

Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Puskesmas Tambusai II

Rika Herawati¹ Dian Ramayanti²

¹Program studi S1 Kebidanan/ Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian

²Program studi S1 Kebidanan/ Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian

Corresponding Author: nanaaldriana@upp.ac.id, rahmarahmaa598@gmail.com

Published: August , 2025

ABSTRAK

Permasalahan pertumbuhan yang sering muncul pada balita adalah masalah gizi yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti hilangnya nafsu makan, gangguan fungsi saluran cerna, dan gangguan proses makanan. Pijat tui na merupakan teknik pijat untuk mengatasi kesulitan makan pada balita. Pijat Tui Na merupakan pemijatan dengan titik refleksi yang tefokus pada titik pijat di telapak kaki, kedua telapak tangan dan perut yang bertujuan untuk menormalkan sistem pencernaan dan metabolisme tubuh. Tujuan dilakukan penelitian adalah untuk mengetahui Pengaruh Pijat Tui Na terhadap Peningkatan Nafsu Makan pada Balita di Puskesmas Tambusai II. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan Pra Eksperimen dengan desain One Group Pre Test—Posttest. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 43 orang dan sampel berjumlah 10 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik Purposive Sampling. Analisis data menggunakan uji t-dependent. Hasil analisis didapatkan rata-rata frekuensi sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin adalah (-2.667), dengan standar deviasi (1.093) dan standar error (0.200). dengan hasil uji T Dependent diperoleh p value = 0.000 < 0.05. Hasil ini menunjukkan bahwa H₀ ditolak dan H_a gagal ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Puskesmas Tambusai II. Diharapkan hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu agar ibu balita lebih giat dalam menggali informasi terkait tentang penanganan dalam kesulitan makan pada balita baik secara farmakologi maupun secara non farmakologi

Keywords: Pijat Tui, Nafsu Makan, Balita

ABSTRACT

Tui Na massage is a massage technique to overcome eating difficulties in toddlers. Tui Na massage is a massage with reflexology points that focus on massage points on the soles of the feet, both palms of the hands and the stomach which aims to normalize the digestive system and body metabolism. The purpose of the study was to determine the effect of Tui Na massage on increasing appetite in toddlers at Tambusai II Health Center. This type of research is quantitative research using a Pre-Experimental design with a One Group Pre Test—Posttest design. The population in this study was 43 people and the sample was 10 people. Sampling used the Purposive Sampling technique. Data analysis used the t-dependent test. The results of the analysis showed that the average frequency before and after oxytocin massage was (-2,900), with a standard deviation (1,524) and a standard error (0.200). with the results of the T Dependent test obtained p value = 0.000 < 0.05. These results indicate that H₀ is rejected and H_a fails to be rejected. So it can be concluded that there is The Effect of Tui Na Massage on Increasing Appetite in Toddlers at Tambusai Health Center II. It is expected that the results of this study can help to be more active in exploring related information about handling eating difficulties in toddlers both pharmacologically and non-pharmacologically.

Keywords: Tui Massage, Appetite, Toddler

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 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

Pertumbuhan merupakan suatu kondisi yang mengalami perubahan dalam bentuk jumlah, besar ataupun ukuran. Pertumbuhan dapat dinilai dari parameter berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, lingkaran dada, lingkaran perut, dan sebagainya. Sedangkan perkembangan adalah suatu kondisi ketika fungsi tubuh balita berfungsi dengan baik. Pada proses perkembangan ada empat aspek yang nilai yaitu

motorik halus, motorik kasar, kemampuan bahasa, dan kemampuan sosial. Pada saat proses pertumbuhan dan perkembangan, balita (Centis et al., 2022).

Permasalahan pertumbuhan yang sering muncul pada balita adalah masalah gizi yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti hilangnya nafsu makan, gangguan fungsi saluran cerna, dan gangguan proses makanan (Lestari et al., 2024). Kesulitan makan merupakan masalah dalam pemberian makanan maupun pemenuhan kebutuhan gizi yang pada umumnya dijumpai pada anak dan menjadi masalah kesehatan di seluruh dunia. Sebagian besar kesulitan makan pada bayi dan anak berkaitan dengan gangguan pertumbuhan dan gangguan perkembangan (Hidayat et al., 2021).

Gizi buruk merupakan masalah gizi terbesar yang ditemukan di Indonesia. Penyebab dari Gizi buruk tidak hanya dilihat dari jumlah konsumsinya, namun juga pola makan balita secara keseluruhan yang tidak mencukupi kebutuhan. Untuk mengetahui pengaruh pijat tuina terhadap nafsu makan pada balita (Wulaningsih et al., 2022). Masalah sulit makan pada masa balita perlu mendapatkan perhatian dari orang tua agar kecukupan energi yang dibutuhkan tubuh terpenuhi sehingga pertumbuhan dan perkembangan anak balita dapat optimal (Ceria & Arintasari, 2023).

Penyebab masalah gizi di perkotaan dan perdesaan bukan karena faktor ekonomi namun didominasi oleh gangguan penyerapan makanan. Selain itu, anak juga sering mempunyai kebiasaan makan buruk yaitu anak sering tidak mau makan atau nafsu makan menurun, sehingga menyebabkan status gizinya menurun dan tumbuh kembang anak terganggu atau stunting. Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dapat dilakukan non farmakologi. bersifat safety dan meminimalkan dampak buruk pada anak yakni pijat Tui Na (Puspita et al., 2021).

Pijat tui na merupakan teknik pijat untuk mengatasi kesulitan makan pada balita. Pijat Tui Na merupakan pemijatan dengan titik refleksi yang terfokus pada titik pijat di telapak kaki, kedua telapak tangan dan perut yang bertujuan untuk menormalkan sistem pencernaan dan metabolisme tubuh. (Ceria & Arintasari, 2023).

Pijat secara definisi berarti sistem pengobatan dengan cara menekan-nekan titik tertentu pada tubuh (meridian) untuk memperoleh efek rangsang pada energi untuk meningkatkan kualitas kesehatan. Salah satu teknik pemijatan yang saat ini mulai berkembang adalah teknik pemijatan Tuina dengan salah satu manfaatnya adalah untuk mengatasi masalah nafsu makan yang kurang (Lestari et al., 2024).

Menurut laporan (WHO) pada tahun 2018, prevalensi balita dengan gangguan tumbuh kembang mencapai 28,7%, dan Indonesia merupakan salah satu negara 3 yang termasuk dalam Asia/AsiaRegion(SEAR) negara ke 3 dengan angka prevalensi tertinggi di kawasan. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan 2018 menunjukkan 17,7% bayi usia di bawah 5 tahun (balita) masih mengalami masalah gizi. Angka tersebut terdiri atas balita yang mengalami gizi buruk sebesar 3,9% dan yang menderita gizi kurang sebesar 13,8%.

Kementerian Koordinator bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan (Kemenko PMK) mendapati ada 5,8 juta balita di Indonesia mengalami masalah gizi. Data ini didapat dari hasil

pengukuran dan intervensi serentak pencegahan stunting kepada 15,5 juta balita (90,75 persen) per 1 Juli 2024. Masalah gizi kurang dapat disebabkan oleh karena kurangnya pendidikan dan keterampilan. Sudah berbagai macam alternatif usaha seperti memberikan makanan yang beragam, memberikan wadah makanan yang menarik dilakukan ibu untuk meningkatkan nafsu makan anaknya namun masih juga nafsu makan anak balita tidak meningkat sehingga perlu dilakukan alternative lain seperti Pijat Tuina (Hidayanti, 2023).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan pra eksperimen tanpa kelompok kontrol dengan menggunakan pendekatan one group pretest dan post-test. dengan subjek penelitian adalah seluruh balita yang ada di Desa Suka Maju sebanyak 43 balita. seluruh populasi yang ada dalam penelitian ini adalah balita yang berusia 1-4 tahun yang memiliki kesulitan makan dan bayi yang berusia >5 yaitu bayi yang nafsu makannya meningkat. cara pengambilan data pada penelitian ini adalah data yang dikumpulkan peneliti secara langsung (data primer) dengan menggunakan pretest -posttest dan data yang dikumpulkan oleh orang lain (data sekunder) dari Puskesmas Tambusai II.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi rata-rata Frekuensi Makan Balita Sebelum dilakukan Pijat Tui Na Di Puskesmas Tambusai II

Variabel	Mean	Std. Deviation	Min – Max	N
Sebelum Pijat Tuai Na	3.60	0.770	0.141	2-5

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa, rata-rata frekuensi makan balita sebelum dilakukan pijat Tui Na adalah 3.60 dengan standar deviasi adalah 0.770 dan standar error mean adalah 0.141 dengan frekuensi minimal makan balita sebelum diberi pijat Tui Na adalah 2 dan Frekuensi maksimal adalah 5.

Tabel 2. Distribusi rata-rata Frekuensi Makan Balita Sesudah dilakukan Pijat Tui Na Di Puskesmas Tambusai II

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Std. Error Mean	N
Sesudah Pijat Tuai Na	6.27	0.785	0.143	4-7

tabel 4.2 dapat diketahui bahwa, rata-rata frekuensi makan balita sesudah dilakukan pijat Tui Na adalah 6.27 dengan standar deviasi adalah 0.785 dan standar error mean adalah 0.143 dengan frekuensi minimal makan balita sesudah diberi pijat Tui Na adalah 4 dan Frekuensi maksimal adalah 7.

Tabel 3. Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Puskesmas Tambusai II

Variabel	Mean	SD	SE	95 % CI		<i>P Value</i>
				Lower	Upper	
Sebelum dan sesudah dilakukan pijat Tui Na	-2.667	1.093	0.200	-3.075	-2.258	0.000

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa, perbandingan frekuensi makan sebelum dan sesudah pijat Tui Na dengan jumlah sampel 30 responden didapatkan hasil rata-rata adalah (-2.667), dengan standar deviasi (1.093) dan standar error (0.200). Hasil perbandingan menggunakan tingkat kepercayaan 95% didapatkan hasil lower (-3.075) dan upper (-2.258).

Penelitian ini dilakukan di Desa Suka Maju Kabupaten Rokan Hulu dengan subjek penelitian adalah subjek penelitian adalah seluruh balita yang ada di Desa Suka Maju sebanyak 43 balita. seluruh populasi yang ada dalam penelitian ini adalah balita yang berusia 1-4 tahun yang memiliki kesulitan makan dan bayi yang berusia >5 yaitu bayi yang nafsu makannya meningkat. cara pengambilan data pada penelitian ini adalah data yang dikumpulkan peneliti secara langsung (data primer) dengan menggunakan ~~pretest~~ -~~posttest~~ dan data yang dikumpulkan oleh orang lain (data sekunder) dari Puskesmas Tambusai II.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 10 responden, diketahui bahwa rata-rata frekuensi makan pada balita sebelum dan setelah dilakukan pijat Tui Na adalah (-2.667), dengan standar deviasi (1.093) dan standar error (0.200). Hasil perbandingan menggunakan tingkat kepercayaan 95% didapatkan hasil lower (-3.075) dan upper (-2.258). Hasil uji T ~~Dependent~~ diperoleh p value = 0.000 < 0.05. Hasil ini menunjukkan bahwa H0 ditolak dan Ha gagal ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Puskesmas Tambusai II.

Pijat Tui Na adalah teknik pijat akupresure menggunakan tangan dan penerapan tekanan pada titik meridian untuk meredakan gejala, mengobati penyakit, atau membantu memulihkan kesehatan pasien. Akupresur Tui Na merupakan teknik pengobatan yang murni menggunakan tangan, sehingga tidak memerlukan sedasi atau anastesi. Akupresure Tui Na memberikan tekanan kuat pada tubuh pasien dengan menggunakan teknik meremas dan menekan kulit. Titik akupresure akan diberi tekanan dengan tenaga yang lebih besar untuk melepaskan penyumbatan dan melancarkan aliran darah sehingga lancar, proses ini diulang hingga prosedur selesai (Yulitasari, 2020).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti beramsumsi bahwa dengan melakukan pijat Tui Na maka dapat membantu balita untuk meningkatkan nafsu makan balita. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Puskesmas Tambusai II.

KE Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan:

1. Rata-rata frekuensi makan balita sebelum dilakukan pijat Tui Na adalah 3.60 dengan standar deviasi adalah 0.770 dan standar error mean adalah 0.141 dengan frekuensi minimal makan balita sebelum diberi pijat Tui Na adalah 2 dan Frekuensi maksimal adalah 5.
2. Rata-rata frekuensi makan balita sesudah dilakukan pijat Tui Na adalah 6.27 dengan standar deviasi adalah 0.785 dan standar error mean adalah 0.143 dengan frekuensi minimal makan balita sesudah diberi pijat Tui Na adalah 4 dan Frekuensi maksimal adalah 7.
3. Hasil analisis data dengan uji T ~~dependent~~ didapatkan bahwa Ada Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Puskesmas Tambusai II dengan $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$.

Daftar Pustaka

- Anggreni, D. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. (E.D.Kartiningrum (ed.); Cetakan Pe). STIKes Majapahit Mojokert.
- Asih Y, Mugiati M. Pijat Tuna Efektif dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak Balita. *J Ilm Keperawatan Sai Betik*. 2018;14(1):98.
- Centis, M. C. L., Kusmiyati, Y., & Suwondo, A. (2022). *Peran Akupresur KI3, SP 6, ST 36, ST 25 Motorik Pada Baduta Stunting*.
- 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>
- Fitria, R., Aldriana, N., Wulandari, S., et.al. (2022). *Metodologi Penelitian Kebidanan*.
- Hidayanti, A. N. (2023). Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan Kabupaten Blora. *The Shine Cahaya Dunia Ners*, 8(01), 50. <https://doi.org/10.35720/tscners.v8i01.411>
- Hidayat, T., Triana, N. Y., & Utami, T. (2021). Pengaruh Pijat Tui Na terhadap Nafsu Makan pada Balita: Literature Review. *Seinar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1321-1330.
- Lestari, T. F., Handayani, E. P., & Hasnia, H. (2024). Pemberian Pijatan Tuina Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita Di Klinik Bersalin Angel Hiromi Bumi Sehat Papua Tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, (11), 3183 – 3187.
- Nur Israyati, P., Risa Pitriani, Mk., Een Husanah, M., & Liva Maita, Mk. (2021). *Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi dan Bayi*. http://repo.http.ac.id/id/eprint/372/3/Modul_Ajar_Askeb_Neo_2020-2021.pdf

- Priadana, S., & Sunarsi, D. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. In *jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar* (Vol. 6, Issue August).
- Puspita, Y., Esmianti, F., & Andini, I. F. (2021). Efektifitas Pijat Tuina Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balitastunting Kabupaten Rejang Lebong The Effectiveness Of Tui Na Massage In Increasing The Application Of Tunting Totality In Rejang Lebong. *Kebidanan Basurek*, (1), 17 – 24
- Simanungkalit HM. *Pengaruh Pijat Terhadap Tingkat Kesulitan Makan Balita Usia 1 Tahun*. Media Inf. 2019;15(2):96–100.
<https://ejurnal.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/BMI/article/view/360>
- Wulaningsih, I., Sari, N., & Wijayanti, H. (2022). Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Tingkat Nafsu Makan Balita Gizi Kurang. *Jurnal Edunursing*, 6(1), 17-24. <http://journal.unipdu.ac.id>
- Yulitasari Y. *Aplikasi Akupresur Tui Na Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Anak Balita* [Internet]. Universitas Muhammadiyah Malang; 2020. Available from: <https://repository.unsri.ac.id/12539/>