

EFEKTIVITAS PIJAT *TUI NA* TERHADAP NAFSU MAKAN BALITA *STUNTING*

Masila Agni*, Risnawati, Ida Hayati, Chandra Sulistyorini

Prodi Sarjana Kebidanan, Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda,
Jl. Kadrie Oening Gang Monalisa No.77, Kalimantan Timur 75243

e-mail : agnimasila@gmail.com

Artikel Diterima: 11 Juli 2025, Direvisi: 12 Agustus 2025, Diterbitkan: 15 September 2025

ABSTRAK

Latar belakang: *Stunting* merupakan masalah gizi yang signifikan di Indonesia, dengan prevalensi mencapai 21,5%. Pijat *tui na* adalah metode pijat yang khusus dirancang untuk membantu balita yang mengalami masalah makan. Pijat *tui na* dapat merangsang sistem pencernaan dan meningkatkan aliran darah ke organ-organ vital, sehingga membantu memperbaiki nafsu makan. **Tujuan Penelitian:** untuk mengetahui efektivitas pijat *tui na* terhadap nafsu makan balita *stunting* usia 2-3 tahun di wilayah kerja Puskesmas Wonorejo. **Metode Penelitian:** adalah *quasy experimental* dengan rancangan penelitian *two group pre-posttest design*. Sampel berjumlah sebanyak 32 responden yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Dengan 2 kelompok intervensi yaitu intervensi I (sebanyak 6x perminggu) dan intervensi II (sebanyak 3x perminggu). Pengamatan nafsu makan menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan pada penelitian ini yaitu uji *Wilcoxon* & uji *Mann Withney*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pada kelompok intervensi I dan intervensi II terhadap nafsu makan balita *stunting* dengan nilai *p* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Sedangkan perbedaan efektivitas pada kelompok Intervensi I setelah diberikan pijat *tui na* adalah 21,19, sementara pada kelompok Intervensi II setelah intervensi hanya sebesar 11,81. Hasil ini menunjukkan bahwa pijat *tui na* pada kelompok intervensi I lebih efektif dalam meningkatkan nafsu makan balita *stunting*. **Diskusi:** Pijat *tui na* terbukti efektif dalam meningkatkan nafsu makan balita *stunting*, yang diharapkan dapat membantu mencegah kejadian *stunting* lebih lanjut. Penelitian ini menyarankan penerapan pijat *tui na* sebagai intervensi tambahan dalam program peningkatan gizi balita.

Kata kunci : *stunting*, nafsu makan, pijat *tui na*

ABSTRAK

Background: Stunting is a significant nutritional problem in Indonesia, with a prevalence reaching 21.5%. Tui Na massage is a method specifically designed to help toddlers who experience eating problems. Tui na massage can stimulate the digestive system and increase blood flow to vital organs, thereby helping to improve appetite. **Purpose:** This study aimed to determine the effectiveness of tui na massage on the appetite of stunted toddlers aged 2-3 years in the working area of Wonorejo Health Center. **Method:** This study was quasi-experimental with a two-group pre-posttest design. The sample consisted of 32 respondents who were taken using the purposive sampling technique with two intervention groups: intervention I (6 times) and intervention II (3 times). Observation of appetite used a questionnaire. Data analysis used in this study was the Wilcoxon and Whitney tests. **Results:** This study showed an effect in intervention groups I and II on the appetite of stunted toddlers with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). The difference in effectiveness in the Intervention I group after being given tui na massage was 21.19; in the Intervention II group, it was only 11.81 after the intervention. These results indicated that tui na massage in intervention group I is more effective in increasing the appetite of stunted toddlers. **Discussion:** This indicates that Tui na massage is proven effective in increasing the appetite of stunted toddlers, which is expected to help prevent further stunting. This study suggests the application of tui na massage as an additional intervention in the program to improve the nutrition of stunted toddlers related to appetite.

Keywords: stunting, appetite, tui na massage

PENDAHULUAN

Salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi tantangan di Indonesia adalah *stunting*, yang diperkirakan mencapai 21,5% dari populasi nasional pada tahun 2023 (Kemenkes RI, 2023). Malnutrisi kronis, kekurangan rangsangan psikososial, dan paparan infeksi berulang, terutama selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dapat menyebabkan *stunting*, yang juga dikenal sebagai kondisi pendek (Mardiyanti *et al.*, 2024). Kondisi ini tidak hanya menunjukkan kekurangan gizi yang berkelanjutan, tetapi juga terkait dengan penurunan produktivitas di masa dewasa, peningkatan risiko penyakit infeksi, dan perkembangan kognitif yang terhambat (Qomariyah and Fatmawati, 2024). Anak-anak dengan *stunting* memiliki tinggi badan menurut umur dengan Z-score di bawah -2 SD, yang berdampak pada perkembangan fisik dan kognitif mereka dalam jangka panjang (UNICEF, WHO and WORLD BANK, 2023). Rendahnya nafsu makan, yang dapat disebabkan oleh

masalah pencernaan dan faktor psikologis yang memengaruhi perilaku makan anak, adalah salah satu penyebab *stunting* (Anwar, Winarti and Sunardi, 2022).

Stunting perlu mendapat perhatian khusus selama masa balita, termasuk anak usia dua hingga tiga tahun. Anak-anak pada usia ini mengalami perkembangan yang pesat dalam kemampuan kognitif dan motorik mereka, dan kemungkinan kejar tumbuh lebih rendah daripada anak-anak usia 0-2 tahun. Untuk mendukung perkembangan mereka, anak-anak pada usia ini memerlukan kondisi fisik yang ideal. Anak-anak pada usia ini memiliki kebutuhan energi dan makanan yang lebih besar daripada anak-anak usia 0-2 tahun, yang berarti mereka membutuhkan lebih banyak makanan (Aryu, 2020). Jika *stunting* tidak ditangani segera, efek jangka pendeknya dapat berupa penurunan kemampuan belajar karena kurangnya perkembangan kognitif. Namun, dalam jangka panjang, *stunting* dapat menurunkan kualitas hidup anak saat dewasa karena penurunan peluang

pendidikan, karir, dan pendapatan yang lebih baik (Nirmalasari, 2020). Namun, intervensi yang tepat sangat diperlukan karena kelompok usia ini memiliki kemampuan untuk mengejar pertumbuhan yang lebih rendah dibandingkan anak di bawah dua tahun.

Data menunjukkan bahwa 22,3% anak balita, atau sekitar 148,1 juta anak *stunting* di seluruh dunia, dengan lebih dari 50% dari anak-anak ini berasal dari Asia (UNICEF, WHO and WORLD BANK, 2023). Meskipun prevalensi *stunting* di Indonesia telah menurun dalam beberapa tahun terakhir, angka 21,5% masih jauh dari target WHO, yaitu kurang dari 20%. Pemerintah Indonesia menargetkan penurunan prevalensi menjadi 17% pada tahun 2023 dan 14% pada tahun 2024. Salah satu provinsi di Indonesia, Kalimantan Timur, juga menghadapi masalah *stunting* yang serius. Menurut data Kementerian Kesehatan RI, prevalensi *stunting* di Kalimantan Timur mencapai 22,9% pada tahun 2023, dengan ibu kota provinsi, kota Samarinda, mengalami 18,3% pada tahun yang sama (SSGI, 2022). Sebagai salah satu fasilitas kesehatan di Kota Samarinda, Puskesmas Wonorejo mencatat tingkat *stunting* yang cukup tinggi, yaitu 21,9% pada tahun 2024 (Dinkes Kota Samarinda, 2024). Angka ini menunjukkan bahwa Puskesmas Wonorejo adalah salah satu wilayah dengan tingkat *stunting* tertinggi di Kota Samarinda, yang menunjukkan bahwa intervensi yang lebih komprehensif dan terarah diperlukan. Berbagai upaya telah dilakukan untuk mengatasi *stunting*, termasuk pemberian makanan tambahan, peningkatan akses terhadap layanan kesehatan, dan pendidikan gizi dan kesehatan. Namun, upaya-upaya ini seringkali gagal mencapai hasil yang optimal karena kurangnya perhatian terhadap faktor lain yang juga penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, seperti masalah nafsu makan. *Stunting* dapat memengaruhi nafsu makan dikarenakan anak dengan *stunting* sering mengalami perubahan metabolisme

dan gangguan system imun, sehingga lebih rentan terhadap penyakit infeksi yang mampu memicu penurunan selera makan akibat rasa tidak nyaman pada saluran cerna. Sehingga, rendahnya nafsu makan menyebabkan asupan gizi tidak mencukupi, memicu terjadinya *stunting* yang menekan nafsu makan (Yati, 2018).

Nafsu makan merupakan salah satu indikator penting yang merefleksikan status gizi dan kesehatan anak. Pada anak *stunting*, nafsu makan tidak hanya menjadi faktor penentu asupan gizi, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi fisiologis dan patologis yang menyertai *stunting*. Oleh karena itu, nafsu makan yang baik berkontribusi dalam menurunkan risiko *stunting* (Fitrah *et al.*, 2024). Sehingga, upaya pencegahan dan penanggulangan *stunting* tidak hanya berfokus pada peningkatan kualitas dan kuantitas asupan gizi, tetapi juga harus mencakup intervensi untuk meningkatkan nafsu makan, salah satunya melalui pijat *tui na*.

Pijat *tui na* menawarkan berbagai cara untuk menangani *stunting* sebagai terapi komplementer. Pijat *tui na* adalah metode pijat tradisional Tiongkok yang berkonsentrasi pada menstimulasi beberapa titik akupunktur untuk meningkatkan aliran energi (Qi) dan darah dalam tubuh (Yanti, 2023). Pijat *tui na* dianggap dapat membantu anak *stunting* dengan meningkatkan nafsu makan, pencernaan, dan penyerapan nutrisi ('Hubungan Nafsu Makan pada Anak Balita dengan Kejadian Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Ahuhu', 2024). Dengan menggunakan teknik meremas dan menekan kulit, pijat *tui na* memberikan tekanan yang kuat pada tubuh pasien. Ini melepaskan penyumbatan dan melancarkan aliran darah perifer, mengaktifkan sistem saraf otonom, dan mengaktifkan saraf parasimpatik gastrointestinal, yang memengaruhi sistem pencernaan (Putri *et al.*, 2024). Sebuah penelitian menunjukkan bahwa pijat *tui na* dapat membantu anak memperbaiki status

gizi mereka dan meningkatkan keinginan mereka untuk makan (Ahmad *et al.*, 2023).

Studi awal yang dilakukan oleh peneliti dengan mewawancarai sepuluh ibu yang memiliki anak stunting berusia antara 2 dan 3 tahun di wilayah kerja Puskesmas Wonorejo menunjukkan bahwa sebagian besar anak mengalami masalah makan, pilih-pilih makanan, dan kurangnya nafsu makan. Para ibu biasanya hanya memberikan makanan yang disukai anak mereka dan tidak melakukan upaya lain yang lebih terarah untuk mengatasi masalah ini. Selain itu, Puskesmas Wonorejo telah berkonsentrasi pada pemberian makanan tambahan kepada anak-anak, tanpa memperhatikan apakah anak-anak benar-benar mengonsumsi makanan tersebut. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas pijat *tui na* terhadap nafsu makan pada anak balita *stunting* usia 2-3 tahun di wilayah kerja Puskesmas Wonorejo. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah; 1) apakah pijat *tui na* dapat meningkatkan nafsu makan pada anak balita *stunting* usia 2-3 tahun di wilayah kerja Puskesmas Wonorejo?

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pijat *tui na* terhadap nafsu makan balita *stunting* usia 2-3 tahun di wilayah kerja Puskesmas Wonorejo.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental* dengan dua kelompok *pre-posttest*. Sampel dipilih secara *purposive sampling* sebanyak 32 balita *stunting* berusia 2 hingga 3 tahun yang bersedia mengikuti penelitian, terkategori *stunting*, dan bermasalah dengan nafsu makan. Sampel dibagi menjadi dua kelompok intervensi (Kelompok I berjumlah 16 balita & kelompok II berjumlah 16 balita). Kelompok I menerima pijat *tui na* sebanyak 6x seminggu, dan kelompok II menerima 3x seminggu terhitung dari tanggal 10 April – 15 Mei 2025. Intervensi dimulai pada tanggal 13 April-26 April 2025. Pada

intervensi I pengukuran nafsu makan sebelum tanggal 10 April 2025 dan pengukuran nafsu makan sesudah pada tanggal 27 April 2025. Pada minggu pertama penerapan intervensi dilakukan pada 12 anak sedangkan pada minggu kedua penerapan intervensi dilakukan pada 4 anak. Setiap sesi pijat melibatkan 8 langkah terapi menggunakan teknik meremas, menekan, memutar, dan mendorong pada titik-titik tertentu tubuh. Waktu pijat berlangsung selama 15 menit. Untuk mengukur nafsu makan, orang tua diminta untuk mengisi kuesioner yang telah teruji validitas dan reliabilitas baik sebelum maupun sesudah intervensi. Kuesioner yang digunakan diadaptasi dari penelitian oleh Nindy Rosa Filla Adi yang berjumlah 10 pertanyaan mengenai nafsu makan dengan alternatif jawaban “Ya” mengandung skor 1 dan “Tidak” mengandung skor 0. Hasil nilai *r* hitung antara 0,761-0,851 lebih besar dari *r* tabel (0,56 dengan taraf signifikansi 1%). Pertanyaan yang digunakan untuk mengukur variabel nafsu makan adalah valid. Uji realibilitas diperoleh hasil nilai *alpha cronbach* dari variabel nafsu makan yaitu 0.967 lebih besar daripada nilai yang disyaratkan (0,60) dimana pertanyaan untuk mengukur variabel nafsu makan adalah reliabel. Uji *Wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney* digunakan untuk membandingkan efektivitas antar kelompok, dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

Pijat *tui na* dilakukan oleh penulis yang telah memiliki kompetensi dalam melakukan pijat *tui na* yang didukung oleh sertifikat dan telah melewati uji etik.

HASIL

Penelitian terlihat bahwa mayoritas balita berjenis kelamin laki-laki, dengan jumlah 18 balita (56,3%). Dari segi usia, sebagian besar balita berumur 2 tahun, yaitu sebanyak 21 balita (65,6%).

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Responden

No	Karakteristik Balita	n	%
1	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	18	56,3
	Perempuan	14	43,8
	Jumlah	32	100
2	Umur		
	2 tahun	21	65,6
	3 tahun	11	34,4
	Jumlah	32	100

Hasil uji Wilcoxon untuk mengetahui pengaruh pijat *tui na* selama 6x terhadap nafsu makan balita *stunting* dapat dilihat berdasarkan tabel berikut.

Tabel 2
Hasil Uji Pengaruh Sebelum dan Sesudah Intervensi I

	N	Median	Min-Max	P Value
Nafsu Makan Sebelum	16	4,00	2,00-5,00	0.000*
Nafsu Makan Sesudah	16	7,50	6,00-9,00	

Tabel berikut menunjukkan hasil uji Wilcoxon untuk mengetahui pengaruh pijat *tui na* selama 3x terhadap nafsu makan balita *stunting*.

Tabel 3
Hasil Uji Pengaruh Sebelum dan Sesudah Intervensi II

	N	Median	Min-Max	P Value
Nafsu Makan Sebelum	16	4,00	2,00-5,00	0.000*
Nafsu Makan Sesudah	16	6,00	4,00-7,00	

Hasil uji t menggunakan uji *Mann Withney* untuk mengetahui perbedaan nafsu makan balita antara sebelum dan sesudah diberikan penerapan pijat *tui na* sebanyak 6x dan 3x intervensi dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4
Hasil Analisis Uji Mann Withney

	N	Mean	Mean Rank	P value
Intervensi I				0,003
Pretest	32	3,75	21,19	
Posttest		7,31		
Intervensi II				
Pretest	32	3,81	11,81	
Posttest		5,94		

Analisis bivariat dengan menggunakan uji *mann withney* menunjukkan bahwa rata-rata skor nafsu makan sebelum dilakukan intervensi I (6x penerapan) yaitu sebesar 3,75 dan setelahnya meningkat menjadi 7,31 (mean rank sebesar 21,19). Hasil uji *mann withney* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi I (p value < 0,05). Sedangkan rata-rata skor nafsu makan sebelum diberikan intervensi II (3x penerapan) yaitu sebesar 3,81 dan setelahnya meningkat menjadi 5,94 (mean rank sebesar 11,81). Hasil uji *mann withney* menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor nafsu makan sebelum dan sesudah diberikan intervensi II (p value < 0,05).

PEMBAHASAN

1. Hasil Uji Pengaruh Sebelum dan Sesudah Intervensi I

Pengaruh terhadap nafsu makan balita *stunting* sebelum dan sesudah intervensi pijat *tui na* enam kali seminggu di wilayah kerja Puskesmas Wonorejo. Menurut hasil uji wilcoxon yang ditampilkan pada tabel 2 peningkatan ini ditunjukkan secara statistik sangat signifikan dengan nilai *p* sebesar 0,000 (*p*

< 0,05) dimana hasil peningkatan ini didapatkan dari *pretest* dan *posttest* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi I yakni dari skor awal menunjukkan 3.75 hingga mencapai peningkatan skor 7.31 sedangkan *pretest* dan *posttest* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi II yakni menunjukkan skor awal 3.81 hingga mencapai peningkatan 5.94.

Balita paling sering mengalami kesulitan makan karena masalah dengan limpa dan pencernaan. Gangguan ini menyebabkan makanan yang masuk ke lambung tidak dapat tercerna secara langsung, menyebabkan makanan tetap berada di saluran pencernaan. Orang tua sering mengeluh tentang masalah makan balita adalah anak-anak sering muntah saat diberi makan dan merasa kenyang, sehingga mereka tidak mau makan atau bahkan mungkin tidak mau makan (Widaryanti *et al.*, 2024).

Untuk memperbaiki fungsi usus, gerakan pijat dapat dilakukan dengan memulai dari meridian area anggota badan bagian distal ke arah proksimal. Pengobatan ini berdampak pada sistem saraf otonom anak dan psikologinya. Pijat meningkatkan aliran darah perifer, mengaktifkan sistem saraf otonom, dan mengaktifkan saraf parasimpatik gastrointestinal, yang memengaruhi sistem pencernaan (aryunani, nur, 2022).

Pijat *tui na* dianggap dapat mengatasi masalah pencernaan, meningkatkan metabolisme tubuh, dan memperbaiki keseimbangan energi, yang pada akhirnya dapat meningkatkan nafsu makan dan penyerapan nutrisi pada anak *stunting*. Pemberian pijat *tui na* 6x perminggu dapat menjadi pilihan tambahan untuk anak *stunting* untuk meningkatkan nafsu makan dan penyerapan nutrisi mereka (Widianti, 2025). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Maulida *et al* (2024) yang berjudul Pengaruh Pemberian Tuina Massage Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Stunting. Setelah dilakukan statistik uji *Paired Samples Test*

didapatkan nilai *p-value*= 0,003 <0,05, disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada peningkatan nafsu makan balita *stunting* sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan *tui na* sebanyak 6x (Maulida *et al.*, 2024).

2. Hasil Uji Pengaruh Sebelum dan Sesudah Intervensi II

Hasil uji Wilcoxon pada tabel 3 menunjukkan bahwa ada pengaruh pada nafsu makan balita *stunting* antara kondisi sebelum dan sesudah pemberian pijat *tui na* tiga kali seminggu di wilayah kerja Puskesmas Wonorejo. Nilai signifikansi *p* adalah 0,000 (< 0,05).

Stimulasi pijat dapat memengaruhi ini dengan meningkatkan motilitas lambung dan pelepasan hormon, yang terakhir dapat meningkatkan penyerapan dan pencernaan makanan. Selama terapi, saraf eferen vagal, yang menginervasi sistem pencernaan dan meningkatkan motilitas lambung, dapat distimulasi melalui stimulasi taktil.

Stimulasi juga dapat memperbaiki pergerakan anus, mengosongan lambung, dan gerak peristaltis yang lebih baik. Ini meningkatkan konsistensi tinja yang dikeluarkan menjadi normal.

Sirkulasi darah dan aliran limfatik juga dapat ditingkatkan dengan pijat (Astuti *et al.*, 2024).

Konsep variabel antar-individu dapat menjelaskan perbedaan respons terhadap intervensi seperti pijat *tui na*. Penelitian mengenai respons terhadap intervensi kesehatan menunjukkan bahwa faktor genetik, fisiologis, lingkungan, dan status kesehatan awal individu dapat menyebabkan respons yang berbeda terhadap perlakuan yang sama (Rangkuti, 2022). Seberapa besar pijat *tui na* dapat meningkatkan nafsu makan balita *stunting* dapat dipengaruhi oleh kondisi awal, status gizi, dan mungkin gangguan regulasi nafsu makan akibat *stunting* (Anisya and Farida, 2022).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Komala (2021) yang berjudul Pengaruh Pijat Tui Na Untuk

Menambah Nafsu Makan Pada Balita di Klinik Al Ikhlas Bekasi Tahun 2021. Dimana penelitiannya menunjukkan hasil uji Wilcoxon ($p=0,000$) karena nilai $p < 0,05$ ada pengaruh pijat *tui na* sebanyak 3x terhadap peningkatan nafsu makan pada balita di klinik Al-Ikhlas Kabupaten Bekasi (Komala and Ningsih, 2021)

3. Hasil Analisis Uji Mann Withney

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji *mann withney* menunjukkan antara kelompok Intervensi I dan Intervensi II dalam efektivitas pijat *tui na* terhadap peningkatan nafsu makan balita *stunting* di wilayah kerja Puskesmas Wonorejo. Kelompok Intervensi I mencatatkan rata-rata skor nafsu makan setelah perlakuan sebesar 21,19, jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok Intervensi II yang hanya mencapai rata-rata 11,81. Nilai *p-value* sebesar 0,003 dapat diinterpretasikan bahwa metode pijat *tui na* yang digunakan dalam Intervensi I (6x penerapan) lebih efektif dalam meningkatkan nafsu makan balita *stunting* dibandingkan Intervensi II (3x penerapan). Perbedaan ini disebabkan oleh perbedaan durasi, atau konsistensi dalam pelaksanaan intervensi.

Pijat *tui na* membantu anak menjadi lebih rileks dan beristirahat dengan baik, sehingga ketika mereka terbangun, mereka memiliki energi yang cukup untuk beraktifitas dan memiliki otak yang baik. Balita juga akan lebih lapar, meningkatkan keinginan mereka untuk makan. Nervus vagus, sistem syaraf otak yang bertanggung jawab atas daerah dari leher ke bawah hingga dada dan rongga perut, berfungsi lebih baik, yang juga berkontribusi pada peningkatan nafsu makan ini. Untuk mendorong makanan ke saluran pencernaan, sistem ini menggerakkan sel peristaltik. Balita lebih cepat lapar atau ingin makan karena pencernaannya yang lebih cepat (Nur, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Astuti (2024) Dimana Hasil uji

statistik pada penelitian ini, didapatkan nilai signifikan $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa pijat *Tui Na* efektif terhadap Tingkat nafsu makan bayi usia 1-2 tahun (Astuti et al., 2024).

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada perbedaan antara kelompok Intervensi I dan II dalam efektivitas pijat *tui na* untuk meningkatkan nafsu makan balita *stunting* di wilayah Puskesmas Wonorejo. Setelah perlakuan, kelompok intervensi I mencapai skor nafsu makan rata-rata sebesar 21,19, jauh lebih tinggi daripada kelompok intervensi II, yang hanya mencapai rata-rata 11,81. Dengan nilai *p-value* sebesar 0,003, metode pijat *tui na* dalam Intervensi I (6x penerapan) meningkatkan nafsu makan balita *stunting* lebih baik daripada Intervensi II (3x penerapan). Ketidaksesuaian ini disebabkan oleh perbedaan dalam durasi atau konsistensi pelaksanaan intervensi.

Hal ini sesuai dengan teori mengenai terapi pijat pada anak-anak dengan masalah makan yang menunjukkan bahwa frekuensi dan durasi sesi pijat berkorelasi positif dengan perbaikan outcome terkait nafsu makan. Semakin sering atau lama intervensi diberikan, semakin besar kemungkinan terjadinya perubahan fisiologis yang diinginkan. Penerapan pijat *tui na* yang lebih sering (6x penerapan) memberikan stimulasi yang lebih kumulatif pada sistem saraf enterik dan hormonal yang mengatur nafsu makan (Yoon et al., 2022). Intervensi yang diberikan secara berulang dan lebih sering dapat memfasilitasi adaptasi tubuh terhadap stimulasi. Variasi respons terhadap suatu intervensi seperti pijat *tui na* dapat dijelaskan melalui konsep *inter-individual variability*. Penelitian mengenai respons terhadap intervensi kesehatan menunjukkan bahwa individu dapat merespons secara berbeda terhadap perlakuan yang sama karena adanya perbedaan dalam faktor genetik, fisiologis, lingkungan, dan status kesehatan awal (Rangkuti, 2022). Dalam konteks nafsu makan pada balita *stunting*,

perbedaan kondisi awal status gizi dan mungkin adanya gangguan regulasi nafsu makan akibat *stunting* dapat memengaruhi seberapa besar efek pijat *tui na* dapat memicu peningkatan nafsu makan pada setiap anak (Anisya & Farida, 2022).

Berdasarkan teori diatas peneliti berasumsi bahwa, hasil uji *Mann-Whitney* secara signifikan menunjukkan bahwa pemberian pijat *tui na* sebanyak 6x penerapan (Intervensi I) lebih efektif dalam meningkatkan nafsu makan balita *stunting* dibandingkan dengan pemberian sebanyak 3x penerapan (Intervensi II) di wilayah kerja Puskesmas Wonorejo. Perbedaan rata-rata skor nafsu makan yang cukup besar antara kedua kelompok mengindikasikan bahwa frekuensi pemberian pijat *tui na* berperan penting dalam efektivitas intervensi. Hal ini didukung oleh teori mengenai stimulasi *nervus vagus* dan peningkatan sirkulasi pada sistem pencernaan, serta penelitian lain yang menunjukkan korelasi positif antara frekuensi/durasi pijat dengan perbaikan nafsu makan dan berat badan pada balita. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa peningkatan frekuensi aplikasi pijat *tui na* cenderung memberikan dampak yang lebih besar terhadap peningkatan nafsu makan balita *stunting*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasilnya menunjukkan bahwa pijat *tui na* meningkatkan nafsu makan balita *stunting* berusia 2 hingga 3 tahun di wilayah kerja Puskesmas Wonorejo. Pijat *tui na* 6 kali seminggu (intervensi I) meningkatkan nafsu makan lebih signifikan daripada intervensi 3 kali seminggu (intervensi II), dengan nilai $p < 0,05$. Ini diduga karena peningkatan frekuensi pijat *tui na*, yang meningkatkan sirkulasi darah dan mempengaruhi pencernaan dan nafsu makan. Semakin sering atau lama intervensi diberikan, semakin besar kemungkinan terjadinya perubahan fisiologis yang diinginkan

(peningkatan nafsu makan) Oleh karena itu, pijat *tui na* dapat digunakan sebagai pengobatan tambahan yang aman untuk meningkatkan nafsu makan balita *stunting*, terutama jika dilakukan secara teratur.

Saran

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat *tui na* efektif dalam meningkatkan nafsu makan balita *stunting*. Oleh karena itu, ibu yang memiliki anak *stunting* dapat menerapkan pijat *tui na* secara mandiri di rumah untuk membantu anak mereka makan lebih banyak. Diharapkan bahwa pusat kesehatan akan menggunakan pijat *tui na* sebagai salah satu metode intervensi untuk menangani *stunting* dan kurang gizi. Peneliti juga berharap dapat menjadikan penelitian ini sebagai dasar untuk studi intervensi lebih lanjut, mungkin dikombinasikan dengan metode lain untuk mencapai hasil yang lebih baik.

KEPUSTAKAAN

- Ahmad, M. *et al.* (2023) 'Hubungan pijat tuina terhadap peningkatan nafsu makan anak pada usia 1-5 tahun di puskesmas bogor utara 1', 3(1), pp. 59–65.
- Anisya, S.M.K. and Farida, S. (2022) 'The Effectiveness of Tui Na Massage to Increase the Application Of Toddlers', *Proceedings of the International Conference on Nursing and Health Sciences*, 3(1), pp. 201–206. Available at: <https://doi.org/10.37287/picnhs.v3i1.1148>.
- Anwar, S., Winarti, E. and Sunardi, S. (2022) 'Systematic Review Faktor Risiko, Penyebab dan Dampak Stunting Pada Anak', *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(1), p. 88. Available at: <https://doi.org/10.32831/jik.v11i1.445>.
- Aryu, C. (2020) *Pencegahan dan Penanggulangan Stunting, Epidemiologi Stunting*.

- Aryunani, nur, A. (2022) *Komplementer*.
- Astuti *et al.* (2024) 'Efektivitas Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Anak Usia 1-2 Tahun Di Wilayah Kerja Klinik Umum Dan Bersalin Ramlah Parjib 2 Samarinda JURNAL MEDIA INFORMATIKA [JUMIN]', 6(1), pp. 54–60.
- Fitrah, M. *et al.* (2024) 'Jurnal gizi ilmiah', 11, pp. 22–28. 'Hubungan Nafsu Makan pada Anak Balita dengan Kejadian Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Ahuhu' (2024), 10(9), pp. 889–894.
- Kemenkes RI (2023) 'Factsheets: Stunting di Indonesia dan Determinannya', *Ski*, pp. 1–2.
- Komala, E.R. and Ningsih, E.S.B. (2021) 'Pengaruh Pijat Tui Na Untuk Menambah Nafsu Makan Pada Balita di Klinik Al Ikhlas Bekasi Tahun 2021', *Universitas Medika Suherman*, pp. 1–18.
- Mardiyanti *et al.* (2024) *Penerapan Pijat Tui Na Sebagai Terapi Komplomenter Dalam Mencegah Stunting*. Edited by Wahdi Achmad.Maulida, H., Sutrisna, E. and Afdila, R. (2024) 'Pengaruh Pemberian Tuina Massage Terhadap Pertumbuhan Balita Stunting', *Jurnal Promotif Preventif*, 7(1), pp. 103–109. Available at: <https://doi.org/10.47650/jpp.v7i1.1172>.
- Nirmalasari, N.O. (2020) 'Stunting Pada Anak : Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia', *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*, 14(1), pp. 19–28. Available at: <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2372>.
- Nur, H. (2023) 'Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan Kabupaten Blora', 8(1), pp. 1–23.
- Putri, T.Z. *et al.* (2024) 'Undernutrition-induced stunting-like phenotype in *Drosophila melanogaster*', *Narra J*, 4(3), p. e999. Available at: <https://doi.org/10.52225/narra.v4i3.999>.
- Qomariyah, V.A. and Fatmawati, S. (2024) 'Riwayat Penyakit Menjadi Salah Satu Faktor Penyebab Stunting pada Anak Usia 1-5 Tahun karena kurangnya perkembangan kognitif jika tidak segera ditangani . Sementara itu dalam Program Percepat Penurunan Angka Stunting (PPAS), Pemberian Makanan Tambahan (', 4(2).
- Rangkuti, S. (2022) 'The Effect of Tui Na Acupressure on Appetite in Children (Toddlers) Aged 1-3 Years at the Wulandari Purba Clinic, Batang Quiz in 2022', *Science Midwifery*, 10(5), pp. 3603–3611. Available at: <https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i5.902>.
- SSGI (2022) 'Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022', *Kemenkes*, pp. 1–150.
- UNICEF, WHO and WORLD BANK (2023) 'Level and trend in child malnutrition', *World Health Organization*, p. 4.
- Widaryanti, R. *et al.* (2024) 'Upaya Meningkatkan Nafsu Makan Balita dengan Pijat Tuina dan Edukasi Pemanfaatan Herbal', *I-Com: Indonesian Community Journal*, 4(1), pp. 343–351. Available at: <https://doi.org/10.33379/icom.v4i1.4051>.
- Widianti, S. (2025) 'Nafsu Makan Dan Gizi Pada Anak Stunting (Literature Review)', 15(1), pp. 159–171.
- Yanti, A. (2023) 'Efektivitas Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Anak Usia 1-2 Tahun Di Wilayah Kerja Klinik Umum Dan Bersalin Ramlah Parjib 2 Samarinda', *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam*, VIII(I), pp. 1–19.
- Yati, D.Y. (2018) 'Hubungan Pola Pemberian Makan Dengan Stunting Pada Balita Usia 36- 59 Bulan Di Desa Mulo Dan Wunung Di Wilayah

Hubungan Pola Pemberian Makan
Dengan Stunting Pada Balita Usia
36- 59 Bulan Di', *Universitas
Aisyiyah Yogyakarta*, pp. 1–14.