

Edukasi Dan Pelatihan Pijat Tuina Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita Dengan Berat Badan Kurang

M. Ridwan¹, Herlina², Firda Fibrila³

^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang, Lampung-Indonesia

Email : ridwan@poltekkes-tjk.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Balita dengan berat badan kurang merupakan kondisi di mana berat badan anak berada di bawah standar usia yang seharusnya, akibat dari ketidakseimbangan antara asupan gizi dan kebutuhan tubuh. Kondisi ini dapat disebabkan oleh kurangnya asupan makanan bergizi, penyakit infeksi yang berulang, serta rendahnya nafsu makan pada anak. **Tujuan :** kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan pelatihan pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan pada ibu yang memiliki balita dengan berat badan kurang. **Metode:** Kegiatan dilaksanakan dengan cara ceramah, diskusi dan pelatihan teknik pijat tuina yang diikuti oleh 25 ibu yang memiliki balita dengan berat badan kurang. Evaluasi dinilai berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* yang dilaksanakan sebelum dan setelah kegiatan edukasi dan pelatihan. Indikator keberhasilan peserta ditunjukkan dengan adanya peningkatan pengetahuan dan trampilnya ibu balita dalam memperagakan pijat tuina. **Manfaat:** kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu yang memiliki balita tentang teknik pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan pada balita dengan berat badan kurang. **Hasil:** Diperoleh nilai rata-rata *pretest* sebesar 6,16 dan nilai rata-rata *posttest* sebesar 6,72. **Kesimpulan:** meningkatnya pengetahuan ibu tentang pijat tuina sebesar 0,56. Diharapkan ibu secara rutin dapat menarapkan pijat tuina sebagai alternatif meningkatkan nafsu makan pada balita terutama dengan berat badan kurang.

Kata Kunci : Edukasi, Pelatihan, Tuina, Meningkatkan nafsu makan.

ABSTRACT

Introduction: Underweight toddlers is a condition where the child's weight is below the age standard, as a result of an imbalance between nutritional intake and body needs. This condition can be caused by a lack of nutritious food intake, repeated infectious diseases, and low appetite in children. **Objective:** This activity aims to provide education and training on tuina massage to increase appetite in mothers who have underweight toddlers. **Objective:** This activity aims to provide education and training on tuina massage to increase appetite in mothers who have underweight toddlers. **Methods:** The activity was carried out by means of lectures, discussions and training in tuina massage techniques which were attended by 25 mothers who had underweight toddlers. Evaluation is assessed based on the results of the *pretest* and *posttest* carried out before and after education and training activities. Indicators of participant success were shown by an increase in the knowledge and skills of mothers of toddlers in demonstrating tuina massage. **Benefits:** This activity is expected to increase the knowledge and skills of mothers with toddlers regarding tuina massage techniques to increase appetite in underweight toddlers. **Results:** The average *pretest* value was 6.16 and the average *posttest* value was 6.72. **Conclusion:** increased maternal

M. Ridwan¹, Herlina², Firda Fibrila³

knowledge about tuina massage by 0.56. It is hoped that mothers can routinely apply tuina massage as an alternative to increase appetite in toddlers, especially those with underweight.

Keywords : Education, Training, Tuina, Increase appetite.

1. PENDAHULUAN

Masalah gizi pada balita masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia. Salah satu indikator yang mencerminkan status gizi adalah berat badan menurut umur (BB/U). Balita dengan berat badan kurang merupakan kondisi di mana berat badan anak berada di bawah standar usia yang seharusnya, akibat dari ketidakseimbangan antara asupan gizi dan kebutuhan tubuh. Kondisi ini dapat disebabkan oleh kurangnya asupan makanan bergizi, penyakit infeksi yang berulang, serta rendahnya nafsu makan pada anak (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), tren status gizi balita di Indonesia terus meningkat sejak tahun 2019 hingga 2022 terutama untuk kategori underweight. Pada tahun 2019 sebesar 16,3% kemudian meningkat kembali pada tahun 2021 sebesar 17,0% dan terakhir pada tahun 2022 sebesar 17,1%. Pada tahun 2024, prevalensi balita dengan status underweight (berat badan kurang) di Provinsi Lampung masih cukup tinggi yaitu sebesar 14,8%, dengan rentang kepercayaan 95% antara 11,7%-18,6%. Angka ini menunjukkan bahwa masih ada sebagian besar balita yang mengalami permasalahan berat badan di bawah normal. Sementara itu, Kabupaten Lampung Tengah memiliki prevalensi balita dengan berat badan kurang sebesar 14,5%, yang masih di atas target nasional prevalensi underweight di bawah 10% sesuai dengan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2025 (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Lampung Tengah juga menunjukkan bahwa di Kecamatan Punggur, jumlah balita dengan berat badan kurang mencapai 116 anak (5,7%) dari total 2.041 balita yang ditimbang. Meskipun persentasenya terlihat kecil, kondisi ini tetap memerlukan perhatian karena dapat berlanjut menjadi gizi buruk apabila tidak segera ditangani. Salah satu penyebab umum berat badan kurang pada balita adalah rendahnya nafsu makan, yang dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis maupun gangguan sistem pencernaan (Pemerintah Kabupaten Lampung Tengah, 2022).

Kekurangan gizi pada anak-anak berkaitan dengan mortalitas dan morbiditas yang lebih tinggi. Hal ini dapat menghambat perkembangan fisik, mental, dan emosional jangka panjang pada anak-anak dan menghambat pertumbuhan, kesejahteraan ekonomi dan sosial suatu bangsa (Miletzki & Broten, 2017). Kekurangan gizi juga menyebabkan hambatan kognitif anak, rentan terhadap infeksi, dan berkontribusi pada morbiditas dan mortalitas anak (Das et al., 2020). Kejadian berat badan kurang pada anak balita terhambatnya akan berdampak pertumbuhan pada dan perkembangan balita ditandai dengan terganggunya kemampuan gangguan kecerdasan anak, kognitif, serta menurunnya produktivitas anak (Budiana & Supriadi, 2021). Permasalahan gizi yang terjadi pada balita dapat memberikan berbagai dampak buruk terhadap perkembangan anak selanjutnya. Dampak jangka pendeknya dari masalah gizi pada balita diantaranya anak dapat mengalami gangguan perkembangan otak; gangguan tingkat kecerdasan; terganggunya pertumbuhan dan perkembangan fisik; serta terjadinya gangguan metabolisme tubuh. Selain dampak jangka pendek, terdapat dampak jangka panjang dari masalah gizi pada balita, diantaranya adalah menurunnya

kemampuan kognitif dan prestasi belajar; menurunnya imunitas tubuh, sehingga mudah menderita penyakit; mempunyai risiko tinggi untuk terjadinya beberapa penyakit seperti penyakit pembuluh darah dan jantung, diabetes mellitus, kegemukan, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia lanjut; serta kualitas kerja yang tidak optimal yang pada akhirnya akan berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Upaya untuk mengatasi masalah berat badan kurang tidak hanya difokuskan pada pemberian makanan tambahan bergizi, tetapi juga melalui intervensi nonfarmakologis seperti pijat bayi (pijat Tuina). Pijat Tuina merupakan terapi tradisional Tiongkok yang berfokus pada titik-titik meridian tubuh untuk memperlancar peredaran darah dan energi (Qi) sehingga dapat merangsang kerja sistem pencernaan dan meningkatkan nafsu makan pada anak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pijat Tuina dapat membantu menormalkan fungsi lambung dan usus, meningkatkan nafsu makan, serta membantu penyerapan nutrisi pada balita dengan berat badan kurang (Li et al., 2023)

Melihat kondisi tersebut, diperlukan kegiatan Edukasi dan Pelatihan Pijat Tuina bagi orang tua balita di Kampung Astomulyo, Kecamatan Punggur, Kabupaten Lampung Tengah. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam melakukan pijat Tuina secara mandiri di rumah, sehingga dapat membantu meningkatkan nafsu makan dan memperbaiki status gizi anak. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam menurunkan angka balita dengan berat badan kurang di wilayah kerja Puskesmas Punggur.

Puskesmas Punggur merupakan salah satu Puskesmas yang ada di Lampung Tengah dengan visinya “Menuju masyarakat Punggur mandiri untuk hidup sehat berjaya” yaitu diwujudkan dengan membangun masyarakat yang sehat secara jasmani, rohani dan sehat secara sosial.

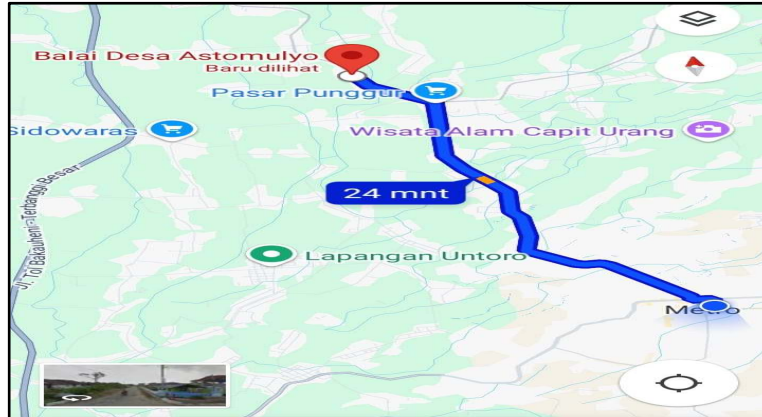
Civitas Poltekkes Tanjungkarang khususnya Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Kampus Metro sebagai bagian dari masyarakat civitas Poltekkes Tanjungkarang memiliki tanggung jawab membantu mensukseskan program pemerintah dalam peningkatan kesehatan masyarakat yang sehat dan berkualitas, dengan ikut berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat di wilayah kerja puskesmas Punggur sebagai bukti nyata dari salah satu unsur Tri Dharma Perguruan Tinggi yang telah ditetapkan pemerintah sekaligus menjadi tugas dan tanggungjawab dosen bersama mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kampus Metro Poltekkes Tanjungkarang.

2. MASALAH

Berdasarkan Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Lampung Tengah menunjukkan bahwa di Kecamatan Punggur, jumlah balita dengan berat badan kurang mencapai 116 anak (5,7%) dari total 2.041 balita yang ditimbang. Di kampung Asto Mulyo terdapat 52 (9,4%) balita yang mengalami gizi kurang, sedangkan balita yang mengalami stunting sebanyak 21 (3,8%) dari 549 balita yang ada. Hasil wawancara langsung terhadap 5 ibu yang memiliki balita, menyatakan belum pernah mendapatkan informasi mengenai teknik pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan balita yang mengalami gizi kurang. Sebagai target utama kegiatan pengabmas adalah seluruh ibu yang memiliki balita baik yang mengalami stunting maupun berat badan kurang yang berdomisili di Kampung Astomulyo Kec. Punggur Kab. Lampung

tengah. Tujuan kegiatan pengabmas adalah meningkatnya pengetahuan ibu yang memiliki balita mengenai teknik pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan balita yang mengalami gizi kurang.

Adapun lokasi kegiatan pengabmas seperti pada peta berikut ini:



Gambar 1. Peta dan jarak Lokasi Kegiatan Pengabmas

3. METODE

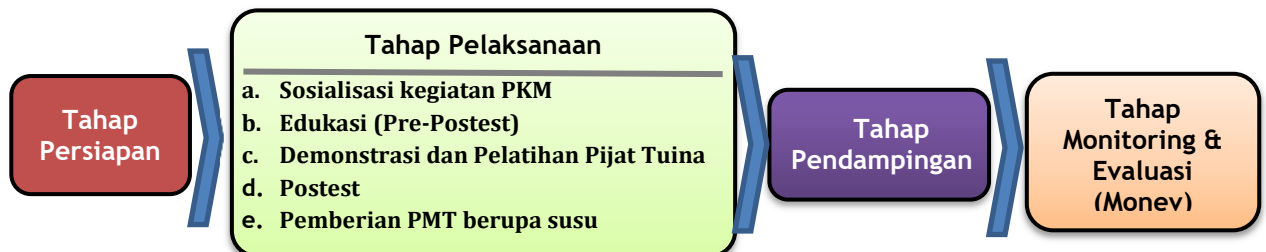
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (Pengabmas) ini merupakan kegiatan Tri Dhadrma Perguruan Tinggi bagi dosen dibantu oleh mahasiswa Program Sarjana Terapan Kebidanan Metro, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, yang dilaksanakan pada:

Hari/Tanggal : Jum'at/ 17 Oktober 2025

Waktu : 08.00 Wib s/d. selesai

Tempat : Balai Kampung Astomulyo Kec. Punggur Kab. Lampung Tengah

Pelaksanaan kegiatan pengabmas seperti pada alur pelaksanaan berikut ini:



Gambar 2. Alur Pelaksanaan Pengabmas

Metode kegiatan PKM dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan; pada tahap ini tim pengabmas bersama bidan desa mengumpulkan data untuk mengetahui masalah kesehatan balita dan situasi lingkungan mitra yang dijadikan obyek pengabdian, dilanjutkan dengan pengurusan surat izin kegiatan pengabmas. Lalu tim pengabmas mempersiapkan alat dan bahan baik media, materi edukasi dan perlengkapan lain yang diperlukan untuk demonstrasi pijat tuina.

b. Tahap Pelaksanaan, meliputi;

- 1) Melakukan sosialisasi kegiatan dengan sasaran kegiatan antara lain: kader kesehatan dan terutama semua ibu yang memiliki balita yang dengan berat badan kurang, menggunakan metode diskusi dan tanya

jawab yang dihadiri oleh 1 orang mewakili Kpala Kampung Asto Mulyo (Bpk. Aris Setiawan), 1 bidan Desa (Ibu Ari Nurhidayati, A.Md. Keb), 3 orang kader kesehatan dan 25 orang ibu memiliki balita. Sebelum pelaksanaan kegiatan pengabmas dimulai, seluruh Tim pengabmas, dan ibu yang memiliki balita sebagai mitra menyepakati terkait waktu kegiatan, sehingga diperoleh kesepakatan bahwa pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Balai Pertemuan Kampung Astomulyo Kec. Punggur pada hari Jum'at, 17 Oktober 2025 dimulai pukul 08.00 sd 12.00 WIB secara luring/tatap muka.

- 2) Sebelum edukasi diberikan, dilakukan *pretest* yang dilaksanakan jam 08.00-08.15 Wib menggunakan lembar kuesioner yang sudah disusun. Dilanjutkan dengan penyampaian materi edukasi tentang kebutuhan gizi pada balita dan teknik pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan balita dengan metode ceramah dan tanya jawab disampaikan oleh dosen pengabmas bersama mahasiswa, lalu diakhir dilakukan *posttest* jam 11.45-12.00 Wib menggunakan lembar kuesioner yang sudah disusun.
- 3) Melakukan demonstrasi atau simulasi teknik pijat tuina menggunakan alat peraga (boneka bayi) dan salah satu balita yang hadir, dengan metode simulasi yang disampaikan oleh dosen pengabmas bersama mahasiswa.
- 4) Selanjutnya memberikan kesempatan kepada ibu balita untuk bertanya tentang materi dan teknik pijat tuina yang telah disampaikan yang sekiranya belum dipahami. dilanjutkan dengan Pemberian makanan tambahan (PMT) oleh pemerintah Kampung Asto Mulyo pada semua ibu memiliki balita yang hadir.
- c. Tahap Pendampingan, pada kegiatan ini dilakukan oleh mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan Metro yang didampingi oleh bidan desa dan kader kesehatan Kampung Astomulyo pada tanggal 17 oktober 2025 untuk mengetahui apakah ibu mampu menerapkan teknik pijat tuina pada anak balitanya dengan benar. Metode yang digunakan pada kegiatan ini dengan mengobservasi secara langsung di rumah ibu yang memiliki balita. Dari 5 ibu yang memiliki balita sebagai perwakilan yang diobservasi didapatkan telah mampu melakukan teknik pijat tuina pada balitanya dengan benar.
- d. Tahap Monitoring dan Evaluasi. Pada tahap ini dimaksudkan untuk melihat keberlangsungan perilaku ibu dalam menerapkan teknik pijat tuina pada balitanya. Kegiatan ini dilakukan oleh bidan desa dan kader kesehatan setempat. Tim pengabmas mendapatkan gambar berupa video/foto langsung saat bidan desa dan kader kesehatan melakukan monov kepada ibu yang melakukan teknik pijat tuina. Berdasarkan laporan diketahui dari 25 orang sebanyak 15 (60%) ibu yang memiliki balita mampu dan trampil dalam melakukan teknik pijat tuina pada balitanya secara benar.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Beberapa aspek positif pada kegiatan pengabmas ini adalah antusias peserta yaitu ibu-ibu yang memiliki balita atas kesadaran bahwa

pentingnya meningkatkan kesehatan balitanya agar tidak mengalami berat badan kurang atau stunting, serta dukungan dari pihak Puskesmas Punggur dan Bidan Desa dan perangkat pemerintahan Kampung Asto Mulyo untuk menyediakan tempat dan fasilitas demi kelancaran kegiatan pengabmas.

Tabel 1. Daftar Peserta Kegiatan Pengabmas

No	Nama Ibu	Nama Balita	Usia Anak (bln)
1.	Ny. Lela Fatmawati	An. Bilal Syafiki	17 bln
2.	Ny. Rika Ratnasari	An. Karsi Rodofah	22 bln
3.	Ny. Dwi Wahyuni	An. Fathan	25 bln
4.	Ny. Eli Amelia	An. Cantika Hafizah	13 bln
5.	Ny. Dian Mariani	An. Ilham Zakky	28 bln
6.	Ny. Intan Septiana	An. Ageng Prayoga	36 bln
7.	Ny. Ari Panni	An. Abil Kautsar	23 bln
8.	Ny. Nurhayati	An. Bandiwa	43 bln
9.	Ny. Alvina Dian. N	An. Afifah Nuraini	42 bln
10.	Ny. Aulia Winda Sari	An. Arkamdi	25 bln
11.	Ny. Ani Raudatul inayah	An. M. Akbar	31 bln
12.	Ny. Endang Lestari	An. Belvani Almais	42 bln
13.	Ny. Nur Amalia	An. Dipta Arafian	14 bln
14.	Ny. Nikmatul Hasanah	An. Khairul	21 bln
15.	Ny. Eka Warsih	An. Meliyen	25 bln
16.	Ny. Echa Reva Sari	An. Adlan	35 bln
17.	Ny. Wiri Handayani	An. Ata Khairunisa	15 bln
18.	Ny. Minarti	An. Marthasari	47 bln
19.	Ny. Mar'atus Solikhah	An. Putri Zakiya	17 bln
20.	Ny. Wiwik Yuliati	An. Aziz Rahman	37 bln
21.	Ny. Reza Nurmailina	An. Wulandari	24 bln
22.	Ny. Tuti Agustina	An. Marina Putri	18 bln
23.	Ny. Badriyatul	An. Sholihatus Badriah	24 bln
24.	Ny. Emi Sundari	An. Rahmawati Putri	26 bln
25.	Ny. Renita Dwi Pertiwi	An. Desti Vindasari	24 bln

Sumber: Dokumentasi Pengabmas Asto Mulyo, 2025

Tabel 1 diperoleh gambaran bahwa dari 25 orang ibu yang memiliki balita yang menjadi sasaran kegiatan pengabmas ini, rata-rata usia balita adalah 26,92 bulan dimana balita termuda berusia 13 bulan dan yang tertua berusia 47 bulan.

Pada kegiatan pengabmas ini dilakukan pengukuran pengetahuan ibu-ibu yang memiliki balita sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) pemberian edukasi tentang kebutuhan gizi pada balita dan pemanfaatan bahan pangan lokal: daun kelor untuk mencegah stunting, dan keterampilan teknik pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan balita menggunakan lembar kuesioner sama untuk *pre-test* dan *pos-test*, dengan hasil seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Hasil *Pre* dan *Post Test* tentang Edukasi teknik pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan balita

Nilai	<i>Pre-test</i>			<i>Pos-test</i>		
	Kategori	Jumlah	Presentase	Kategori	Jumlah	Presentase
8 - 10	Baik	3	12	Baik	8	32

5 - 7	Cukup	18	72	Cukup	16	64
1 - 4	Kurang	4	16	Kurang	1	4
Jumlah		25	100		25	100

Sumber : Dokumentasi Pengabmas Asto Mulyo, 2025

Tabel 2 dari 25 ibu yang memiliki balita sebagai sasaran kegiatan pengabmas ini, menunjukkan sebelum dilakukan edukasi dan pelatihan (*pre test*), terbanyak 72% (18 orang) dengan kategori cukup (nilai 5-7) dan sebanyak 12% (3 orang) dengan kategori baik (nilai 8-10) artinya masih banyak ibu balita yang belum memahami tentang Pijat Tuina. Selanjutnya ketika edukasi dan pelatihan telah dilakukan (*post test*), terdapat sebanyak 64% (16 orang) dengan kategori cukup (nilai 5-7) dan sebanyak 32% (8 orang) dengan kategori baik (nilai 8-10). Hasil ini menunjukkan ada peningkatan pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan. Hal ini dapat dilihat dari penambahan skor nilai dengan kategori baik sebesar 20%.

Tabel 3. Perbedaan rerata Nilai *Pre* dan *Post Test* tentang Edukasi teknik pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan balita

Hasil Pengukuran	N	Mean	<i>P-value</i>
<i>Pretest</i>	25	6,16	0,015
<i>Posttest</i>	25	6,72	

Sumber : Dokumentasi Pengabmas Asto Mulyo, 2025

Tabel 3 menunjukkan dari 25 ibu balita yang menjadi sasaran kegiatan diperoleh rata-rata *pretest* sebesar 6,16 dan hasil rata-rata *posttest* meningkat sebesar 0,56 menjadi 6,72. Hal ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi dan pelatihan tentang Pijat Tuina. Dengan kata lain ada pengaruh pemberian edukasi tentang pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan pada ibu yang memiliki balita.

Berikut disajikan gambar kegiatan pengabdian kepada masyarakat (pengabmas) di Kampung Astomulyo Kec. Punggur Kab. Lampung Tengah, sebagai berikut:





Sumber : Dokumentasi Pengabmas 2025

b. Pembahasan

Hasil kegiatan pengabmas ini menunjukkan ada pengaruh pemberian edukasi tentang pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan pada ibu yang memiliki balita. Dengan kata lain pemberian edukasi pada ibu yang memiliki balita tentang pijat tuina sebagai salah tindakan alternatif komplementer sangat efektif untuk meningkatkan nafsu makan pada balita yang mengalami berat badan kurang. Hal ini menggambarkan bahwa edukasi yang dilakukan memberikan pengaruh positif yang dapat menambah pengetahuan Ibu yang memiliki Balita. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Green yang dikutip Notoadmojo (20214), pada faktor *predisposing* bahwa edukasi yang ditujukan untuk menggugah kesadaran, memberikan atau meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemeliharaan dan peningkatan kesehatan baik bagi dirinya, keluarga dan masyarakat. Lebih lanjut dijelaskan bahwa pengetahuan merupakan faktor domain yang sangat penting dalam pembentukan tindakan seseorang. Artinya tindakan yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada tindakan yang tidak disadari pengetahuan. Menurut Siedlecki et.al. (2014), bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh informasi yang peroleh dan diartikan serta diaplikasikan dalam kehidupan sehari hari. Pengetahuan dapat diperoleh dengan berbagai cara yaitu bisa dengan edukasi, pelatihan dan pemberdayaan kepada masyarakat. Hal ini juga dijelaskan oleh Conitha et al., (2023), bahwa pengetahuan dapat meningkatkan *health awareness* tiga kali lebih besar dengan p value 0,005 dan OR 3,443. Oleh karena itu, bila seseorang diberi pengetahuan dengan panduan media yang tepat maka, dapat menggugah minat dan memusatkan perhatian pada objek yang penting. Pada akhirnya dengan cepat memahami pengetahuan yang didapatnya (Fibrila. F., Herlina., Ridwan. M., 2024).

Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dapat dilakukan dengan cara farmakologi antara lain dengan pemberian multivitamin tanpa memperhatikan penyebab. Hal tersebut akan berdampak negatif jika diberikan dalam jangka waktu yang lama. Dewasa ini telah dikembangkan dari teknik pijat bayi atau akupresur sebagai alternatif untuk mengatasi

masalah anak kesulitan makan (Wulaningsih et al., 2022). Terapi akupresur sendiri sebagai salah satu teknik non farmakologis sistem pengobatan dengan cara menekan-nekan titik tertentu pada tubuh (*meridian*) untuk memperoleh efek rangsang pada energi vital atau Chi guna mendapatkan kesembuhan dari suatu penyakit atau untuk meningkatkan kualitas kesehatan. Salah satu teknik akupresur yang saat ini mulai berkembang adalah teknik akupresur Tuina yang salah satunya manfaat untuk mengatasi masalah nafsu makan yang kurang. Teknik akupresur Tuina yaitu dilakukan dengan teknik pijatan meluncur (*Effleurage* atau *Tui*), memijat (*Petrissage* atau *Nie*), mengetuk (*Tapotement* atau *Da*), gesekan, menarik, memutar, menggoyang, dan menggetarkan titik tertentu sehingga akan mempengaruhi aliran energi tubuh dengan memegang dan menekan bagian tubuh tertentu (Wulaningsih et al., 2022).

Pijat Tui Na dapat meningkatkan pertumbuhan, peningkatan daya tahan tubuh, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak, mengurangi stress dan keadaan tersinggung, kebugaran otot, mempercepat perkembangan otak dan sistem saraf (Mulyani et al., 2025). Pijat Tuina merupakan teknik perpaduan memanipulasi fisik dan titik-titik akupresur yang berasal dari teknik pijat tradisional asli Tiongkok yang berguna untuk meningkatkan kesehatan tubuh. Pijat tuina telah dibuktikan dalam penelitian sebelumnya dapat membantu melancarkan peredaran darah, sistem pencernaan, dan menstimulasi rasa lapar pada anak-anak (Azriani et al., 2024).

Beberapa penelitian juga telah membuktikan bahwa pijat tuina efektif membantu meningkatkan nafsu makan pada balita. Seperti yang dijelaskan oleh Lestari. G.I., Ridwan. M (2025) pada penelitiannya di Wilayah Kerja Puskesmas Ganjar Agung, Kota Metro pada balita stunting usia 3-4 tahun, menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean) nafsu makan balita stunting setelah intervensi Pijat Tuina sebesar 70,00, lebih tinggi dibanding sebelum Pijat Tuina dengan nilai rata-rata 48,88. Hasil $p\text{ value}=0,000$ artinya terdapat perbedaan yang sangat signifikan rata-rata pada balita stunting sebelum dan sesudah intervensi Pijat Tuina. Yolanda et al., (2025), pada penelitiannya di Poskesdes Kutapandan Kecamatan Lempuing, Kabupaten Ogan Komering Ilir, Sumatera Selatan terhadap anak usia 1-3 tahun, juga diperoleh peningkatan nilai rata-rata 109,20 sebelum pijat tuina dan nilai rata-rata setelah pijat Tui Na sebesar 114,12. Hasil penelitian juga diperoleh $p\text{ value}=0,001$ artinya ada pengaruh pijat Tui Na terhadap peningkatan nafsu makan anak. Hasil penelitian lainnya yang diperoleh nilai $p\text{-value} < \text{nilai } \alpha$ ($0,000 < 0,05$) artinya terdapat pengaruh pijat Tui Na terhadap peningkatan nafsu makan pada balita sebagai pencegahan stunting di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua dimana terjadi peningkatan pada nilai pretest dan posttest yaitu 2,25-7,20 dengan selisih peningkatan 4,95 (Tresnayanti et al., 2025).

Setelah di lakukan edukasi tentang teknik pijat tuina, diberikan pemberian makanan tambahan (PMT) berupa pemberian susu formula yang dilakukan oleh pemerintah kampung Asto Mulyo bersama bidan desa sebagai program yang telah ditetapkan oleh kampung Asto mulyo.

Selanjutnya Tim pengabmas melakukan survei terhadap kepuasan mitra pengabmas, dimana mitra memberikan respon positif dan begitu antusias yang ditunjukkan dengan semua peserta merasa termotivasi menyimak edukasi yang disampaikan

5. SIMPULAN

Pemberian edukasi dan pelatihan pijat tuina pada ibu sangat berpengaruh dalam meningkatkan nafsu makan anak balita. Hal ini dikarenakan pijat tuina praktis, simpel, murah dan dapat dilakukan secara mandiri (oleh ibu sendiri) kapan saja.

6. SARAN

Diharapkan ibu secara rutin dapat menarapkan pijat tuina sebagai alternatif meningkatkan nafsu makan pada balita terutama dengan berat badan kurang sehingga dapat mencegah terjadinya stunting. Dengan demikian pertumbuhan dan perkembangan anak balita lebih baik dan lebih sehat.

7. UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Direktur Poltekkes Tanjungkarang, KUPT, Bidan Koordinator dan Bidan Kampung Asto Mulyo Kec. Punggur Kab. Lampung Tengah, Kepala Kampung dan kader kesehatan Kampung Asto Mulyo, serta Tim pengabmas dan semua pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Azriani, D., Masita, Qinthara, N. S., Yulita, I. N., Agustian, D., Zuhairini, Y., & Dhamayanti, M. (2024). Risk factors associated with stunting incidence in under five children in Southeast Asia: a scoping review. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 43(1). <https://doi.org/10.1186/s41043-024-00656-7>
- Budiana, T. A., & Supriadi, D. (2021). Associations Of Family Size, Parental Education, And Child Health Insurance Coverage With The Incidence Of Underweight Among Children Under 24-59 Months At The South Cimahi Community Health Center (Puskesmas). *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 12(1), 38-50.
- Conitha, E. Y., Dachi, R. A., Sitorus, M.E. J., Nababan, D., & Tarigan, F. (2023). Hubungan Promosi Kesehatan, Mental Health dengan Mental Health Awareness pada Remaja Oleh Orang Tua. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 8(3), 758-767.
- Das, J. K., Salam, R. A., Saeed, M., Kazmi, F. A., & Bhutta, Z. A. (2020). Effectiveness of Interventions for Managing Acute Malnutrition in Children under Five Years of Age in. *Nutrients*, 12(6), 1-33. https://www.cambridge.org/core/product/identifier/S1368980021004894/type/journal_article
- Fibrila, F., Herlina., Ridwan. M., (2024). PEMANFAATAN MEDIA DIGITALISASI KELAS REPRODUKSI DALAM RANGKA EDUKASI PERSIAPAN PRAKONSEPI BAGI REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 4 KOTA METRO. *Jurnal Peran Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*. Vol.6, No.2, November 2024. P:ISSN 2685-547X, E:ISSN 2684-8899, Hal 226-237. <https://ejournalmalahayati.ac.id/article/view/18024>.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Pedoman Pencegahan Dan Tatalaksana Gizi Buruk Pada Balita. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* (pp. 1-120).
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Profil Kesehatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementrian Kesehatan RI. (2022). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
- Lestari. G.I., Ridwan. M (2025). EFFECTIVENESS OF TUI NA MASSAGE IN

OVERCOMING EATING DIFFICULTIES IN STUNTING TODDLERS AGED 3-4 YEARS. JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati), Vol 11, No. 5. Mei 2025. ISSN (Online) 2579-762X, Hal 371-375. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/20640>

Li, S., Lin, X., Li, X., Zhang, Y., Wang, L., & Lai, S. (2023). *Chinese pediatric Tuina can prevent premature infant feeding intolerance and is conducive to weight gain : a prospective randomized controlled study*. 23(2).

Miletzki, J., & Broten, N. (2017). *An Analysis of Amartya Sen's: Development as Freedom*.

Mulyani, A. T., Khairinisa, M. A., Khatib, A., & Chaerunisaa, A. Y. (2025). Understanding Stunting: Impact, Causes, and Strategy to Accelerate Stunting Reduction—A Narrative Review. *Nutrients*, 17(9). <https://doi.org/10.3390/nu17091493>

Notoatmodjo Soekidjo. (2014). *Promosi Kesehatan*. Rineka Cipta.

Pemerintah Kabupaten Lampung Tengah. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2022*.

Siedlecki, Sandra L., Mary Beth Modic, Esther Bernhofer, Jeanne Sorrell, Patricia Strumble, and Irene Kato. (2014). "Original Article Exploring How Bedside Nurses Care for Patients with Chronic Pain: A Grounded Theory Study." *Pain Management Nursing* 15(3):565-73. doi:10.1016/j.pmn.2012.12.007. National Library of Medicine (BIH). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23466194/>

Tresnayanti, N., Arihta, D., & Mekan, P. N. (2025). *Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu the Effect of Tui Na Massage on Increasing Toddlers ' Appetite At Posyandu Kampung Hobong , Jayapura District , Papua*. 14(2), 151-160.

Windyarti, M. L. N. Z., Martanti, A., & Wulandari, D. A. (2023). Efektifitas Pijat Bayi Sehat dan Pijat Tuina Terhadap Perilaku Makan Anak Balita Usia 1-3 Tahun dengan Gizi Kurang The. *Indonesian Journal of Midwifery*, 6(2), 89-95.

Wulaningsih, I., Sari, N., & Wijayanti, H. (2022). *Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Tingkat Nafsu Makan Balita Gizi Kurang*. 6(1), 33-38.

Yolanda, S. D., Wijayanti, A., Apriani, M., Yulia, Aprilinda, I., & Arahman, S. (2025). *Pijat Tuina Terhadap peningkatan Nafsu Makan Pada Anak Dengan Usia 1-3 Tahun Di Poskesdes Kutapandan*. 14(1), 99-105.