancar peredaran darah ke limpa dan pencernaan sehingga dapat juga membantu meningkatkan berat badan balita (Karmila et al., 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Maulida & Sutrisna, 2024) dengan judul "Pengaruh Pemberian Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Dan Penambahan Berat Badan Balita Stunting" di dapati Hasil penelitian adanya pengaruh terhadap peningkatan nafsu makan sebelum dan sesudah diberikan pijat *Tui Na,* dengan nilai p value 0,000. Sejalan dengan penelitian lain yang dilakukan oleh (Ningsih & Ramadhena, 2023) didapatkan nilai p value = 0,000 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata kesulitan makan pada balita sebelum dan sesudah diberikan pijat *Tui Na.*

Menurut peneliti pijat *Tui Na* efektif dilakukan untuk mengatasi kesulitan makan pada balita. Pijat yang dilakukan di hari ke 3-4 sudah menunjukkan terjadinya penurunan skala kesulitan makan, dibuktikan dengan penurunan nilai pada lembar kuisioner. Selama melakukan penelitian, peneliti terkadang mengalami hambatan yaitu balita yang tidak mau di pijat, balita yang menangis saat di pijat, dan sebagainya. Hasil dari post test masih ada 5 balita yang dikategorikan sulit makan, namun sudah terjadi penurunan skala kesulitan makan selama dilakukan pemijatan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat penurunan rata-rata kesulitan makan pada balita setelah dilakukan pijat Tui Na, dari nilai awal 34,90 menjadi 24,27. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa pijat Tui Na berpengaruh signifikan terhadap kesulitan makan pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1, dengan nilai *p-value* sebesar 0,000. Berdasarkan temuan ini, disarankan agar ibu yang memiliki balita dapat menerapkan pijat Tui Na dalam kehidupan sehari-hari sebagai salah satu upaya mengatasi kesulitan makan. Pihak puskesmas diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk memberikan informasi kepada kader kesehatan agar melakukan edukasi kepada masyarakat mengenai manfaat pijat Tui Na. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai sumber informasi tambahan bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan mengenai keterkaitan antara pijat Tui Na dan kesulitan makan pada balita. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar dilakukan studi lanjutan dengan menggunakan lebih dari dua variabel, metode penelitian yang berbeda, serta populasi yang lebih besar agar hasil yang diperoleh semakin berkembang dan memiliki validitas yang lebih kuat.

REFERENSI

Ade Heryana, SST, M. (2020). *Bahan Ajar Mata Kuliah: Metodologi Penelitian Kuantitatif*.https://www.eurekapendidikan.com/2014/12/hipotesis-penelitian.html

Alamsyah, C. M., Nofita, R., Layinah, E., Siallagan, D., & Suradita, P. K. (2023). Pijat tui na meningkatkan berat badan balita. Kebidanan Malakbi, 4, 51–58.

Amin, N. F. (2023). KONSEP UMUM POPULASI DAN SAMPEL DALAM PENELITIAN. JURNAL PILAR, 14(1), 15–31.

Bubung Bunyamin, & Fajar Alan Syahrier. (2024). Upaya Pemerintah Daerah Dalam Penanggulangan Stunting Di Provinsi Riau: Studi Di Kabupaten Rokan Hulu. SUMUR- Jurnal Sosial Humaniora, 2(1), 21–27. https://doi.org/10.58794/sumur.v2i1.619

Ceria, I., & Arintasari, F. (2023). Efektifitas Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Anak Balita Untuk Mengoptimalkan Tumbuh Kembang. The Shine Cahaya Dunia Ners, 8(01), 1. https://doi.org/10.35720/tscners.v8i01.405

Di, B., Cangkiran, K., & Semarang, M. (2024). J i d a n. 4, 17–24.

Dian Saputri, R. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kesulitan Makan pada Balita. Jurnal Impresi Indonesia, 2(4), 330–340. https://doi.org/10.58344/jii.v2i4.2384

Hidayanti, A. N. (2023). Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Wilayah kerja Puskesmas kaouan kabupaten Blora. Journal of TSCNers, 8(1), 50–61.

Intan, K., Fifit, S., & Afriyani, L. D. (2022). Pengaruh Metode Pijat Tui Na Terhadap Penambahan Berat Badan pada Balita Usia 1-5 Tahun dengan Masalah Berat Badan dan Picky Eater. Journal of Holistics and Health Sciences, 5(1), 135–143.

Karmila, E., Pratiwi, K., & Erista, N. (2023). Pijat Tui Na untuk Meningkatkan Nafsu Makan pada Bayi dan Balita di Desa Blater Lor Kec Bandungan Kab Semarang. 2(2), 956–962.

Maulida, H., & Sutrisna, E. (2024). Pengaruh Pemberian Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Dan Penambahan Berat Badan Balita Stunting. Health Science Journal, 8(1). http://studentjournal.umpo.ac.id/index.php/HSJ

Maulidia, P., Simatupang, N. D., Widayati, S., & Adhe, K. R. (2022). Analisis Variasi Penyajian Menu Makanan terhadap Nafsu Makan pada Anak Usia 2-4 Tahun di Desa Badang. SELING: Jurnal

Program Studi PGRA, 8(2), 159–171. http://jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/seling/article/view/1229

Ningsih, F., & Ramadhena, M. P. (2023). Pengaruh Pijat Tuina untuk Meningkatkan Berat Badan pada Balita di PMB D Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang. MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 3(10), 3166–3182. https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i10.11090

Nuhan, H. G., & Yulianti, E. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Balita di RW 001 Kelurahan Jatinegara Jakarta Timur. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 15(2), 202–210. https://doi.org/10.37012/jik.v15i2.1881

Nurlianawati, L., Nurjanah, A., & Abidin, I. (2023). Pola Asuh Ibu Berhubungan Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun). Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 5(1), 93–102. http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP

Priadana, S., & Sunarsi, D. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. In Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar (Vol. 6, Issue August).

Raksun, A., Irawan, R., Saputri, R. A., Lestari, F. D., Parwati, M., Inayati, R., Permana, D. N. A., Lidiawati, & Darmawansyah, Y. J. (2022). Peningkatan Partisipasi Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Di Desa Seriwe Kecamatan Jerowaru Kabupaten Lombok Timur. Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA, 5(4), 89–93. https://doi.org/10.29303/jpmpi.v5i4.2376

Ratnaningsih, E. (2023). Pelatihan Pijat Tui Na Sebagai Strategi dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita di Padukuhan Setan, Kabupaten Sleman. Welfare: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1(2), 352–359.

Samiasih, A. (2020). Modul Pijat Tui Na Pada Anak (A. Yanto (ed.)). Unimus Press.

Sandari, I. D. (2023). Upaya Pemerintah Desa Terhadap Penanggulangan Stunting Di Desa Koto Tengah Kecamatan Air Hangat Barat Kabupaten Kerinci. JAN Maha, 5(2), 1–23.

Selawati. (2022). Hubungan Perkembangan Motorik, Bahasa dan Sosial Emosional dengan Derajat Stunting pada Balita di Desa Lokus Stunting Kecamatan Mauk Tahun 2022. Repository.Uinjkt.Ac.Id. https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/67151%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/67151/1/SELAWAT - FIKES.pdf

SULISTIANI, O. D. (2022). PEngaruh Media Hygenic Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Hygienegenitalia Saat Menstruasi Di Smpn 5 Kota Bengkulu Disusun.

Widaryanti, R., Muflih, M., Rahmayanti, D. R., Bora, F. A., & Halmawati. (2023). Mengatasi Masalah Makan pada Balita dengan Edukasi Pemanfaatan Herbal. 5(1), 41–45.

Yanti, S., Fitriani, I. M., & Azwar, Y. (2021). The Aromatherapy Tuina Massage For Toddler ' S Appetite. 4(3), 682–689.

Yulizawati, A. R. (2022). buku pertumbuhan balita. indomedia Pustaka.