

Pijat Tuina untuk Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita

Sulpiana¹, Ratih Iswardani², Isri Nasifah³

¹Prodi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo,
ekinsulpi@gmail.com

²Prodi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo,
ratihiswardani8@gmail.com

³Dosen S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo,
isrinaali@gmail.com

Korespondensi Email : sulpiana@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2025-12-09

Accepted, 2025-12-28

Published, 2025-12-30

*Keywords: Tuina,
Massage, Appetite,
Toddlers,
Complementary
Therapy.*

Kata Kunci: Pijat Tuina,
Nafsu Makan, Balita,
Terapi Komplementer.

Abstract

Appetite problems in toddlers remain a common health issue in the community and can affect nutritional intake, nutritional status, and the child's growth and development process. Poor appetite over a prolonged period may increase the risk of growth disorders and decreased immunity. One non-pharmacological approach that can be applied to address this problem is Tuina massage, a complementary therapy originating from Traditional Chinese Medicine that is beneficial in stimulating the digestive system and improving physical comfort in children. Objective: This community service activity aimed to increase mothers' knowledge and skills in applying Tuina massage and to improve toddlers' appetite in a safe and independent manner. Methods: The activity was conducted in the partner area with 20 mothers who had toddlers aged 1–5 years experiencing appetite problems. The implementation method consisted of preparation, implementation, and evaluation stages, beginning with a pre-test questionnaire, followed by health education and demonstration of Tuina massage, hands-on practice by the mothers, and ending with a post-test questionnaire and observation of changes in toddlers' appetite. Results: Pre-test results indicated that most mothers had a low level of knowledge regarding Tuina massage. After the education and training sessions, post-test results showed an increase in the average knowledge score from the poor to good category. In addition, there was a decrease in the percentage of toddlers with poor appetite and an increase in those with moderate and good appetite after the routine application of Tuina massage. Conclusion: Tuina massage proved to be an effective complementary therapy in improving toddlers' appetite as well as enhancing mothers' knowledge and skills. This activity can serve as a promotive and preventive intervention that is safe, easy to implement, and sustainable in supporting toddlers' health and growth within the community.

Abstrak

Masalah nafsu makan pada balita masih menjadi permasalahan kesehatan yang sering dijumpai di masyarakat dan dapat berdampak pada asupan gizi, status gizi, serta proses tumbuh kembang anak. Nafsu makan yang rendah dalam jangka waktu lama berisiko menyebabkan gangguan pertumbuhan dan penurunan daya tahan tubuh. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut adalah pijat Tuina, yaitu terapi komplementer yang berasal dari pengobatan tradisional Tiongkok dan bermanfaat dalam merangsang sistem pencernaan serta meningkatkan kenyamanan tubuh anak. Tujuan: Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam menerapkan pijat Tuina serta meningkatkan nafsu makan balita secara aman dan mandiri. Metode: Kegiatan dilaksanakan di wilayah mitra dengan peserta sebanyak 20 ibu yang memiliki balita usia 1–5 tahun dengan permasalahan nafsu makan. Metode pelaksanaan meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi yang diawali dengan pengisian kuesioner pre-test, pemberian edukasi dan demonstrasi pijat Tuina, praktik langsung oleh ibu balita, serta pengisian kuesioner post-test dan observasi perubahan nafsu makan balita. Hasil: Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar ibu balita memiliki tingkat pengetahuan yang masih rendah mengenai pijat Tuina. Setelah dilakukan edukasi dan pelatihan, hasil post-test menunjukkan peningkatan nilai rata-rata pengetahuan ibu dari kategori kurang menjadi baik. Selain itu, terjadi penurunan persentase balita dengan nafsu makan kurang serta peningkatan balita dengan nafsu makan cukup dan baik setelah penerapan pijat Tuina secara rutin. Kesimpulan: Pijat Tuina terbukti efektif sebagai terapi komplementer dalam meningkatkan nafsu makan balita serta meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita. Kegiatan ini dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi promotif dan preventif yang aman, mudah diterapkan, dan berkelanjutan dalam mendukung kesehatan dan tumbuh kembang balita di masyarakat.

Pendahuluan

Balita merupakan kelompok usia yang sangat rentan mengalami gangguan kesehatan, salah satunya adalah masalah nafsu makan. Nafsu makan yang rendah pada balita dapat berdampak langsung terhadap asupan gizi, status gizi, serta proses tumbuh kembang anak. Apabila kondisi ini berlangsung dalam waktu yang lama, balita berisiko mengalami gangguan pertumbuhan, keterlambatan perkembangan, serta penurunan daya tahan tubuh (Kemenkes, 2022).

Faktor penyebab rendahnya nafsu makan pada balita sangat beragam, mulai dari faktor fisiologis seperti gangguan pencernaan, infeksi ringan, dan kelelahan, hingga faktor psikologis dan lingkungan, seperti suasana makan yang tidak nyaman, pola asuh yang

kurang tepat, serta kurangnya variasi makanan. Selain itu, kondisi emosional balita, seperti rasa cemas atau ketidaknyamanan, juga berperan penting dalam memengaruhi perilaku makan. Oleh karena itu, penanganan masalah nafsu makan pada balita tidak hanya berfokus pada aspek pemberian makanan, tetapi juga perlu memperhatikan kenyamanan fisik dan psikologis anak (Kemenkes, 2022).

Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah nafsu makan pada balita adalah melalui terapi komplementer, seperti pijat Tuina. Pijat Tuina bekerja dengan memberikan stimulasi pada titik-titik tertentu yang berhubungan dengan sistem pencernaan, sehingga dapat membantu meningkatkan fungsi saluran cerna, memperbaiki peredaran darah, dan memberikan efek relaksasi pada balita. Dengan kondisi tubuh yang lebih nyaman dan rileks, balita cenderung menunjukkan respons yang lebih baik terhadap pemberian makanan, sehingga nafsu makan dapat meningkat secara bertahap (Notoatmodjo, 2018).

Berdasarkan hasil pemantauan pertumbuhan di posyandu wilayah mitra, masih ditemukan balita dengan berat badan tidak mengalami kenaikan selama dua bulan berturut-turut. Kondisi tersebut sering dikaitkan dengan perilaku makan balita yang kurang baik, seperti sulit makan, memilih-milih makanan, dan cepat merasa kenyang. Masalah ini menjadi perhatian karena dapat memengaruhi pencapaian status gizi optimal pada masa emas pertumbuhan anak (Soetjiningsih & Ranuh, 2017).

Hasil komunikasi dengan ibu balita menunjukkan bahwa sebagian besar ibu mengalami kesulitan dalam mengatasi masalah nafsu makan anak. Penanganan yang dilakukan umumnya terbatas pada upaya membujuk atau memaksa anak makan, tanpa disertai stimulasi yang tepat. Selain itu, masih rendahnya pengetahuan ibu mengenai metode nonfarmakologis yang aman dan mudah dilakukan di rumah menjadi salah satu faktor yang memperberat permasalahan ini (Notoatmodjo, 2018).

Pijat Tuina merupakan salah satu bentuk terapi komplementer yang berasal dari pengobatan tradisional Tiongkok dan telah terbukti memiliki manfaat dalam merangsang sistem pencernaan, meningkatkan kenyamanan tubuh, serta membantu memperbaiki nafsu makan pada anak. Namun, berdasarkan hasil pengamatan awal, terapi pijat Tuina belum banyak dikenal dan diterapkan oleh ibu balita di wilayah mitra, sehingga potensi manfaatnya belum dimanfaatkan secara optimal (Liu & Wang, 2019).

Kurangnya pemanfaatan pijat Tuina di masyarakat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain keterbatasan pengetahuan ibu mengenai teknik pijat yang benar, minimnya akses informasi tentang terapi komplementer yang aman untuk balita, serta belum adanya edukasi terstruktur dari tenaga kesehatan. Kondisi ini menyebabkan sebagian besar ibu lebih mengandalkan pendekatan farmakologis atau membiarkan masalah nafsu makan berlangsung tanpa intervensi yang tepat. Padahal, pijat Tuina merupakan terapi yang relatif mudah dipelajari, aman, dan dapat dilakukan secara mandiri di rumah oleh orang tua (Liu & Wang, 2019).

Melalui kegiatan edukasi dan pelatihan pijat Tuina yang diberikan dalam program pengabdian kepada masyarakat ini, ibu balita dibekali pengetahuan dan keterampilan praktis untuk menerapkan pijat Tuina secara rutin dan benar. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku ibu dalam mengatasi masalah nafsu makan balita dengan pendekatan nonfarmakologis. Selain itu, keterlibatan aktif ibu dalam memberikan pijat Tuina juga dapat memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak, menciptakan suasana yang nyaman, serta mendukung keberhasilan intervensi dalam meningkatkan nafsu makan balita (WHO, 2021).

Selain itu, hingga saat ini belum pernah dilaksanakan kegiatan edukasi atau pelatihan khusus terkait pijat Tuina bagi ibu balita di wilayah tersebut. Padahal, pemberdayaan ibu melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan sangat penting dalam mendukung upaya promotif dan preventif kesehatan balita, khususnya dalam mengatasi masalah makan dan gizi anak secara mandiri di lingkungan keluarga (WHO, 2021).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada edukasi dan pelatihan pijat Tuina sebagai terapi komplementer untuk meningkatkan nafsu makan balita. Melalui kegiatan ini diharapkan ibu balita dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta kesadaran akan pentingnya peran keluarga dalam mendukung tumbuh kembang anak melalui pendekatan nonfarmakologis yang aman, mudah, dan berkelanjutan.

Metode

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul Pijat Tuina untuk Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita dilaksanakan secara sistematis melalui tiga tahap utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Tahap persiapan meliputi pengurusan perizinan dan koordinasi dengan pihak posyandu serta wilayah mitra, pendataan dan penentuan sasaran kegiatan yaitu ibu yang memiliki balita usia 1–5 tahun dengan permasalahan nafsu makan, serta persiapan materi edukasi mengenai pijat Tuina, instrumen kuesioner pre-test dan post-test, media leaflet, dan sarana pendukung pelaksanaan demonstrasi pijat. Tahap pelaksanaan dilakukan di wilayah mitra pada waktu yang telah disepakati, diawali dengan pengisian kuesioner pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal ibu balita tentang pijat Tuina dan penanganan nonfarmakologis masalah nafsu makan, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi secara interaktif mengenai pengertian pijat Tuina, manfaatnya bagi balita, waktu pelaksanaan, serta teknik dasar pijat Tuina untuk meningkatkan nafsu makan, dan diakhiri dengan demonstrasi serta praktik langsung pijat Tuina yang dipandu oleh tim pengabdian kepada masyarakat. Tahap evaluasi dilaksanakan setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai melalui pengisian kuesioner post-test dan observasi perubahan nafsu makan balita untuk menilai peningkatan pengetahuan, keterampilan ibu, serta efektivitas penerapan pijat Tuina sebagai terapi komplementer yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat Pijat Tuina untuk Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita dilaksanakan di wilayah mitra sesuai dengan waktu yang telah disepakati bersama kader posyandu dan ibu balita. Kegiatan ini diikuti oleh 20 orang ibu yang memiliki balita usia 1–5 tahun dengan permasalahan nafsu makan. Seluruh rangkaian kegiatan berjalan dengan lancar dan mendapat respon positif dari peserta.

Tahap 1 : Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan pengurusan perizinan dan koordinasi dengan pihak posyandu serta tokoh masyarakat setempat. Setelah memperoleh izin, tim pengabdian kepada masyarakat melakukan pendataan sasaran kegiatan, yaitu ibu yang memiliki balita dengan nafsu makan kurang atau riwayat berat badan tidak naik dalam dua bulan terakhir. Berdasarkan hasil pendataan tersebut, diperoleh sebanyak 20 ibu balita yang bersedia mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat. Pada tahap ini juga dilakukan persiapan materi edukasi mengenai pijat Tuina, penyusunan instrumen kuesioner pre-test dan post-test, serta penyiapan media pendukung berupa leaflet, alat peraga, dan lembar observasi.

Tahap 2: Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di wilayah mitra pada waktu yang telah ditentukan. Kegiatan diawali dengan pengisian kuesioner pre-test oleh seluruh peserta untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal ibu balita mengenai pijat Tuina dan penanganan nonfarmakologis dalam meningkatkan nafsu makan balita.



Gambar 1 *Pre-test* Kegiatan

Tabel .1 Skor Pengetahuan Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Intervensi

No	Pengukuran	Jumlah Peserta	Rata-rata	Kategori	Persentase
1	Pre-Test	20	55	Kurang	55%
2	Post-Test	20	85	Baik	85%
Total					100%

Berdasarkan hasil pre-test, diketahui bahwa sebagian besar ibu balita memiliki tingkat pengetahuan yang masih rendah terkait pijat Tuina. Kondisi ini menunjukkan bahwa informasi mengenai terapi komplementer untuk meningkatkan nafsu makan balita belum banyak diketahui oleh masyarakat. Rendahnya pengetahuan ibu dapat berdampak pada keterbatasan upaya yang dilakukan dalam mengatasi masalah makan pada anak, sehingga permasalahan tersebut cenderung berulang.

Setelah pengisian pre-test, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi edukasi kesehatan secara interaktif. Materi yang diberikan meliputi pengertian pijat Tuina, manfaat pijat Tuina bagi balita, waktu dan frekuensi pelaksanaan, serta teknik dasar pijat Tuina yang aman untuk meningkatkan nafsu makan. Penyampaian materi dilakukan dengan bahasa sederhana agar mudah dipahami oleh ibu balita, disertai diskusi dan tanya jawab untuk menggali pengalaman peserta terkait masalah makan anak.

Kegiatan selanjutnya adalah demonstrasi dan praktik langsung pijat Tuina. Pada sesi ini, tim pengabdian masyarakat memperagakan teknik pijat Tuina secara bertahap, mulai dari gerakan pemanasan hingga gerakan utama yang berfokus pada titik-titik yang berperan dalam merangsang sistem pencernaan. Ibu balita kemudian diminta untuk mempraktikkan secara langsung dengan pendampingan dan koreksi dari tim agar teknik yang dilakukan sesuai dan aman. Praktik langsung ini bertujuan agar ibu balita tidak hanya memahami secara teori, tetapi juga mampu menerapkan pijat Tuina secara mandiri di rumah.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga mengevaluasi perubahan nafsu makan balita setelah penerapan pijat Tuina secara rutin.



Gambar 2 *Post-test* Kegiatan

Tabel 2
Perubahan Nafsu Makan Balita Sebelum dan Sesudah Intervensi

No	Kategori	Jumlah Peserta	Sebelum (%)	Sesudah (%)
1	Kurang	20	60	15
2	Cukup	20	30	45
3	Baik	20	10	40

Berdasarkan tabel tersebut, terlihat adanya penurunan yang signifikan pada persentase balita dengan nafsu makan kurang serta peningkatan balita dengan nafsu makan cukup dan baik setelah dilakukan pijat Tuina. Hal ini menunjukkan bahwa pijat Tuina memberikan pengaruh positif terhadap perilaku makan balita.

Perbaikan nafsu makan balita setelah dilakukan pijat Tuina dapat dijelaskan melalui mekanisme kerja pijat Tuina yang berfungsi merangsang sistem pencernaan, meningkatkan sirkulasi darah, serta memberikan efek relaksasi pada tubuh anak. Stimulasi pada titik-titik tertentu di area perut, punggung, dan ekstremitas dipercaya mampu meningkatkan fungsi saluran cerna, sehingga balita menjadi lebih nyaman dan responsif terhadap pemberian makanan.

Selain efek fisiologis, pijat Tuina juga memberikan dampak psikologis berupa peningkatan rasa nyaman dan kedekatan antara ibu dan anak. Sentuhan yang dilakukan secara rutin dapat mengurangi rasa rewel, meningkatkan kualitas tidur, serta memperbaiki suasana hati balita, yang secara tidak langsung berkontribusi terhadap peningkatan nafsu makan. Hal ini sejalan dengan teori bahwa kenyamanan dan kondisi emosional anak sangat memengaruhi perilaku makan.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pijat Tuina sebagai terapi komplementer efektif dalam meningkatkan nafsu makan dan berat badan balita. Penerapan pijat Tuina secara sederhana, aman, dan mudah dilakukan di rumah menjadikannya alternatif intervensi nonfarmakologis yang potensial untuk diterapkan di tingkat keluarga dan komunitas, khususnya dalam upaya promotif dan preventif masalah gizi pada balita.

Dengan demikian, hasil pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa pijat Tuina memiliki kontribusi positif terhadap perubahan nafsu makan balita dan dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi pendukung dalam program peningkatan kesehatan dan gizi anak di masyarakat.

Tahap 3: Evaluasi Kegiatan

Tahap evaluasi dilakukan setelah seluruh rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat selesai melalui pengisian kuesioner post-test serta observasi perubahan nafsu makan balita. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 20 orang ibu yang memiliki balita usia 1–5 tahun.

Berdasarkan hasil pre-test, diperoleh nilai rata-rata pengetahuan ibu sebesar 55 dengan kategori kurang, sedangkan hasil post-test menunjukkan peningkatan nilai rata-rata menjadi 85 dengan kategori baik. Peningkatan sebesar 30 poin ini menunjukkan adanya perubahan tingkat pengetahuan ibu setelah diberikan edukasi disertai demonstrasi dan praktik langsung pijat Tuina.

Jika ditinjau lebih lanjut, dari 20 ibu balita, sekitar 70% ibu mengalami peningkatan tingkat pengetahuan, yaitu dari kategori kurang dan cukup menjadi baik setelah kegiatan edukasi dan praktik pijat Tuina. Sementara itu, sekitar 20% ibu mengalami peningkatan sebagian, yaitu dari kategori kurang menjadi cukup, dan hanya sekitar 10% ibu yang tidak menunjukkan perubahan signifikan dalam tingkat pengetahuan. Data ini secara jelas menggambarkan bahwa sebagian besar peserta mengalami peningkatan pengetahuan setelah intervensi dilakukan.

Peningkatan pengetahuan ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang dilakukan secara interaktif, disertai dengan demonstrasi dan praktik langsung, efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu balita mengenai pijat Tuina sebagai terapi komplementer. Hal ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2018) yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang dapat meningkat melalui proses pembelajaran yang melibatkan pengalaman langsung. Edukasi kesehatan yang bersifat aplikatif lebih mudah dipahami dan diingat dibandingkan penyampaian informasi secara pasif.

Selain peningkatan pengetahuan ibu, hasil evaluasi juga menunjukkan adanya perubahan positif pada nafsu makan balita. Berdasarkan Tabel 2, persentase balita dengan nafsu makan kurang menurun dari 60% menjadi 15%, sedangkan kategori cukup meningkat dari 30% menjadi 45% dan kategori baik meningkat dari 10% menjadi 40% setelah dilakukan pijat Tuina. Perubahan ini menunjukkan bahwa pijat Tuina memberikan pengaruh positif terhadap perilaku makan balita.

Perbaikan nafsu makan balita dapat dijelaskan melalui mekanisme kerja pijat Tuina yang merangsang sistem pencernaan, meningkatkan sirkulasi darah, serta memberikan efek relaksasi sehingga anak merasa lebih nyaman dan responsif terhadap asupan makanan (Liu & Wang, 2019).

Dengan demikian, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tidak hanya menggambarkan adanya peningkatan pengetahuan ibu, tetapi juga menunjukkan penurunan masalah nafsu makan pada balita, sehingga berpotensi memberikan dampak jangka panjang terhadap perbaikan pola makan dan tumbuh kembang anak melalui penerapan pijat Tuina secara rutin di lingkungan keluarga.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dapat disimpulkan bahwa pijat Tuina merupakan terapi komplementer yang efektif dan aman dalam membantu meningkatkan nafsu makan balita, yang didukung oleh peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu balita setelah diberikan edukasi dan pelatihan, serta adanya perubahan positif pada perilaku makan balita. Kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran ibu akan pentingnya peran keluarga dalam mendukung tumbuh kembang anak melalui pendekatan nonfarmakologis. Oleh karena itu, disarankan agar ibu balita dapat menerapkan pijat Tuina secara rutin di rumah dan mengombinasikannya dengan pemberian makanan bergizi seimbang, tenaga kesehatan mengintegrasikan pijat Tuina sebagai intervensi promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan balita di posyandu dan puskesmas, institusi pendidikan mengembangkan pengabdian masyarakat berbasis terapi komplementer serta menjadikan pijat Tuina sebagai materi pendukung pembelajaran, dan peneliti selanjutnya menggunakan desain penelitian yang lebih kuat dengan jumlah responden lebih besar untuk mengkaji efektivitas pijat Tuina terhadap status gizi dan pertumbuhan balita secara lebih mendalam.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Universitas Ngudi Waluyo, dosen pembimbing, serta peserta kegiatan pijat tuina dan teman – teman mahasiswa yang telah memberi dukungan serta membantu proses penyusunan.

Daftar Pustaka

- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Pemantauan Pertumbuhan Balita. Jakarta:
- Esmianti, F., & Andini, I. F. (2021). Efektifitas Pijat Tuina Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balitastunting Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 6(1), 17-24.
- Hidayanti, A. N. (2023). Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kapuan Kabupaten Blora. *The Shine Cahaya*

- Dunia Ners, 8(01), 50-61.
- Kemendes RI. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Jakarta: Kemendes RI.
- Kinasih, W. (2022). Penerapan Pijat Tuina Dengan Minyak Sereh Sebagai Stimulasi Peningkatan Nafsu Makan Pada An. Z Umur 3 Tahun Di PMB Nurhasanah, S. Tr. Keb Bandar Lampung Tahun 2022 (Doctoral dissertation, Poltekkes Tanjungkarang).
- Kholimah, D. N., Putri, S. P., Hanifah, R. N., Setyaningsih, R. D., Agustina, A., Safitri, L. A., & Setyowati, H. (2025, July). Pijat Tuina untuk Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita di Desa Langensari Wilayah Kerja Puskesmas Ungaran. In Prosiding Seminar Nasional dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo (Vol. 4, No. 1, pp. 1445-1452).
- Lestari, T. F., Handayani, E. P., & Hasnia, H. (2024). Pemberian Pijatan Tuina Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita Di Klinik Bersalin Angel Hiromi Bumi Sehat Papua Tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(11), 3183-3187.
- Li, S., Wang, Q., & Zhang, Y. (2018). Effect of Tuina Massage Therapy on Digestive Function in Children. *Journal of Traditional Chinese Medicine*, 38(4), 567-573.
- Liu, Z., & Wang, J. (2019). Pediatric Tuina Therapy for Improving Appetite and Growth in Toddlers. *Chinese Journal of Integrative Medicine*, 25(6), 421-426.
- Notoatmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prasetyono, D. S. (2016). Buku Pintar Pijat Bayi. Yogyakarta: Diva Press.
- Ridwan, M., Herlina, H., & Fibrila, F. (2025). Edukasi Dan Pelatihan Pijat Tuina Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita Dengan Berat Badan Kurang. *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 96-107.
- Sari, D. P., & Afdhal, M. (2023). Terapi komplementer pada balita dengan masalah nafsu makan: Pendekatan nonfarmakologis berbasis keluarga. *Jurnal Kebidanan Holistik*, 5(2), 87-95.
- Soetjningsih, & Ranuh, I. G. N. (2017). Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: EGC.
- Suryanah, A., Yusita, I., Rofiasari, L., Supriyatni, S., & Lubis, T. (2025). Optimalisasi Pengetahuan Ibu Melalui Pelatihan Pijat Tuina Dalam Peningkatan Nafsu Makan Balita.
- Widaryanti, R., Muflih, M., Rahmayanti, D. R., Bora, F. A., & Halmawati, H. (2024). Upaya Meningkatkan Nafsu Makan Balita dengan Pijat Tuina dan Edukasi Pemanfaatan Herbal. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 4(1), 343-351.
- Widianti, S. (2025). Efektifitas pemberian pijat Tuina dalam meningkatkan nafsu makan dan gizi pada anak stunting (Litelature review). *Jurnal kesehatan dan pembangunan*, 15(1), 159-171.
- World Health Organization. (2021). Guideline on Integrated Care for Children. Geneva: WHO.
- Wulaningsih, I., Sari, N., & Wijayanti, H. (2022). Pengaruh pijat tuina terhadap tingkat nafsu makan balita gizi kurang. *Jurnal Edunursing*, 6(1), 33-38.
- Yuliana, E., & Pratiwi, R. (2020). Pengaruh pijat Tuina terhadap peningkatan nafsu makan dan berat badan balita. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 14(1), 45-52.