

**Pijat Tui Na untuk Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita di  
RW 3 dan 4 Desa Leyangan Ungaran Timur  
Kabupaten Semarang**

**Alfina Ifada<sup>1</sup>, Anissa Regita<sup>2</sup>, Gisella Alifia Saputri<sup>3</sup>, Karunia Pratiwi<sup>4</sup>, Miki Kasari<sup>5</sup>,  
Vanisa<sup>6</sup>, Ari Widyarningsih<sup>7</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Ngudi Waluyo, Fakultas kesehatan, alfinafia17@gmail.com

<sup>2</sup>Universitas Ngudi Waluyo, Fakultas kesehatan, anissaregita31@gmail.com

<sup>3</sup>Universitas Ngudi Waluyo, Fakultas kesehatan, sellalifia@gmail.com

<sup>4</sup>Universitas Ngudi Waluyo, Fakultas kesehatan, Karuniapратиwi017@gmail.com

<sup>5</sup>Universitas Ngudi Waluyo, Fakultas kesehatan, mikikasary01@gmail.com

<sup>6</sup>Universitas Ngudi Waluyo, Fakultas kesehatan, vanisav282@gmail.com

<sup>7</sup>Universitas Ngudi Waluyo, Fakultas kesehatan, widyaningsihari89@gmail.com

Email Korespondensi: sellalifia@gmail.com

---

**Article Info**

*Article History*

Submitted, 2025-06-23

Accepted, 2023-06-28

Published, 2025-07-04

---

*Keywords: Community  
Midwifery, Stunting,  
Malnutrition, Tui Na  
Massage,  
Complementary,  
Appetite*

Kata Kunci: Kebidanan  
Komunitas, Stunting,  
Gizi Kurang, Pijat Tui  
Na, Komplementer,  
Nafsu Makan

---

**Abstract**

*Community Midwifery Activities are midwifery services aimed at the community with an emphasis on high-risk groups with efforts to achieve optimal health levels through disease prevention, improving health, ensuring the affordability of the health services needed and involving clients as partners in planning, implementing and evaluating midwifery services. Tui Na massage is one of the advances in acupressure technology that helps overcome appetite problems. The advantages of this massage, in addition to overcoming eating difficulties in toddlers, can also strengthen the bond between children and parents. Parental communication through Tui Na Massage can form a special strong bond for toddlers, this gentle positive touch and pressure can prevent psychological problems in children so that children will find it easy to eat. The target of this activity is toddlers in RW 3 and 4 in Leyangan village. Based on the results of the study conducted for 1 week, namely on June 2-7, 2025, it was found that there were several problems that were worthy of being raised to be given the right solution, including problems in toddlers, namely there were 6 toddlers who had problems, 3 of whom were malnourished, 2 short children, and 1 very short child. Based on the description above, students held a socialization activity about complementary Tui Na massage care to overcome appetite problems in children.*

**Abstrak**

Kegiatan Kebidanan Komunitas adalah pelayanan kebidanan yang ditujukan kepada masyarakat dengan penekanan pada kelompok risiko tinggi dengan upaya mencapai derajat kesehatan yang optimal melalui pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan menjamin

keterjangkauan pelayanan kesehatan yang dibutuhkan dan melibatkan klien sebagai mitra dalam perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pelayanan kebidanan. Pijat Tui Na merupakan salah satu kemajuan teknologi akupressure yang membantu mengatasi masalah nafsu makan. Kelebihan pijat ini, selain untuk mengatasi kesulitan makan pada anak balita, juga dapat mempererat ikatan antara anak dan orang tua. Komunikasi orang tua melalui Pijat Tui Na dapat membentuk ikatan khusus yang kuat bagi anak balita, sentuhan dan tekanan positif yang diberikan dengan lembut ini dapat mencegah masalah psikologi anak sehingga anak akan mudah untuk makan. Sasaran kegiatan ini adalah balita RW 3 dan 4 di desa Leyangan. Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan selama 1 minggu yaitu pada 2-7 Juni 2025 ditemukan adanya beberapa masalah yang layak diangkat untuk diberikan penyelesaian yang tepat diantaranya adalah terdapat masalah pada balita, yaitu terdapat 6 balita yang bermasalah, 3 diantaranya adalah gizi kurang, 2 anak pendek, dan 1 anak sangat pendek. Berdasarkan uraian di atas maka mahasiswa mengadakan kegiatan sosialisasi tentang asuhan komplementer pijat Tui Na untuk mengatasi masalah nafsu makan pada anak.

#### Pendahuluan

Masa balita adalah masa yang paling penting dalam siklus kehidupan, karena pada usia 0 sampai 5 tahun balita mengalami perkembangan fisik, mental dan perilaku. Pada usia tersebut balita perlu mendapatkan perhatian khusus dalam hal gizi mereka (Gunawan, 2018).

Balita adalah anak yang berumur 0-59 bulan, pada masa ini ditandai dengan proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat dan disertai dengan perubahan yang memerlukan zat-zat gizi yang jumlahnya lebih banyak dengan kualitas yang tinggi. Akan tetapi, balita termasuk kelompok yang rawan gizi serta mudah menderita kelainan gizi karena kekurangan makanan yang dibutuhkan. Konsumsi makanan memegang peranan penting dalam pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak sehingga konsumsi makanan berpengaruh besar terhadap status gizi anak untuk mencapai pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak (Ariani, 2017). Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh nutrisi, beberapa masalah yang sering muncul salah satunya adalah kurangnya nafsu makan. Stunting adalah salah satu masalah gizi yang telah lama terjadi dengan penyebab pemenuhan gizi tidak tercukupi dalam jangka waktu yang lama dan akan nampak ketika anak berusia 2 tahun (Rahmadhita, 2020). Pemberian makanan pada anak haruslah kreatif dan variatif yang harus diperhatikan oleh ibu supaya pemenuhan gizi pada anak mampu terpenuhi dengan baik. Asupan nutrisi yang kurang baik dapat mengakibatkan hambatan dalam tumbuh kembang anak (Loya & Nuryanto, 2017).

Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Adapun masalah Stunting dan gizi kurang yang sering terjadi dapat disebabkan oleh kurangnya nafsu makan anak, hal ini dapat diatasi dengan pemberian stimulasi *Tui Na Massage*. Pijat *Tui Na* ini merupakan tehnik pijat yang lebih spesifik untuk mengatasi kesulitan makan pada balita dengan cara memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan, melalui modifikasi dari akupunktur tanpa jarum, teknik ini menggunakan penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga relatif lebih mudah dilakukandibandingkan akupuntur Manfaat pijat

**Commented [U1]:** Perhatikan penyusunan kalimat ( kesulitan nafsu makan dapat mnyebabkan kurang gizi. Upaya yang dapat dilakukan oleh ibu adalah dengan melakukan pemberian stimulasi melalui pijat tui na

tuina adalah sebagai cara untuk mendukung proses tumbuh kembang anak secara mental, fisik dan social, tujuan dari pemijatan tersebut adalah untuk memberikan rangsangan positif, melancarkan saraf-saraf sehingga bisa menjadikan tubuh menjadi rileks, lebih segar dan sebagainya (Dewitasari, 2015). Pijat ini dilakukan dengan tehnik pemijatan 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 tubuh pada bagian tubuh tertentu. (Hidayat et al.,2021).

Bersadarkan uraian maka akan dilakukan pengabdian masyarakat pijat *Tui Na* untuk meningkatkan nafsu makan pada balita yang mengalami stunting dan gizi kurang melalui media leaflet dan pendemostrasian atau praktek langsung kepada balita.

### Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Rumah salah satu kader pada tanggal 13 Juni 2025 yang dihadiri dengan 15 responden ibu balita dan balita di RW 3 dan 4 Desa Leyangan, 1 bidan desa, 2 Kader. Metode yang digunakan yaitu penyuluhan menggunakan leaflet lalu dilanjutkan pelatihan pijat tu ina pada balita menggunakan phantom bayi dan mempraktekkan langsung ke balita. Proses pelaksanaan diawali dengan pre –test menggunakan kuesioner yang terdiri dari 6 pertanyaan dengan pilihan jawaban ya atau tidak. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan para ibu tentang pijat tu ina. Tahap selanjutnya adalah pemaparan materi dan demonstrasi, metode ini dilakukan untuk memperjelas apa itu pijat *Tui Na* dan bagaimana cara melakukan pijat *Tui Na* dengan benar. Demonstrasi ini dilakukan dengan menggunakan panthom bayi dan mempraktekkan langsung gerakan pijat tu ina pada balita yang hadir. Para ibu sangat antusias dalam mendengarkan, melihat, dan praktek melakukan pijat tu ina. Tahap akhir yaitu evaluasi gambaran pengetahuan para ibu setelah diberikan penyuluhan menggunakan kuesioner sebagai post –test yang terdiri dari 6 pertanyaan dengan pilihan jawaban ya atau tidak, sedangkan untuk evaluasi keterampilan dilakukan dengan meminta perwakilan para ibu untuk mempraktikkan gerakan pijat tu ina yang sudah disosialisasikan.

### Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan ini diawali dengan tahapan identifikasi atau pendataan jumlah sasaran yaitu balita. Selanjutnya dilakukan beberapa tahapan dalam melakukan pengabdian masyarakat yaitu pertama dilakukan *pre-test* untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan ibu mengenai pijat *Tui Na* dan manfaatnya, selanjutnya dilakukan demontrasi pijat *Tui Na* dan kemudian dilakukan *post test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang pijat *Tui Na*.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum Pelatihan Pijat *Tui Na*

Tingkat Pengetahuan	Pre test	
Baik	1	6,7%
Cukup	2	13,3%
Kurang	12	80%

Berdasarkan data diatas, hasil *pre-test* menunjukkan bahwa pengetahuan pijat tuina yang dilakukan responden sebelum diberikan pelatihan tentang pijat tuina berada pada kategori baik yaitu 1 orang (6,7%), cukup yaitu sebanyak 2 orang (13,3%), dan 12 orang (80%) pada kategori kurang.

Skala penilaian pengetahuan dibedakan menjadi 3 kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Hasil jawaban responden terhadap kuesioner pengetahuan ibu melakukan pijat *Tui Na* sebelum diberikan pelatihan (*pre-test*) yaitu 15 responden yang menjadi sampel hasil *pre-test* menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan pijat *Tui Na* pada ibu balita di

RW 3 dan 4 Desa Leyangan dalam kategori kurang sebesar 12 responden (80%). Hal ini disebabkan karena selama ini ibu lebih sering menggunakan suplemen untuk meningkatkan nafsu makan anak. Selain itu ibu balita juga belum mengetahui cara meningkatkan nafsu makan anak dengan cara melakukan pijat tuina dan pada umumnya ibu juga merasa takut untuk memijat bayinya sendiri karena mereka belum pernah mendapatkan pelatihan tentang pijat tuina pada anak balita di RW 3 dan 4 Desa Leyangan, Ungaran Timur.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Responden Sesudah Pelatihan Pijat *Tui Na*

Tingkat Pengetahuan	Pre test	
	Baik	15
Cukup	0	0%
Kurang	0	0%

Berdasarkan data diatas, hasil post-test didapatkan dengan hasil yang sangat baik dimana seluruh responden yang dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan pelatihan tentang pijat tuina pengetahuan ibu menjadi meningkat.

Hasil pengabdian masyarakat didapatkan hasil post test lebih baik dibandingkan hasil pre test, hal ini disebabkan karena adanya suatu perlakuan sebelum post test. Responden diberikan pelatihan mengenai pijat tuina. Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2012) menjelaskan bahwa setelah manusia mendapatkan informasi atau pelatihan maka akan diolah lebih lanjut dengan memikirkan, mengolah, mempertanyakan, menggolongkan, dan merefleksikan. Pengetahuan ibu balita yang meningkat setelah dilakukan pelatihan pijat tuina dapat direfleksikan dengan sikap yang mendukung dan mau mempraktikkan pijat tuina pada anaknya.

Pengabdian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ester Ratnaningsih, dkk (2021) dengan judul “Efektivitas Pelatihan Pijat *Tui Na* Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Dusun Setan Desa Maguwoharjo, Kelurahan Depok Kabupaten Sleman” diperoleh hasil post test lebih baik daripada pre test.

Tabel 3. Hasil Uji Statistik

Kategori	Mean	Median	Minimal	Maksimal
Pre	15,3	0.00	0	100
Post	98	100,00	80	100

Berdasarkan pada tabel diatas menunjukkan bahwa nilai rata – rata data pre test di RW 3 dan 4 Desa Leyangan, Ungaran Timur pada 15 responden sebesar 15,3 dan rata-rata data post test sebesar 98. Rata – rata data post test di RW 3 dan 4 Desa Leyangan, Ungaran Timur setelah diberikan pelatihan tentang pijat tuina lebih baik dibanding dengan rata – rata data pre test sebelum diberikan pelatihan pijat tuina keduanya memiliki selisih 82,7. Peningkatan rerata adalah signifikan. Salah satu strategi yang direkomendasikan oleh WHO (2019) adalah meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap individu melalui pemberian informasi yang tepat. Strategi ini dimulai dengan melakukan analisis situasi, memastikan bahwa informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh masyarakat dan efektif dalam menambah pengetahuan tentang praktik pemijatan tui na pada anak. Tujuan utamanya adalah menciptakan kesadaran dan kesesuaian antara pengetahuan dan sikap individu. Dengan memberikan informasi dan penyuluhan kepada ibu tentang teknik pijat tui na, diharapkan akan terjadi peningkatan nafsu makan pada anak balita. Pijat tui na diyakini sebagai salahsatu upaya non-farmakologi yang dapat membantu mengatasi kesulitan makan pada anak. Melalui teknik pemijatan ini, diharapkan akan terjadi perbaikan dalam peredaran darah pada limpa dan pencernaan, yang pada akhirnya dapat meningkatkan nafsu makan pada anak-anak.

Prosiding  
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan  
Universitas Ngudi Waluyo

### **Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang bertemakan pijat *Tui Na* untuk meningkatkan nafsu makan pada balita yang diikuti oleh 15 ibu dan balita. Dilaksanakan pada hari Jumat, 13 Juni 2025 pukul 15.30-16.30 WIB di rumah salah satu kader RW 3 dan 4 Desa Leyangan, Ungaran Timur dengan 15 ibu dan balita yang bersemangat mengikuti kegiatan pijat *Tui Na*. Sebelum dilakukan penyuluhan pijat *Tui Na*, sebagian besar ibu memiliki pengetahuan kurang sebesar 80%, ibu dengan pengetahuan cukup sebesar 13,3% dan ibu dengan pengetahuan baik sebesar 6,7% Setelah dilakukan penyuluhan pijat *Tui Na* terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang pijat *Tui Na* yaitu seluruh responden memiliki pengetahuan yang baik tentang pijat tuina.

### **Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima kasih diberikan kepada Allah SWT yang telah memberikan kemudahan, kesehatan selama menjalankan kegiatan ini, ucapan terimakasih kepada Rektor Universitas Ngudi Waluyo, Dekan Fakultas Kesehatan, Kaprodi Pendidikan Profesi bidan, Pembimbing Akademik, Ibu Bidan Jarmini, Ibu Kader posyandu warasari 3, dan seluruh responden yang terlibat karena telah memberikan dan meluangkan waktunya untuk mendukung kegiatan ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aditya. (2014). Keajaiban Pijat Bagi Bayi dan Balita. PT. Wahyu Media.
- Annif, M. (2015). Efektifitas Pijat *Tui Na* Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita Di Rw 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kesehata*, 8(2), 193–199.
- Ardhillah. (2012). Pengaruh Pemijatan Terhadap Kenaikan Berat Badan Dan Lama Tidur Bayi Usia 1-3 Bulan. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*.
- Bimantoro, G. (2020). Pijat *Tui Na* meningkatkan Nafsu Makan Anak. *Aplikasi Kesehatan Indonesia*(2nd ed.). Pro Sehat.
- Fifit, K. I. S., & Afriyani, L. D. (2023). Pengaruh Metode Pijat *Tui Na* Terhadap Penambahan Berat Badan pada Balita Usia 1-5 Tahun dengan Masalah Berat Badan dan Picky Eater. *Journal of Holistics and Health Science*, 5(1), 135–143.
- Gunawan, R. (2016). Pijat *Tui Na* Anak Tingkatkan Nafsu makan dan Penyerapan Gizi Anak. *Praktisi Kesehatan Holistik*.
- Hidayanti, A. N. (2023). the Effect of Tuina Massage on Increasing Appetite in Toddlers in the Working Area of Kapuan Health Center, Blora Regency. *Journal of TSCNers*, 8(1), 2453–2503.
- Ikhsan, M. N. (2019). *Dasar Ilmu Akupresur dan Moksibusi*. Bimaristan Press.
- Kursani, E., Purba, C. V. G., & Marlina, H. (2020). Efektivitas pijat Tuina terhadap Picky Eater pada balita usia 6-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 5(2), 65–71.
- Marimbi, Hanum. (2010). Tumbuh Kembang, Status Gizi Dan Imunisasi Dasar Pada Balita. *Nuha Medika*.
- Sukanta, P. O. (2010). *Akupresur & Minuman untuk Mengatasi Gangguan Kesehatan Reproduksi*. PT Elex Media Komputindo.
- Suryani, & Ba'diyah. (2017). *Asuhan Keperawatan Anak Sehat dan Berkebutuhan Khusus*. Pustaka Baru Press