

## Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Berat Badan Balita *Underweight* Di Puskesmas Kokap II Kulon Progo

Sofi Alriza<sup>1</sup>, Herlin Fitriana Kurniawati<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Asyiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

### Article Info

#### Article history:

Received Maret 21, 2025

Revised Maret 21, 2025

Accepted Maret 21, 2025

#### Kata Kunci:

Pijat Tui Na,  
 Masalah Gizi,  
 Pertumbuhan Balita

#### Keywords:

*Tui na Massage,*  
*Nutritional Problems,*  
*Toddler Growth*

### ABSTRAK

Masa balita merupakan masa yang membutuhkan perhatian khusus karena pada masa ini pertumbuhan dan perkembangan berlangsung sangat cepat. Meskipun demikian, stunting, *underweight*, dan *wasting* merupakan beberapa masalah gizi yang masih dialami anak-anak di Indonesia yang berusia di bawah lima tahun. Pendapatan keluarga yang terbatas (finansial), informasi kesehatan mengenai gizi makanan, jarak kelahiran, prasangka buruk terhadap makanan tertentu, praktik tabu yang merugikan, dan kesukaan yang berlebihan terhadap makanan tertentu merupakan beberapa variabel yang dapat menyebabkan kesulitan gizi. Memberikan pijat pada anak, seperti pijat tui na, merupakan salah satu pendekatan tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat tui na terhadap berat badan balita yang *underweight* di Puskesmas Kokap II Kulon Progo. Metodologi yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Metodologi yang digunakan adalah penelitian praeksperimen dengan desain *single group pretest-posttest*. Pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling, khususnya pada 41 balita di Puskesmas Kokap II Kulon Progo yang memiliki berat badan rendah. Analisis Bivariat Menggunakan Berbagai Uji Sebelum melakukan uji yang lain, peneliti menggunakan *Shapiro-Wilk* untuk melakukan uji normalitas dengan data yang berdistribusi normal. Kemudian, menggunakan SPSS, peneliti melakukan uji t sampel sejawat. Menurut penelitian ini, rata-rata sebelum terapi adalah 9,67, dan rata-rata setelah satu bulan pengobatan adalah 9,94. Menurut data tersebut, pijat tui na memiliki dampak terhadap berat badan anak kurang berat badan di Puskesmas Kokap II Kulon Progo ( $p = 0,000$ , nilai  $p < 0,05$ ). Saran bagi orang tua anak kecil yang seharusnya dapat melakukan pijat tui na sendiri di rumah untuk membantu mereka menambah berat badan.

### ABSTRACT

Toddlerhood is a period that requires special attention because during this period growth and development occur very rapidly. However, stunting, *underweight*, and *wasting* are some of the nutritional problems still experienced by children in Indonesia under the age of five. Limited family income (financial), health information about food nutrition, birth spacing, negative prejudices against certain foods, harmful taboo practices, and excessive liking for certain foods are some of the variables that can cause nutritional difficulties. Giving massage to children, such as tui na massage, is one such approach. The purpose of this study was to determine the effect of tui na massage on the weight of *underweight* toddlers at the Kokap II Kulon Progo Health Center. The methodology used is quantitative research. The methodology used is pre-experimental research with a single group pretest-posttest design. Sampling was carried out using purposive sampling, especially on 41 toddlers at the Kokap II Kulon Progo Health Center who had low body weight. Bivariate Analysis Using Various Tests Before conducting other tests, the researcher used *Shapiro-Wilk* to conduct a normality test with

normally distributed data. Then, using SPSS, the researcher conducted a peer sample t-test. According to this study, the average before therapy was 9.67, and the average after one month of treatment was 9.94. According to the data, tui na massage has an impact on the weight of underweight children at the Kokap II Kulon Progo Health Center ( $p = 0.000$ ,  $p$  value  $<0.05$ ). Suggestions for parents of young children who should be able to do tui na massage themselves at home to help them gain weight.

This is an open access article under the [CC BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license.



**Corresponding Author:**

Sofi Alriza  
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Asyiyah Yogyakarta,  
Yogyakarta, Indonesia  
Email : sofialriza31@gmail.com

## 1. PENDAHULUAN

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2014), masa balita merupakan masa yang perlu mendapat perhatian ekstra karena merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Namun, masih banyak anak balita di Indonesia yang mengalami masalah gizi, seperti pendek, *underweight*, dan kurus. Pendapatan keluarga yang terbatas (finansial), informasi kesehatan mengenai gizi makanan, jarak kelahiran, bias yang tidak menguntungkan terhadap makanan tertentu, praktik tabu yang merugikan, dan preferensi makanan yang ekstrem merupakan beberapa variabel yang dapat menyebabkan kesulitan gizi. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengatasi gangguan makan, meningkatkan penyerapan nutrisi yang aman, dan mengatasi masalah stunting melalui pendekatan yang meminimalkan dampak negatif terhadap anak [1].

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), pada tahun 2022, terdapat 37,0 juta anak yang kelebihan berat badan, 45,0 juta anak yang kekurangan berat badan, dan 148,1 juta anak yang terhambat pertumbuhannya, atau terlalu pendek untuk usianya. Pada tahun 2021, FAO melaporkan bahwa Indonesia merupakan negara dengan tingkat kekurangan gizi tertinggi ketiga di Asia Tenggara [2].

Berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 didapatkan persentase *underweight* di Indonesia mencapai 17,1 % (Minura, 2023). Target prevalensi *underweight* tahun 2023 adalah di bawah 14%, namun dari data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 sebesar 15,9 %. Berdasarkan data status gizi balita Kota Yogyakarta Tahun 2018-2022, diketahui bahwa prevalensi balita *underweight* dengan BB sangat kurang sebesar 1,52% dan BB kurang sebesar 10,42%, sudah mencapai target yang ditetapkan oleh Kementrian Kesehatan Tahun 2022 [3].

Di Kabupaten Kulon Progo menunjukkan bahwa “pada tahun 2022 diperoleh hasil penimbangan posyandu yang dilaporkan sebanyak 23.402 balita, dilakukan penimbangan sebanyak 20.684 balita (88,38%) dengan rincian balita gizi kurang (BB/U) sebanyak 2.274 balita (11%), balita pendek (TB/U) sebanyak 2.057 balita (9,94%) dan balita gizi kurang (BB/TB) sebanyak 1.058 balita (5,1%)” (Dinkes Kulon Progo, 2022). Dari hasil penimbangan posyandu di Puskesmas Kokap II tahun 2022 diperoleh hasil data balita yang ditimbang sebanyak 613 balita dengan rincian balita *underweight* (BB/U) sebanyak 76 (12 %) balita, balita pendek (TB/U) sebanyak 91 (15%) balita dan balita kurus (BB/TB) sebesar 20 (3%) balita (Profil Kesehatan Kulon Progo, 2023).

Kekurangan mineral dan nutrisi ini dapat menyebabkan kekurangan gizi, yaitu suatu kondisi di mana berat dan tinggi badan anak jauh di bawah normal. Kurang nutrisi juga dapat mengganggu sistem kekebalan tubuh pada anak, rawan infeksi, kekurangan energi, meningkatkan durasi serta tingkat keparahan pada penyakit menular, dan jika tidak segera ditangani dapat menyebabkan kematian. Hal ini juga dapat membuat anak berisiko mengalami kelainan perkembangan, yang dapat membuat mereka kurang aktif dan lebih sulit untuk fokus. Anak-anak pada akhirnya akan kesulitan untuk belajar dan berpartisipasi dalam kegiatan kelas [4].

Menurut *United Nations Children's Fund* (UNICEF) Gizi buruk pada anak disebabkan oleh dua hal: penyebab langsung dan tidak langsung. Gizi buruk disebabkan oleh dua hal: asupan makanan yang tidak mencukupi dan penyakit virus. Gizi buruk secara langsung disebabkan oleh makanan yang tidak memadai, kurang nafsu makan, pola asuh yang buruk, dan terbatasnya akses terhadap layanan kesehatan dasar dan air bersih [5].

Pertumbuhan balita dapat dilacak dengan Kartu Menuju Sehat (KMS). Status gizi balita dapat dilihat pada catatan KMS. Bila berat badan balita berada dalam kisaran hijau, berarti pemenuhan gizinya cukup; bila berat badannya di bawah BGM, berarti kekurangan gizi. Anak-anak yang menderita kekurangan gizi dan berat badannya tidak naik dua kali lipat harus dirawat di fasilitas kesehatan [6].

Berbagai program pemerintah dalam menanggulangi masalah gizi salah satunya Posyandu merupakan sarana dan fungsi masyarakat dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. Posyandu membantu dalam pemeliharaan pertumbuhan balita, pemberian vitamin A, vaksinasi, stimulasi pertumbuhan dan perkembangan, serta pendidikan kesehatan dan gizi (Rahmawati dkk., 2020). Undang-Undang Republik Indonesia No. 4 Tahun 2019 menyatakan hal ini terkait peran bidan dalam memberikan pelayanan kesehatan anak.

Bina Keluarga Balita merupakan wadah bagi para ibu dan balita. Dengan mengukur tinggi dan berat badan anak, BKB dapat membantu para ibu dalam memantau tumbuh kembang anak. Sesuai standar, balita usia 12-59 bulan mendapatkan layanan pemantauan tumbuh kembang yang meliputi pemantauan pertumbuhan minimal delapan kali dalam setahun, pengukuran panjang dan tinggi badan dua kali dalam setahun, pemantauan tumbuh kembang minimal dua kali dalam setahun, pemberian vitamin A dua kali dalam setahun, dan vaksinasi lanjutan [7].

Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dan masalah kenaikan berat badan dapat Pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis digunakan. Pemberian multivitamin dan zat gizi mikro lainnya merupakan pendekatan farmakologis. Akupresur, pijat, akupunktur, serta minuman dan obat herbal merupakan contoh teknik nonfarmakologis [8].

Memberikan pijatan pada anak, seperti pijat tui na, adalah salah satu pendekatan yang memungkinkan. Menggoyang, memutar, menarik, membelai, memijat, menggeser, dan menggetarkan merupakan bagian dari teknik pijat ini, yang memengaruhi bagaimana energi tubuh dikembangkan. Melalui modifikasi terapi akupunktur, tui na, metode pijat yang memberikan tekanan pada meridian tubuh atau jalur aliran energi, dapat membantu meningkatkan pencernaan dan sirkulasi darah di limpa. Proses ini seringkali lebih mudah dilakukan daripada akupunktur [9].

Hal ini searah dengan penelitian Yenni Puspita (2021) menunjukkan pemberian Pijat Tuina bermanfaat atau berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan nafsu makan pada balita sehingga berat badan akan meningkat. Serta penelitian Shi-Bing Lianga, Bao-Yong Laic, Hui-Juan Caoa et al., (2020) menunjukkan bahwa tui na pediatrik bermanfaat dan aman untuk pengobatan anoreksia pada anak di bawah 14 tahun.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Januari 2024 diperoleh hasil wawancara dengan salah satu bidan desa bahwa belum pernah dilakukan pijat tui na untuk mengatasi masalah gizi pada anak, serta data yang di dapatkan dari Puskesmas Kokap II Kulon Progo di tahun 2023 dari dua desa didapatkan data balita dengan *underweight* berjumlah 59 balita.

Dari beberapa penjelasan penelitian di atas menunjukkan bahwa terdapat terdapat celah penelitian (*research gap*) dalam penelitian sebelumnya, yaitu meskipun berbagai upaya telah dilakukan untuk mengatasi masalah gizi pada balita, penelitian tentang pijat tui na sebagai metode non-farmakologis masih terbatas, terutama kaitannya dengan peningkatan berat badan balita *underweight*. Sebagian besar intervensi yang ada lebih berfokus pada pemberian suplemen dan edukasi gizi, sementara pijat tui na belum banyak diterapkan di fasilitas kesehatan seperti puskesmas atau posyandu. Selain itu, sosialisasi dan edukasi mengenai metode ini masih minim, sehingga kurang dikenal oleh tenaga kesehatan dan masyarakat.

Berdasarkan hal tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat tui na terhadap berat badan anak-anak yang kekurangan berat badan di Puskesmas Kokap II Kulon Progo. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu para orang tua untuk menggunakan pijat tui na sebagai terapi alternatif nonfarmakologis untuk membantu anak-anak menambah berat badan, dan para profesional kesehatan untuk mempertimbangkan penggunaan pijat tui na sebagai intervensi tambahan untuk membantu balita mengatasi masalah gizi mereka.

## 2. METODE

Metodologi penelitian ini bersifat kuantitatif dan pra-eksperimental. Desain penelitian yang digunakan adalah rancangan pre-test-posttest dengan satu kelompok. Populasi penelitian adalah balita kurang berat badan di Puskesmas Kokap II Kulon Progo. Responden survei sampai dengan bulan Desember sebanyak 41 orang, dan strategi pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Balita kurang berat badan lainnya dan balita berusia antara satu sampai lima tahun juga memenuhi syarat. Namun, kriteria eksklusi adalah balita obesitas, balita sakit, dan balita dengan orang tua yang tidak kooperatif.

Data primer merupakan sumber data yang digunakan dalam penelitian ini. Hasil lembar observasi digunakan sebagai instrumen penelitian atau alat pengumpul data dalam penelitian ini. Selain berisi ringkasan nama balita, usia, nama orang tua, alamat, dan informasi pemantauan pijat, lembar observasi yang digunakan dalam penelitian ini merupakan hasil penimbangan anak sebelum dan sesudah terapi. Penelitian berlangsung selama 1 bulan dengan total 8 kali sesi pijat, yang dilakukan oleh orangtua balita. Pijatan diberikan 2 kali dalam seminggu. Sebelum pelaksanaan pijat, orangtua telah diberikan video tutorial mengenai pijat tui na. Selain itu, peneliti dan asisten juga memberikan pelatihan langsung kepada orangtua untuk memastikan pemahaman yang baik dalam penerapan pijat tersebut. Pijatan dilakukan secara rutin selama satu bulan. Pada awal pertemuan, berat badan balita akan ditimbang sebagai data awal. Setelah 8 kali sesi pijat selesai, penimbangan ulang dilakukan pada akhir penelitian.

Untuk memastikan dampak faktor independen (pijat tui na) terhadap variabel dependen (berat badan balita), uji statistik digunakan dalam proses analisis data. Uji ini meliputi uji berpasangan dan uji-T. Temuan data yang berdistribusi normal dikenakan uji normalitas Shapiro-Wilk sebelum uji-T Sampel Berpasangan.

Penelitian ini dilakukan dengan mengajukan ijin kepada lembaga penelitian melalui rekomendasi dari institusi pendidikan. Selanjutnya peneliti mendapatkan klien yang akan dijadikan responden dengan menekankan etika yaitu *informed consent* (lembar persetujuan), *anonymity* (tanpa nama), *confidentiality* (kerahasiaan), *justice* (keadilan), *beneficience* (bermanfaat) dan *etical clearence* (kelayakan etik).

Peneliti telah mengajukan permohonan izin etik penelitian kepada Komite Etika Penelitian Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Dimana penelitian ini telah memperoleh surat keterangan kelayakan etika penelitian dengan No.4033/KEP UNISA/I/2024. Penelitian ini melalui beberapa tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap penyelesaian.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1 Gambaran Umum Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kokap II Kulon Progo terletak di Dusun Segajih, Desa Hargotirto, Kecamatan Kokap, Kabupaten Kulon Progo, Yogyakarta. Puskesmas ini diresmikan pada 29 Maret 1994 dan melayani dua desa, yaitu Hargotirto dan Hargowilis. Puskesmas Kokap II aktif dalam berbagai program kesehatan masyarakat. Setiap bulan, para bidan berkeliling desa untuk mengunjungi ibu hamil, memastikan kesehatan mereka terjaga dengan baik. Ada juga program posyandu yang rutin diadakan di balai desa, tempat anak-anak kecil datang bersama ibu mereka untuk ditimbang dan diperiksa kesehatannya. Tidak hanya sebagai tempat berobat, Puskesmas Kokap II juga menjadi pusat edukasi kesehatan. Di salah satu ruangan, beberapa ibu rumah tangga sedang mendengarkan penyuluhan tentang gizi seimbang. Mereka serius menyimak penjelasan ahli gizi tentang pentingnya asupan makanan sehat bagi anak-anak mereka.

#### 3.2 Karakteristik Responden

Distribusi frekuensi karakteristik responden dalam penelitian berdasarkan umur balita dengan jumlah 41 responden di Puskesmas Kokap II terhadap pengaruh pemberian pijat tui na sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia balita Puskesmas Kokap II.

Karateristik	F	%
Usia		
1 Tahun	11	26,8%
2 Tahun	14	34,1%
3 Tahun	11	26,8%
4 Tahun	5	12,2%
Total	41	100%

Sumber : Data Primer 2024.

Pada tabel 1 menunjukkan karakteristik responden sebagai berikut: responden paling responsif berjumlah 14 orang (34,1%) yang berusia 2 tahun dan responden paling tidak responsif berjumlah 5 orang (12,2%) yang berusia 4 tahun.

#### 3.3. Nilai Rata-rata Berat Badan Balita Underweight Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pijat Tui na.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 41 responden balita underweight di Puskesmas Kokap II Kulon Progo di dapatkan nilai rata-rata berat badan balita underweight sebelum dan sesudah diberikan pijat tui na pada tabel berikut :

Table 2 Nilai Rata-rata Berat Badan Sebelum dan Sesudah Pemberian Pijat Tui na Pada Kelompok Eksperimen.

Kelompok	Perlakuan		Peningkatan
	Sebelum	Sesudah	
Rata-rata Berat Badan Balita	9,67	9,94	0,33

Sumber: Data Primer 2024.

Berdasarkan tabel 2 Lebih dari 41 peserta dalam kelompok perawatan menunjukkan bahwa berat badan rata-rata mereka adalah 9,67 sebelum menerima pijat tui na selama sebulan, dan 9,94 setelah menerima pijat tui na 2 kali seminggu selama sebulan. Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan 0,33 antara kedua kelompok.

Table 3 Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Berat Badan Balita *Underweight* Sebelum dan Setelah Diberikan Pijat Tui Na.

Usia	Balita BB Naik	Balita BB Naik (%)	Balita BB Tidak Naik	Balita BB Naik (%)
1 Tahun	11	100%	<5	32,4%
2 Tahun	11	78,6%	<5	32,4%
3 Tahun	10	90,9%	<5	29,4%
4 Tahun	4	100%	<5	12,2%
Total	34	82,9%	7	12,2%

Sumber: Data Primer 2024.

Berdasarkan hasil tabel 3 menunjukkan balita usia 1 dan 2 tahun memiliki jumlah kenaikan berat badan paling banyak 11 balita (32,4%), usia 3 tahun sedikit lebih rendah 10 balita (29,4%) dan usia 4 tahun paling sedikit mengalami kenaikan berat badan 4 balita (12,2%).

### 3.4 Analisis Bivariat

Untuk memastikan apakah pijat tui na memiliki dampak pada berat badan anak-anak yang kekurangan berat badan, penelitian ini menggunakan sejumlah uji statistik parametrik. Uji kenormalan data menggunakan uji Shapiro-Wilk akan dilakukan sebelum melakukan uji statistik parametrik atau uji perbedaan menggunakan Uji T Sampel Berpasangan.

#### a. Hasil Uji Normalitas Data

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas menggunakan *Shapiro Wilk*

Kelompok	<i>Asymp.Sig. (2-tailed)</i>
Sebelum	0,684
Sesudah	0,805

Sumber: Data Primer 2024.

Dari table 4 diatas didapatkan hasil pengukuran setiap variabel dalam penelitian ini menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, yakni dibuktikan dengan nilai signifikasi atau *Asymp.Sig. (2-tailed)* yang lebih besar dari taraf signifikasi sebelum ( $0,684 > 0,05$ ) dan sesudah ( $0,805 > 0,05$ ) pada kelompok. Prasyarat telah dipenuhi sehingga dapat dilanjutkan melakukan uji statistik parametrik atau uji beda menggunakan *paired T-test*.

b. Hasil Uji Statistika Parametrik

Tabel 5 Hasil Uji Statistika Parametrik menggunakan *Paired T-test*

Kelompok	<i>Asymp.Sig. (2-tailed)</i>	Mean	Hasil
Eksperimen	0,000	Pre-test (9,67) Post-test (9,94)	Beda

Sumber: Data Primer 2024.

Dari tabel 5 diatas menunjukkan pada kelompok eksperimen dengan jumlah sampel 41 responden didapatkan nilai signifikan atau *Asymp.Sig (2-tailed)*  $0,000 < \alpha (0,05)$ . Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa berat badan balita berubah secara signifikan sebelum dan sesudah pijat tui na. Berat badan rata-rata anak sebelum menerima pijat adalah 9,67, dan setelah menerima pijat selama satu bulan, berat badan rata-rata mereka naik menjadi 9,94, meningkat 0,33.

### 3.5 Pembahasan

#### 3.5.1 Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Berat Badan Balita Underweight Sebelum Diberikan Pijat Tui Na

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 41 responden dalam sampel, 14 responden merupakan responden tertua berusia 2 tahun, dan 5 responden merupakan responden termuda berusia 4 tahun. Penelitian ini hanya mengikutsertakan kelompok eksperimen; tidak mengikutsertakan kelompok pembandingan. Dengan berat badan anak rata-rata 9,67 sebelum menerima pijat tui na dan 9,94 setelahnya, terdapat kenaikan berat badan sebesar 0,33 di antara 41 responden yang menjalani perawatan selama sebulan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian [10] yang dilakukan di PMB Di kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawan. Bahwa faktor terjadinya gangguan berat badan dilihat dengan timbulnya permasalahan kesulitan makan. Hal ini dapat diidentifikasi dan ditindaklanjuti secara dini melalui pengukuran status gizi pada anak dengan kesulitan makan yang mempengaruhi kenaikan berat badan agar terhindar dari salah satu komplikasinya yaitu malnutrisi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat tui na pada anak-anak yang masuk dalam kelompok *underweight*, terdapat 41 responden (100%). Kategori BB mengalami peningkatan sebanyak 34 responden (82,9%) setelah dilakukan pijat tui na, sedangkan BB tidak mengalami peningkatan sebanyak 7 responden (17,1%).

Hal ini sesuai dengan penelitian [11] Sebelum menerima pijat tui na, rata-rata 72,22% balita mengalami masalah makan dan penambahan berat badan. Ketika seorang anak mengalami gangguan makan, mereka mungkin menunjukkan perilaku seperti tidak mau makan atau menolak makan. Anak-anak mulai memilih makanan yang mereka sukai setelah melalui fase transisi dari makanan lunak ke pola makan normal. Oleh karena itu, gangguan makan dapat menyebabkan kekurangan gizi pada anak-anak dan masalah penambahan berat badan. Anak-anak dengan masalah makan sering kali merupakan akibat dari ketidaktahuan masyarakat umum tentang cara memenuhi kebutuhan gizi mereka. Banyak orang awam yang masih belum menyadari betapa pentingnya gizi yang tepat bagi anak-anak [8].

#### 3.5.2 Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Berat Badan Balita Underweight Setelah Diberikan Pijat Tui Na

Kelompok eksperimen adalah kelompok yang diberi perlakuan berupa pemberian pijat tui na selama 1 bulan dengan 2 kali pijatan dalam seminggu sehingga semua pijatan yang diberikan sebanyak 8 kali pijatan. Sebelum diberikan pijat berat badan balita sudah ditimbang terlebih dahulu lalu selanjutnya diberikan perlakuan selama 1 bulan dengan di pijatan terakhir berat badan balita akan

ditimbang kembali. Sebelum diberikan perlakuan nilai rata-rata berat badan 9,67 setelah diberikan perlakuan selama 1 bulan berat badan balita meningkat menjadi 9,94. Menurut [1] Selama lebih dari 5.000 tahun, masyarakat Tiongkok telah memanfaatkan pijat tui na, sejenis perawatan pijat. Dari balita baru lahir hingga lansia, terapi pijat ini menawarkan perawatan khusus untuk semua usia. Praktisi memberikan tekanan pada bagian tubuh tertentu menggunakan jari, telapak tangan, siku, dan lutut.

Hal ini sejalan dengan penelitian [12] Pijatan tersebut dilakukan dengan teknik pemijatan untuk memberikan anak-anak pengalaman sentuhan yang baik. Menurut penelitian, balita mendapatkan banyak manfaat dari sentuhan lembut orang tua mereka. Sebenarnya, anak-anak yang mendapatkan perawatan seperti ini tumbuh lebih sehat dan berat badannya lebih stabil.

Demikian pula hasil penelitian [13] mengemukakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Pijat tui na dengan peningkatan berat badan pada balita. Pijat tui na dapat meningkatkan kebugaran otot, meningkatkan pertumbuhan, meningkatkan daya tahan, memperkuat ikatan kasih sayang antara orang tua dan anak, menurunkan stres dan kepatuhan, mempercepat perkembangan otak dan sistem saraf, serta meningkatkan kenikmatan makan. Selain itu, lebih banyak enzim pencernaan akan diproduksi, yang akan membantu penyerapan nutrisi. Aliran darah, yang juga dirangsang oleh sistem saraf simpatik, akan membawa nutrisi yang dicerna.

Berdasarkan hasil penelitian, uji t berpasangan kelompok eksperimen menghasilkan nilai p sebesar 0,000, di mana  $p < 0,05$ , yang berarti  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa pijat tui na memiliki pengaruh terhadap berat badan balita yang mengalami *underweight* di Puskesmas Kokap II Kulon Progo. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian [10] yang berjudul “efektifitas pijat tui na dalam meningkatkan berat badan balita di RW 02 kelurahan Wonokoromo Surabaya” mengklaim bahwa penambahan berat badan balita dipengaruhi secara positif oleh tui.

Hal ini sesuai dengan [15] bahwa biologi lingkungan, yaitu penyakit kronis, yang dapat memengaruhi metabolisme tubuh dan penyerapan makanan, berdampak pada perkembangan anak. Insomnia, sembelit, sakit kepala, migrain, sindrom iritasi usus besar, sindrom pramenstruasi, dan masalah emosional adalah beberapa kondisi yang dapat diatasi dengan pijat tui na. Selain itu, pijat tui na dapat menyembuhkan kondisi yang memengaruhi sistem pernapasan, reproduksi, dan pencernaan. Banyak orang mencari terapi untuk mengatasi nyeri punggung, linu panggul, distensi bahu, dan leher kaku. Baik cedera luar maupun penyakit dalam dapat diobati dengan tui na. Bersamaan dengan terapi konvensional, tui na dapat digunakan sebagai pengobatan terpadu. Tui na juga dapat digunakan dengan modalitas medis komplementer dan alternatif lainnya. Pertumbuhan, daya tahan, keterikatan orang tua-anak, pengurangan stres, kebugaran otot, dan perkembangan otak serta sistem saraf semuanya dapat ditingkatkan dengan pijat tui na. Selama enam hari berturut-turut, pijat hanya boleh dilakukan sekali sehari. Secara umum, satu dari rangkaian pijat yang disebutkan sudah cukup; jika Anda merasa perlu menambahkan yang lain, Anda harus menunggu satu hingga dua hari sebelum memulai rangkaian baru [11].

Tujuan dari pijat tui na ini adalah untuk memengaruhi aliran energi tubuh dengan menahan dan mendorong area tubuh tertentu melalui penggunaan metode pijat, termasuk mengetuk, mengetuk, mengutak-atik, menarik, memutar, menggoyang, dan menggerakkan tempat-tempat tertentu. Pijat tui na ini secara khusus dirancang untuk membantu balita yang kesulitan makan dengan meningkatkan pencernaan dan sirkulasi darah limpa, yang membuat makan lebih bermakna. Selain itu juga akan terjadi peningkatan produksi enzim pencernaan yang akan membantu penyerapan zat-zat nutrisi. Sirkulasi darah, yang juga didorong oleh stimulasi saraf simpatik, akan mendapatkan nutrisi yang dicerna. Metode ini, yang merupakan variasi akupunktur tanpa menggunakan jarum, relatif lebih mudah dilakukan daripada akupunktur karena melibatkan pemberian tekanan pada titik meridian tubuh atau saluran aliran energi [16].

Balita yang mendapatkan pijat tui na nafsu makannya meningkat dan berat badannya bertambah. Hal ini dikarenakan pijat tui na dapat memperlancar peredaran darah dan dapat mengoptimalkan fungsi organ tubuh, salah satu organ yang dapat dioptimalkan adalah sistem pencernaan. Dengan pijat, pergerakan usus akan membaik, sehingga kemampuan tubuh dalam menyerap nutrisi akan meningkat, rasa lapar pun meningkat, dan berat badan pun bertambah. Pijat tui na dilakukan di sekitar persendian untuk membuka pertahanan tubuh dan melancarkan aliran energi di kedua meridian. Hal ini akan membuat otot-otot menjadi lebih aktif dan aliran darah serta chi (energi) pun lancar, sehingga proses penyembuhan pun akan lebih cepat. Jika anak Anda mengalami kesulitan makan dan berat badannya bertambah, teknik pijat tui na dapat membantu meningkatkan nafsu makan, berat badan, dan kemampuan tubuh dalam menyerap nutrisi [17].

Dasar pemikiran yang disebutkan di atas mengarah pada kesimpulan bahwa pijat tui na dapat menyebabkan anak-anak bertambah berat badan karena tekanan yang diberikan pada tubuh memperlancar sirkulasi darah dan pencernaan limpa, yang mengakibatkan penambahan berat badan. Pijat tui na merupakan jenis perawatan pijat yang nonfarmakologis. Saat ini, mayoritas orang tua mengobati gangguan makan dan masalah penambahan berat badan anak-anak mereka dengan memberikan multivitamin tanpa mempertimbangkan alasannya. Jika hal ini diberikan dalam jangka waktu yang lama, akan menimbulkan efek samping

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini telah menunjukkan bahwa pijat tui na dapat meningkatkan berat badan balita yang kekurangan berat badan. Secara spesifik, setelah menerima pijat tui na dua kali seminggu selama satu bulan, rata-rata kenaikan berat badan sebelum menerima pijat adalah 9,67 kg, dan setelah menerima pijat, kenaikannya menjadi 9,94 kg, dengan selisih 0,33 kg. Salah satu penelitian menemukan bahwa 82,9% anak yang menjalani pijat tui na mengalami kenaikan berat badan, sedangkan 17,1% tidak mengalami kenaikan berat badan.

Berdasarkan temuan analisis statistik, pijat tui na secara signifikan meningkatkan berat badan anak-anak dengan *underweight* (nilai  $p = 0,000$ ;  $p < 0,05$ ). Temuan ini sejalan dengan penelitian Puspita dkk., (2021), Diklaim bahwa anak-anak yang menerima pijat tui na mungkin menjadi lebih lapar, yang dapat memengaruhi kenaikan berat badan mereka. Lebih jauh lagi, pijat tui na aman dan bermanfaat dalam mengobati anoreksia anak-anak, yang merupakan salah satu alasan yang berkontribusi terhadap penurunan berat badan, menurut penelitian oleh Liang et al. (2020). Studi lain oleh Munjidah, (2019) menegaskan bahwa pijat tui na dapat memperbaiki sistem pencernaan dan sirkulasi darah, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan penyerapan nutrisi. Dengan demikian, pijat tui na berpotensi untuk dimasukkan ke dalam program intervensi gizi di fasilitas kesehatan seperti pusat kesehatan masyarakat dan pos kesehatan terpadu. Ini juga merupakan salah satu teknik nonfarmakologis yang dapat digunakan sendiri oleh orang tua untuk membantu anak-anak mereka menambah berat badan.

#### REFERENSI

- [1] Munjidah, A. (2019). Pengaruh pijat Tui na terhadap status pertumbuhan pada balita dengan status KMS T. *Jurnal Health of Science*, 12.
- [2] Khotiah, N. (2020). Gambaran pertumbuhan anak balita. *Jurnal Kebidanan*.
- [3] Ramanta, S. D., Iriana, N. D., Hardini, A. W., & Romadhoni, M. A. (2023). *Profil kesehatan Yogyakarta*.
- [4] Muliati, M., Impartina, A., & Mauliyah, I. (2024). Pengaruh pijat Tui na terhadap peningkatan berat badan balita. *Journal of Health Science Leksia (JHSL)*, 2(2), 12–18.
- [5] Septikasari, M. (2018). *Status gizi anak dan faktor yang mempengaruhinya*. UNY Press.
- [6] Aisnah, Salma, W. O., & Zinuddin, A. (2022). Berat badan balita sebelum dan sesudah pemberian

- makanan tambahan pemulihan di Kabupaten Buton Utara. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 14.
- [7] Irfan, A., Putra, E. S., & Junita, J. (2023). Pelatihan pola asuh gizi dengan website (Simpatik) melalui bina keluarga balita di wilayah kerja Puskesmas Paal Merah 2 Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(3), 582–588.
- [8] Puspita, Y., Esmianti, F., & Andini, I. F. (2021). Efektivitas pijat Tuina dalam meningkatkan nafsu makan pada balita stunting Kabupaten Rejang Lebong. *Kebidanan Basurek*, 6(1), 17–24.
- [9] Munjidah, A. (2015). Efektivitas pijat Tui na dalam mengatasi kesulitan makan pada balita di RW 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 8(2), 193–199.
- [10] Ningsih, F., & Ramadhena, M. P. (2023b). Pengaruh pijat Tui na untuk meningkatkan berat badan pada balita di PMB D Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(10), 3166–3182.
- [11] Asih, Y., & Mugiati, M. (2018). Pijat Tui na efektif dalam mengatasi kesulitan makan pada anak balita. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 98.
- [12] Wijayanti, T., Sulistiani, A., & Estu Utomo, S. (2019). Efektivitas pijat Tui na terhadap kenaikan berat badan balita usia 1-2 tahun. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(2).
- [13] Firdausi, M. C. (2019). Pengaruh Terapi Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Anak Usia 1-3 Tahun. *Doctoral dissertation, Universitas Airlangga*.
- [14] Setyowati, I. B., Hanum, F., Adriyani, N., & Sugiharti, R. K. (2021). Manfaat Pijat Tuina untuk Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita Diare. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPKM)*, 215, 1050–1054.
- [15] Susanti, D. R., Widowati, R., & Indrayani, T. (2020). The effectiveness of Tui na massage on difficulties of eating in children 1-3 years age in PMB Neneng Rusmiati South Tangerang City in 2020. *Health Media*, 2(1), 30–37. <https://doi.org/10.55756/hm.v2i1.49>
- [16] Yanti, S., Maisi Fitriani, I., & Azwar, Y. (2021). The Aromatherapy Tuina Massage For Toddler's Appetite Stimulation. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 4(3). <https://doi.org/10.31764/jces.v3i1>
- [17] Noflidaputri, R., Meilinda, V., & Hidayati, Y. (2020). Efektivitas pijat Tui na dalam meningkatkan berat badan terhadap balita di wilayah kerja Puskesmas Lintau Buo. *Maternal Child Health Care*, 2(1), 240. <https://doi.org/10.32883/mchc.v2i1.1037>