

EFEKTIFITAS PEMBERIAN PIJAT TUINA DALAM MENINGKATKAN NAFSU MAKAN DAN GIZI PADA ANAK STUNTING (LITELATURE REVIEW)

Sherly Widiанти¹, Murtiningsih²

¹Mahasiswa Program Studi Magister Keperawatan FITKes UNJANI

²Dosen Program Studi Magister Keperawatan FITKes UNJANI

Jl. Terusan Jend. Sudirman, Cibeber, Kec. Cimahi Sel., Kota Cimahi, Jawa Barat

Email: widiantisherly3@gmail.com¹, murty68@yahoo.com²

Abstrak

Stunting merupakan salah satu masalah gizi yang masih menjadi tantangan besar di berbagai negara, termasuk Indonesia. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), sekitar 22% dari anak-anak Indonesia mengalami stunting, yang dapat berdampak jangka panjang terhadap kesehatan, perkembangan kognitif, dan produktivitas di masa depan. Salah satu faktor utama yang menyebabkan stunting adalah kurangnya asupan gizi yang memadai, yang sering kali berkaitan dengan nafsu makan yang rendah pada anak (WHO, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pemberian pijat tuina dalam meningkatkan nafsu makan dan gizi pada anak stunting. Hasil penelusuran dari database didapatkan 10 artikel yang sesuai dengan kriteria penelitian. Dari beberapa penelitian didapatkan bahwa efektifitas pemberian pijat tuina dalam meningkatkan nafsu makan dan gizi pada anak stunting semuanya efektif dan berhasil menaikkan berat badan dan nafsu makan pada anak. Dengan diketahuinya efektifitas pemberian pijat tuina dalam meningkatkan nafsu makan dan gizi pada anak stunting ini diharapkan manajemen rumah sakit mendapatkan solusi dalam penanganan masalah stunting dengan tehnik non farmakologi sehingga masalah kesehatan dapat teratasi dengan melakukan pijat tuina.

Kata Kunci : Pijat tuina, Stunting, nafsu makan

Abstract

Stunting is a nutritional problem that is still a big challenge in various countries, including Indonesia. Based on data from the World Health Organization (WHO), around 22% of Indonesian children experience stunting, which can have long-term impacts on health, cognitive development and productivity in the future. One of the main factors causing stunting is a lack of adequate nutritional intake, which is often related to low appetite in children (WHO, 2018). This research aims to determine the effectiveness of giving tuina massage in increasing appetite and nutrition in stunted children. Search results from the database found 10 articles that met the research criteria. From several studies it was found that the effectiveness of giving tuina massage in increasing appetite and nutrition in stunted children is all effective and successful in increasing children's weight and appetite. By knowing the effectiveness of giving tuina massage in increasing appetite and nutrition in stunted children, it is hoped that hospital management will find a solution in handling stunting problems using non-pharmacological techniques so that health problems can be resolved by doing tuina massage.

Keywords: Tuina massage, stunting, appetite

PENDAHULUAN

Stunting terjadi ketika anak mengalami gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan otak akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama, terutama pada dua tahun pertama kehidupannya. Salah satu faktor utama yang menyebabkan stunting adalah kurangnya asupan gizi yang memadai, yang sering kali berkaitan dengan nafsu makan yang rendah pada anak (WHO, 2018).

Stunting adalah kondisi gangguan pertumbuhan yang terjadi akibat kekurangan gizi kronis, dan merupakan salah satu tantangan besar yang dihadapi banyak negara, termasuk Indonesia. Berdasarkan data Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) 2021, sekitar 24% dari balita Indonesia mengalami stunting. Kondisi ini tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berdampak pada kemampuan kognitif dan perkembangan otak anak yang berpotensi mengurangi kualitas hidup mereka di masa depan. Salah satu faktor utama penyebab stunting adalah rendahnya nafsu makan yang seringkali diikuti dengan penurunan asupan gizi, yang mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak (BPS, 2021).

Masalah nafsu makan yang rendah pada anak stunting dapat disebabkan oleh berbagai faktor, mulai dari gangguan pencernaan, infeksi berulang, hingga faktor psikologis. Oleh karena itu, intervensi yang efektif untuk meningkatkan nafsu makan menjadi sangat penting dalam upaya mengatasi stunting. Berbagai upaya telah dilakukan untuk menanggulangi masalah ini, seperti pemberian suplemen gizi, terapi makanan, serta pengawasan pertumbuhan anak.

Salah satu alternatif yang mulai mendapatkan perhatian adalah pijat Tuina, yang merupakan teknik pijat tradisional Tiongkok. Pijat Tuina menggunakan manipulasi tubuh dan titik akupresur untuk merangsang berbagai organ tubuh, memperbaiki aliran energi atau Qi, dan meningkatkan sirkulasi darah. Dalam konteks anak stunting, pijat Tuina dipercaya dapat membantu mengatasi gangguan pencernaan, meningkatkan metabolisme, serta merangsang nafsu makan anak-anak yang mengalami kesulitan makan. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pijat Tuina dapat memperbaiki fungsi pencernaan dan merangsang refleks tubuh yang berkontribusi pada perbaikan status gizi, terutama pada anak-anak yang mengalami gangguan pertumbuhan akibat kurangnya asupan makanan (Aguayo & Menon, 2016).

Berbagai upaya telah dilakukan untuk mengatasi masalah stunting, mulai dari program pemberian makanan tambahan, edukasi gizi, hingga pemantauan pertumbuhan. Namun, salah satu pendekatan yang belum banyak dikaji adalah penggunaan terapi alternatif seperti pijat Tuina. Pijat Tuina adalah salah satu teknik pijat tradisional Tiongkok yang memadukan manipulasi fisik dan titik-titik akupresur untuk meningkatkan kesehatan tubuh. Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pijat Tuina dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah, merangsang sistem pencernaan, serta

menstimulasi nafsu makan pada anak-anak (Azriani et al., 2024).

Pijat Tuina dipercaya dapat mengatasi masalah pencernaan, meningkatkan metabolisme tubuh, dan memperbaiki keseimbangan energi, yang pada akhirnya dapat berdampak positif terhadap peningkatan nafsu makan dan penyerapan nutrisi yang lebih baik. Oleh karena itu, pemberian pijat Tuina sebagai salah satu intervensi tambahan untuk anak stunting berpotensi menjadi solusi yang efektif dalam upaya meningkatkan nafsu makan dan gizi pada anak-anak yang mengalami stunting (Desmond, 2024).

Selain itu, pijat Tuina juga dapat membantu menenangkan sistem saraf, mengurangi stres, dan meningkatkan kualitas tidur, yang merupakan faktor penting dalam pemulihan dan pertumbuhan anak. Oleh karena itu, pijat Tuina dapat menjadi pilihan terapi yang mendukung terapi gizi konvensional, dan dapat diintegrasikan dalam program pengentasan stunting sebagai upaya yang lebih komprehensif (Ashar; et al., 2024).

Namun, meskipun manfaat pijat Tuina sudah terbukti dalam beberapa studi terkait terapi alternatif untuk masalah kesehatan lainnya, masih sedikit penelitian yang secara khusus mengkaji efektivitas pijat Tuina dalam meningkatkan nafsu makan dan status gizi pada anak-anak dengan stunting. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menilai seberapa besar pengaruh pijat Tuina terhadap peningkatan nafsu makan dan status gizi anak-anak dengan stunting (Yuriati et al., 2024).

Penelitian mengenai efektivitas pijat Tuina

dalam meningkatkan nafsu makan dan status gizi pada anak-anak dengan stunting masih terbatas, padahal pendekatan ini dapat menjadi alternatif terapi non-invasif yang berpotensi mendukung program pengentasan stunting secara lebih holistic (Nurtilawati & Wahyudi, 2024). Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji sejauh mana pijat Tuina dapat memberikan dampak positif terhadap nafsu makan dan status gizi pada anak stunting, serta untuk mengetahui potensi pijat Tuina sebagai salah satu solusi tambahan dalam penanganan masalah stunting di Indonesia. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang berguna bagi pengembangan pendekatan holistik dalam penanganan stunting, serta memberikan alternatif solusi bagi orang tua dan tenaga kesehatan dalam meningkatkan kualitas gizi pada anak-anak dengan masalah pertumbuhan.

METODE PENELITIAN

Pencarian artikel pada systematic review ini menggunakan database diantaranya : PubMed, Scopus, atau jurnal lainnya. Pencarian artikel dan jurnal dalam studi ini menggunakan keyword dan Boolean operator (AND, OR NOT or AND NOT). Kata kunci yang digunakan adalah “stunting” DAN “pijat tuina” DAN ” nafsu makan.

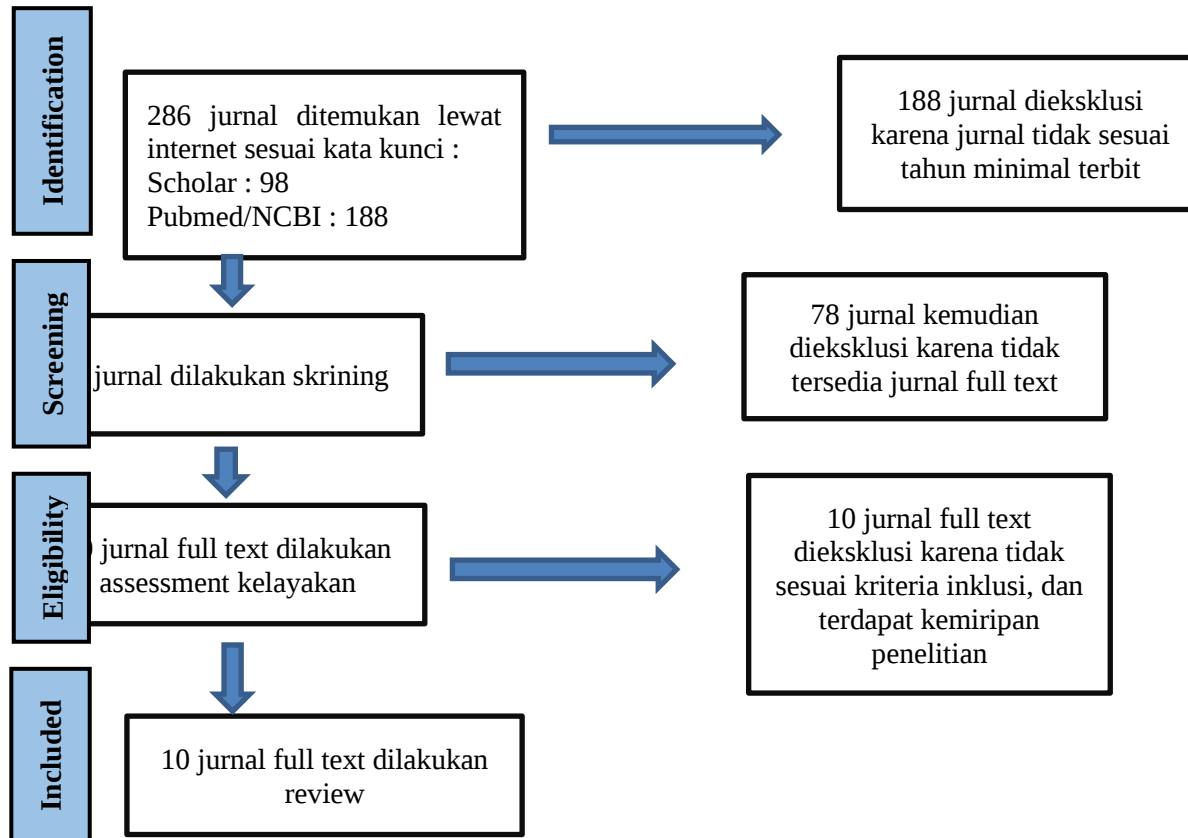
Dalam prosedur pencarian literatur pada studi ini, dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditentukan: studi ditulis dalam Bahasa Indonesia, responden adalah petugas kesehatan di rumah sakit.

Outcome utama yang dinilai adalah efektifitas pijat tuina dalam meningkatkan dan gizi pada anak stunting.

Berdasarkan hasil pencarian *literature* melalui database maka didapatkan artikel berjumlah 572 artikel yang sesuai dengan kata kunci tersebut.

PEMILIHAN KRITERIA

Kajian yang dipilih pada pencarian artikel didasarkan pada kriteria inklusi seperti judul dan abstrak, sumber artikel terindeks jelas yang ditulis dalam bahasa Indonesia, full text, artikel ilmiah dan diterbitkan pada periode 2019-2024.



Gambar 4.1 Diagram Alur Review Jurnal

HASIL PENELITIAN

No.	Peneliti	Judul	Metode Penelitian	Jumlah Sampel	Hasil
1	Puspita et.al (Puspita; et al., 2021)	Efektifitas Pijat Tuina Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balitastunting Kabupaten Rejang Lebong	Desain penelitian ini adalah quasi eksperimen yang melibatkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan perlakuan langsung menggunakan job sheet. Analisis data melalui Uji T dengan nilai kemaknaan alpha 0,05.	Populasi yang digunakan adalah semua anak balita stunting yang ada di wilayah 2 Puskesmas berjumlah 70 balita stunting, dengan jumlah sampel sebanyak 36 responden.	Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata (mean) tingkat nafsu makan balita stunting pada kelompok intervensi Pijat Tuina sebesar 70,00 lebih baik dibanding sebelum dilakukan Pijat Tuina dengan nilai rata rata sebesar 48,89 Rata-rata tingkat nafsu makan balita pada kelompok kontrol dengan sentuhan sebelum 51,67 dibanding setelah 56,67.
2	Maulida dan Sutrisna (Maulida; & Sutrisna, 2024)	Pengaruh Pemberian Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Dan Penambahan Berat Badan Balita Stunting	Penelitian ini menggunakan Quasy eksperimental dengan desain Pre and Post test with control group. Populasi yang digunakan adalah seluruh balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Blang Cut, dengan teknik pengambilan sampel secara Purposive sampling yang terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan penyebaran kuesioner dan dianalisis dengan menggunakan uji Paired T Test.	Sampel dalam penelitian ini sebanyak 50 anak balita stunting yang terdiri dari 25 kelompok perlakuan dan 25 kelompok kontrol. dengan teknik pengambilan sampel secara purposive sampling.	Hasil uji statistik menunjukkan rata-rata nafsu makan pada kelompok perlakuan sebelum dilakukan pijat Tui Na adalah 1,32 dan setelah dilakukan pijat Tui Na rata-rata 1,52. Sedangkan pada kelompok kontrol, rata-rata nafsu makan sebelum sebesar 1,56 dan sesudah sebesar 1,48, terdapat perbedaan nafsu makan sebesar 0,2 pada kelompok perlakuan dan 0,08 pada kelompok kontrol. Sedangkan rata-rata berat badan pada kelompok perlakuan sebelum dilakukan pijat adalah 10,47 kg dan setelah dilakukan pijat Tui Na rata-rata adalah 10,54 kg. Ada kenaikan berat badan pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah pijat Tui Na sebesar 0,07 kg dan pada kelompok kontrol sebesar 0,04 kg
3	Wulaningsih et.al (Wulaningsih et al., 2022)	Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Tingkat Nafsu Makan Balita Gizi Kurang	Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan menggunakan rancangan Quasy Experimental dengan pendekatan One Group Pre-Test-Post-Test Design.	Populasi dalam penelitian ini adalah balita gizi buruk di Puskesmas Kedungmundu yang berjumlah 57 balita. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling.	Nafsu makan balita sebelum dilakukan pemijatan tuina rata-rata 5.812, standar deviasi 0,655, dan skor terendah 5 serta skor tertinggi 7, sedangkan sesudah dilakukan pemijatan pada balita rata-rata 8.187, standar deviasi 0,910, dan skor terendah 7, skor tertinggi 10. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada pengaruh pemijatan tuina terhadap peningkatan nafsu makan pada anak gizi kurang dengan nilai p sebesar 0,000. Hasil penelitian ini adalah ada pengaruh pemijatan tuina terhadap peningkatan nafsu

						makan balita sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan tuina.
4	Yuriati et.al (Yuriati; et al., 2024)	Pengaruh Pijat Nafsu Makan Terhadap Berat Badan Pada Balita Stunting	Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain Quasi Eksperimen pre test dan post test. Analisis univariat digunakan untuk menguraikan data. Uji analisis bivariat menggunakan uji independent t test.	Sampel dalam penelitian ini adalah balita stunting usia 1-5 tahun yang berada di wilayah kerja Puskesmas Mekar Baru Kelurahan Batu IX. Pengambilan sampel dengan purposive sampling sebanyak 30 balita yang dibagi menjadi dua kelompok yang mendapat pijat nafsu makan dan yang tidak.		Hasil penelitian bahwa terdapat beda rerata pada kelompok eksperimen yaitu 0,50 kg artinya ada perubahan berat badan setelah dilakukan pijat nafsu makan, dimana terdapat kenaikan berat badan sebesar 0.10 kg setelah diberikan pijat nafsu makan pada kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa adanya kenaikan berat badan yang lebih besar pada kelompok perlakuan dibandingkan kelompok kontrol. Hasil uji t independen mejelaskan bahwa pijat nasfu makan berpengaruh terhadap berat badan balita dengan sig= 0,00. Disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara pemberian pijat nafsu makan terhadap berat badan balita stunting.
5	Noflidaputri et.al (Noflidaputri & Hidayati, 2020)	Efektifitas Pijat Tui Na Dalam Meningkatkan Berat Badan Terhadap Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Lintau Buo	Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan pendekatan one grouppretest postest. Penelitan ini dilakukan pada bulan oktober 2019. Pengumpulan data penelitian menggunakan lembar observasi.	Populasi pada penelitian ini adalah seluruh balita yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar berjumlah 24 balita. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara purposive sampling dengan jumlah 10 balita.		Uji statistik menggunakan uji Parametrik Uji Wilxocon menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi berat badan balita sebelum dilakukan Pijat Tui Na adalah 8,79 dan rata-rata frekuensi berat badan balita setelah dilakukan Pijat Tui Na adalah 8,87 dengan nilai P=0,002. Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat efektifitas Pijat Tui Na dalam meningkatkan nafsu makan terhadap balita dan dapat dijadikan sebagai metode non farmakologi untuk meningkatkan nafsu makan terhadap balita
6	Rimbani dan Maryatun (Rimbani; & Maryatun, 2024)	Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Berat Badan Balita Di Desa Ngrandu Kecamatan Geyer Kabupaten Grobogan	Rancangan penelitian yang digunakan adalah quasi-eksperimen dengan menggunakan metode pretest dan posttest without control. Penelitian ini hanya menggunakan kelompok intervensi, pijat Tuina yang diberikan perlakuan sekali selama 6 hari berturut-turut dengan 8 gerakan pemijatan selama 15 menit.	Responden penelitian menggunakan 22 balita Desa Ngrandu Kecamatan Geyer Kabupaten Grobogan umur 1 sampai 5 tahun dengan berat badan kurang dari usianya. Pengambilan sampel penelitian menggunakan metode total sampel.		Hasil uji paired t test menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p-value sebesar 0.000 yang kurang dari 0.05) artinya, terdapat perbedaan berat badan antara nilai pretest dan posttest pemberian pijat Tuina. Berdasarkan uji statistik, intervensi pijat Tuina memiliki efek signifikan pada berat badan balita. Artinya, pijat Tuina efektif meningkatkan berat badan balita di Desa Ngrandu Kecamatan Geyer Kabupaten Grobogan.
7	Mei et.al (Mei Lia Nindya Zulis	Efektifitas Pijat Bayi Sehat dan Pijat Tuina Terhadap Perilaku Makan Anak Balita Usia 1-3	Metode: Jenis riset quasy eksperiment dengan desain One Group Pre serta Post Test Whit	Populasi merupakan bayi umur 1- 3 tahun dengan gizi kurang di UPTD Puskesmas Keling 2 Jepara		Hasil uji Paired T- Test menampilkan terdapat Ada Pengaruh Pijat Tui na Terhadap Perilaku Makan Anak Usia 1- 3 Tahun dengan Gizi Kurang di

	Windyarti, Anny Martanti, 2023)	Tahun dengan Gizi Kurang	Control Group.	sebanyak 108 orang. Pengambilan sampel memakai Purposive Sampling sebanyak 30 responden buat tiap kelompoknya.	Puskesmas Keling 2 Kabupaten Jepara dengan nilai p value 0.000$\leq$ 0.05. Pijat Tui na mempengaruhi terhadap Terhadap Sikap Makan Anak Usia 1- 3 Tahun dengan Gizi Kurang. Dianjurkan kepada tenaga bidan buat memanfaatkan pijat Tui na sebagai prosedur nonfarmakologi guna memperbaiki perilaku makan bayi dengan gizi kurang
8	Kursani et.al (Kursani et al., 2018)	Efektivitas Pijat Tuina Terhadap Picky Eater Pada Balita Usia 6-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru	Jenis penelitian Quasi Eksperimen dengan desain two group pre test posttest. Picky eater diukur menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji T Paired Test dan T Independent Test	Teknik sampling consecutive sampling dengan jumlah 50:50 balita yang ada di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru.	Dari hasil analisis data diperoleh rata-rata picky eater sebelum pijat Tuina adalah 21,30 sedangkan rata-rata picky eater sesudah pijat Tuina adalah 12,92. Berdasarkan analisis statistik menggunakan t paired test diperoleh nilai P sebesar 0,000 $\leq$ 0,05 artinya ada perbedaan picky eater sebelum dan sesudah pijat Tuina. Ratarata picky eater sebelum pemberian multivitamin adalah 22,96 sedangkan rata-rata picky eater sesudah pemberian multivitamin adalah 12,74. Berdasarkan analisis statistik menggunakan t paired test diperoleh nilai P sebesar 0,000 $\leq$ 0,05 artinya ada perbedaan picky eater sebelum dan sesudah pemberian multivitamin. Selanjutnya berdasarkan analisis menggunakan T Independent test diperoleh nilai P sebesar 0,840 $>$ 0,05 artinya tidak ada perbedaan picky eater sesudah pijat Tuina dan pemberian multivitamin pada Balita Usia 6-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru.
9	Ceria dan Arintasari (Ceria & Arintasari, 2019)	Pengaruh Pemberian Pijat Tui Na Dengan Berat Badan Anak Balita	Jenis penelitian kuantitatif dengan desain Quasy Eksperiment pre post test. Pengambilan sampel purposive sampling. Analisis data menggunakan uji t dependent.	Sampel dalam penelitian ini adalah anak balita usia 1-5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Depok 1 Sleman Yogyakarta. Teknik Pengambilan sampel secara purposive sampling. Jumlah sampel 30 anak balita	Hasil uji statistik t-dependent menunjukkan berat badan anak balita sebelum dilakukan pijat tui na sebesar 11,62 kg dan setelah pijat tui na 11,81 kg, perbedaan sebesar 0,18 kg atau 180 gram dengan standar deviasi 0,164 dengan p value = 0,000. Terdapat pengaruh yang signifikan pemberian pijat tui na dengan berat badan anak balita sebelum dan sesudah pijat tui na. Pijat tui na mampu meningkatkan berat badan balita secara signifikan
10	Nurtilawati dan Wahyudi	Penerapan Pijat Tui Na Untuk Meningkatkan Berat Badan Pada Balita	Studi kasus. Asuhan Keperawatan pada klien balita dengan gizi kurang pada keluarga	Jumlah sampel dua pasien balita dengan diagnosa status gizi kurang	Pijat Tui Na selama 6 hari berturut-turut terbukti meningkatkan nafsu makan

(Nurtilawati & Wahyudi, 2024)	Dengan Gizi Kurang Di Puskesmas Juata	Tn. A dan Tn.S dimulai dari pengkajian, analisa data, diagnosa keperawatan, rencana keperawatan, implementasi keperawatan hingga evaluasi keperawatan dimulai tanggal 22-28 April 2024. Pijat Tui Na selama 6 hari berturut-turut	dan menambah berat badan sebanyak 0,5 kg pada balita gizi kurang. Pijat Tui Na dapat direkomendasikan sebagai terapi non farmakologi yang aman, efektif, hemat biaya dan dapat dilakukan oleh orang tua kepada anaknya setelah diberikan secara teratur, benar caranya dan tertib maka akan membantu meningkatkan berat badan anak.
-------------------------------	---------------------------------------	---	---

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian 10 jurnal yang dibahas di atas dapat disimpulkan bahwa semua penelitian terdapat pengaruh pijat Tuina terhadap status gizi dan nafsu makan pada anak dengan stunting.

Gejala kesulitan makan sering dialami oleh anak terutama rentang usia 1-3 tahun yang disebut juga usia food jag, yaitu anak hanya makan pada makanan yang disukai bahkan sulit makan, seringkali hal ini dianggap wajar namun keadaan sulit makan yang berkepanjangan akan menimbulkan masalah pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Gangguan fungsi limpa dan pencernaan menjadi penyebab paling dominan pada anak dengan kesulitan makan. Gangguan fungsi saluran cerna kronis seperti alergi makanan, intoleransi makanan. Reaksi simpang makanan tersebut tampaknya sebagai penyebab utama gangguan-gangguan tersebut. Hal ini bisa dilihat dengan timbulnya permasalahan kesulitan makan (Noflidaputri & Hidayati, 2020).

Usia 1-5 tahun merupakan kelompok rentan gizi. Asupan nutrisi yang tidak adekuat pada lima tahun pertama dapat berakibat gangguan pertumbuhan, perkembangan baik fisik, mental dan otak yang bersifat irreversible. Stunting merupakan masalah gizi kronis pada balita yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya. Anak yang menderita Stunting akan lebih rentan terhadap penyakit dan ketika dewasa berisiko untuk mengidap penyakit degenerative (Asi, 2024).

Penyebab Stunting tidak hanya jumlah konsumsi tetapi juga pada pola pemberian

makan balita secara keseluruhan yang kurang atau tidak mencukupi kebutuhan. Penurunan nafsu makan anak yang berlangsung lama dapat menyebabkan pertumbuhan menjadi terhambat. Anak dengan nafsu makan menurun akan menyebabkan imunitas menurun sehingga anak mudah sakit. Anak yang sakit cenderung nafsu makan menurun sehingga asupan nutrisinya berkurang (Aguayo & Menon, 2016).

Upaya untuk mengatasi kesulitan makan tersebut dapat dilakukan dengan cara non farmakologi dan farmakologi. Upaya dengan farmakologi yaitu dengan pemberian multivitamin, penambah nafsu makan, suplemen, susu dan mikronutrien lainnya. Sedangkan upaya non farmakologi dapat dilakukan melalui pijat, akupresur, dan akupunktur. Namun, upaya secara farmakologi hal tersebut akan berdampak negatif jika diberikan dalam jangka waktu yang lama (Lemma et al., 2024).

Pijat merupakan salah satu terapi komplementer yang banyak dipilih orang tua. Pijat oleh tenaga profesional dapat untuk mencapai kesehatan dan kesejahteraan yang positif (fisik, hasil fungsional, dan psikologis) bagi tubuh. Terapi sentuhan (pijat) seperti pijat Tui Na dapat memberikan efek positif secara fisik antara lain kenaikan berat badan (Puspita; et al., 2021).

Pijat Tui Na merupakan teknik 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 mudah digunakan dibandingkan

akupunktur. Pada balita dengan berat badan kurang dengan pijat Tui Na akan membuat peredaran darah lancar dan sistem pencernaan menjadi lebih lancar sehingga nafsu makan bertambah dan penyerapan nutrisi/gizi lebih optimal akibatnya dapat meningkatkan berat badan (Rimbani; & Maryatun, 2024)

KESIMPULAN

1. Terdapat 10 (Sepuluh) artikel yang memiliki relevansi dengan studi efektifitas pijat Tuina terhadap status gizi dan nafsu makan anak stunting.
2. Rata-rata artikel mengatakan bahwa pijat Tuina memberikan manfaat terhadap peningkatan status gizi dan nafsu makan pada anak yang mengalami stunting.
3. Dalam pemberian tindakan pijat tuina sudah sesuai SOP dan memberikan dampak yang signifikan terhadap gizi dan nafsu makan anak.

SARAN

1. Sebagai upaya tambahan dalam penanganan anak stunting, pijat tuina dapat menjadi alternatif terapi yang efektif untuk meningkatkan sirkulasi darah dan merangsang nafsu makan.
2. Disarankan agar para orang tua dan tenaga medis mempertimbangkan penerapan pijat tuina secara teratur sebagai bagian dari program pemulihan gizi anak stunting.
3. Dengan pendekatan ini, diharapkan anak-anak stunting dapat mengalami peningkatan nafsu makan yang berujung pada perbaikan status gizi mereka

REFERENSI

Abrantes, L. C. S., Figueiredo, A. C. M. G.,

Buccini, G., Gonçalves, V. S. S., & Pizato, N. (2024). *Association between household food insecurity and stunting in children aged 0 – 59 months : Systematic review and meta - analysis of cohort studies*. October 2023, 1–15. <https://doi.org/10.1111/mcn.13609>

Aguayo, V. M., & Menon, P. (2016). Introduction Stop stunting : improving child feeding , women ' s nutrition and household sanitation in South Asia. *Maternal & Child Nutritio*, 12, 3–11. <https://doi.org/10.1111/mcn.12283>

Ashar, H., Agung Dwi Laksono, Supadmi, S., & Kusumawardani, H. D. (2024). *Factors related to stunting in children under 2 years old in the Papua, Indonesia*. 45(3), 273–278. <https://doi.org/10.15537/smj.2024.45.3.20230774>

Asi, S., & Asi, S. (2024). Stunting predictors among children aged 0-24 months in Southeast Asia : a scoping review. *Rev Bras Enferm*. 2024;77(2):E20220625, 77(2), 1–13.

Azriani, D., Qinthara, N. S., Yulita, I. N., Agustian, D., & Zuhairini, Y. (2024). *Risk factors associated with stunting incidence in under five children in Southeast Asia : a scoping review*. 7.

Badan Pusat Statistik (BPS). (2021). "Indikator Kesehatan: Prevalensi Stunting di Indonesia." Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). "Pedoman Penanggulangan Stunting di Indonesia."

Ceria, I., & Arintasari, F. (2019). PENGARUH PEMBERIAN PIJAT TUI NA DENGAN BERAT BADAN ANAK BALITA THE INFLUENCE OF TUI NA MASSAGE WITH WEIGHT OF. *Meningkatkan Kemampuan Literasi Digital Dalam Publikasi Ilmiah Di Era Revolusi Industri 4.0 Seminar Nasional UNRIYO [November] [2019]*, 469–475.

Desmond, M. A. (2024). Plant-Based Diets in Children : Secular Trends , Health

- Outcomes , Research — A Systematic Review. MDPI.
- Id, H. A., Hadju, V., Id, R. H., Id, S., & Id, M. (2023). *Determinants of stunting in children under five years old in South Sulawesi and West Sulawesi Province : 2013 and 2018 Indonesian Basic Health Survey*. 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281962>
- Kalondeng, A., Zakir, M., & Djibe, S. (2024). *Detecting Age Prone to Growth Retardation in Children Through a Bi - Response Nonparametric Regression Model with a Penalized Spline Estimator*. 549–554. <https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr>
- Kursani, E., Vita, C., Purba, G., & Marlina, H. (2018). EFEKTIVITAS PIJAT TUINA TERHADAP PICKY EATER PADA BALITA USIA 6-59 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIMPANG TIGA. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup* ISSN: 2528-4002 (Media Online) ISSN: 2355-892X (Print) Online: <Http://E-Journal.Sari-Mutiara.Ac.Id/Index.Php/KesehatanMasyarakat, 4002, 64–71>.
- Kusumawardani, H. D., Laksono, A. D., Hidayat, T., & Supadmi, S. (2023). Stunting Among Children Under Two Years in the Islands Areas : A Cross-sectional Study of the Maluku Region in Indonesia , 2021. *Hamadan University of Medical Sciences*, 23(4), e00597–e00597. <https://doi.org/10.34172/jrhs.2023.132>
- Laksono, A. D., Izza, N., Trisnani, T., Paramita, A., Sholikhah, H. H., Andarwati, P., Rosyadi, K., & Wulandari, R. D. (2024). *Determination of appropriate policy targets to reduce the prevalence of stunting in children under five years of age in urban- - poor communities in Indonesia : a secondary data analysis of the 2022 Indonesian national nutritional status survey*. 1–8. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-089531>
- Lemma, B., Id, S., Tesema, G. A., & Fentie, B. M. (2024). *Geographical variation in hotspots of stunting among under-five children in Ethiopia : A geographically weighted regression and multilevel robust Poisson regression analysis*. 1–23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303071>
- Liu, Zhi-feng, Wang, H., Yu, T., Zhang, Y., Jiao, Y., & Wang, X. (2022). *Tuina for peripherally-induced neuropathic pain : A review of analgesic mechanism*. December, 1–7. <https://doi.org/10.3389/fnins.2022.1096734>
- Liu, Zhifeng, Wang, H., Yu, T., Jiao, Y., Zhang, Y., Liu, D., Xu, Y., Guan, Q., & Lu, M. (2021). *A Review on the Mechanism of Tuina Promoting the Recovery of Peripheral Nerve Injury*. 2021.
- Maulida;, H., & Sutrisna, E. (2024). PENGARUH PEMBERIAN PIJAT TUI NA TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN DAN PENAMBAHAN BERAT BADAN BALITA STUNTING. *UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO HEALTH SCIENCES JOURNAL*, 8(1).
- Mei Lia Nindya Zulis Windyarti;, Anny Martanti, D. A. W. (2023). Efektifitas Pijat Bayi Sehat dan Pijat Tuina Terhadap Perilaku The Effectiveness of Healthy Baby Massage and Tuina Massage on The Eating Behavior of Toddlers Age 1-3 Years with Malnutrition. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)* [Http://Jurnal.Unw.Ac.Id/Index.Php/Ijm, 6\(September\), 89–95](Http://Jurnal.Unw.Ac.Id/Index.Php/Ijm, 6(September), 89–95).
- Noflidaputri, R., & Hidayati, V. M. (2020). Efektifitas pijat tui na dalam meningkatkan berat badan terhadap balita di wilayah kerja puskesmas lintau buo. *Maternal Child Health Care Journal*, 2(1).

- Nurtilawati, S., & Wahyudi, D. T. (2024). Penerapan Pijat Tui Na Untuk Meningkatkan Berat Badan Pada Balita Dengan Gizi Kurang Di Puskesmas Juata. *Protein: Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* Volume. 2 No. 3 Juli 2024 e-ISSN: 3031-0113, Dan p-ISSN: 3031-0121, Hal. 177-187 DOI: <https://doi.org/10.61132/Protein.V2i3.582> Available Online at: <https://journal.arikesi.or.id/index.php/Protein>, 3.
- Puspita;, Esmianti, F., & Andini, I. F. (2021). Efektifitas Pijat Tuina Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balitastunting Kabupaten Rejang Lebong The Effectiveness Of Tui Na Massage In Increasing The Application Of Tunting Totality In Rejang Lebong. *Jurnal Kebidanan Basurek*. ISSN : 2527 - 3698. e-ISSN: 2621-4393, 6(1), 17–24.
- Rimbani;, A. L., & Maryatun. (2024). PENGARUH PIJAT TUINA TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA DI DESA NGRANDU KECAMATAN GEYER KABUPATEN GROBOGAN. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi* Volume 24 Nomor 2 Agustus 2024, 24, 1–9.
- Siramaneerat, I., Astutik, E., Agushybana, F., Bhummkittipich, P., & Lamprom, W. (2024). *Examining determinants of stunting in Urban and Rural Indonesian : a multilevel analysis using the population-based Indonesian family life survey (IFLS)*. 1–13.
- Wulaningsih, I., Sari, N., & Wijayanti, H. (2022). PENGARUH PIJAT TUINA TERHADAP TINGKAT NAFSU MAKAN. *JURNAL EDUNursing*, Vol. 6, No. 1, April 2022 [Http://journal.unipdu.ac.id](http://journal.unipdu.ac.id) ISSN : 2549-8207 e-ISSN : 2579-6127, 6(1), 33–38.
- Yuriati;, P., Trisnawati;, Y., & Mulyandari, A. (2024). PENGARUH PIJAT NAFSU MAKAN TERHADAP BERAT BADAN PADA BALITA STUNTING. *UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO HEALTH SCIENCES JOURNAL*, 8(2).