

Bayi bahagia dengan tuina (BABITA): Program pemberdayaan ibu untuk meningkatkan kesejahteraan bayi dengan terapi pijat tuina

Nofita Setiorini Putri Purwanto^{1*}, Siti Nurcahyani Ritonga², Titi Purwitasari Handayani³

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut, Garut, Indonesia, email: nofitasetiorinifp@gmail.com

²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut, Garut, Indonesia, email: cahyaniritonga@gmail.com

³Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut, Garut, Indonesia, email: titipurwitasari30@gmail.com

*Koresponden penulis

Info Artikel

Riwayat Artikel

Diajukan: 2025-10-17

Diterima: 2025-11-28

Diterbitkan: 2025-12-11

Keywords:

tuina; toddler; training;
simulation; healthy

Kata Kunci:

tuina; balita; pelatihan;
simulasi; sehat



Lisensi: cc-by-sa

Copyright © 2025 Nofita Setiorini Putri Purwanto, Siti Nurcahyani Ritonga, Titi Purwitasari Handayani

ABSTRACT

Eating difficulties in children and toddlers can lead to negative impacts such as malnutrition, dehydration, low weight, electrolyte disturbances, and impaired gross and fine motor development. Mothers' understanding of the importance of infant care, including physical and emotional stimulation, remains low. The goal is to empower mothers to independently perform Tuina massage to address feeding difficulties in children. The implementation process was carried out through training and demonstrations over a one-month period, with two meetings attended by 30 participants. The methods used included a socialization stage introducing the BABITA program. The training began with theoretical training and a demonstration of Tuina massage, which participants could practice directly. The results showed that before the training, the average score was 83, and after the counseling, the average score increased to 87, resulting in increased knowledge and skills before and after the Tuina massage, as well as increased weight during monitoring. Therefore, training through demonstration techniques and theory is effective in improving knowledge and skills. Training is one way to improve knowledge, skills, and attitudes. By integrating technology, Tuina massage can be a modern health solution that is easily accessible to the public.

ABSTRAK

Kondisi sulit makan pada anak dan balita dapat menyebabkan dampak negatif seperti malnutrisi, dehidrasi, berat badan rendah, gangguan elektrolit serta gangguan perkembangan motorik kasar dan halus. Pemahaman ibu terhadap pentingnya perawatan bayi, termasuk stimulasi fisik dan emosional masih rendah. Tujuannya yaitu memberdayakan ibu-ibu agar mampu melakukan pijat Tuina secara mandiri untuk mengatasi kesulitan makan pada anak. Proses pelaksanaan dilakukan dengan pelatihan dan demonstrasi selama satu bulan dengan 2 kali pertemuan yang diikuti oleh 30 peserta yang kemudian diterapkan di rumah masing-masing peserta. Metode yang digunakan meliputi tahapan sosialisasi dengan memperkenalkan program BABITA, pelatihan yang dimulai dengan pemberian teori dan adanya demonstrasi pijat tuina yang bisa dipraktikkan langsung oleh peserta. Hasil dari kegiatan menunjukkan sebelum diberikan pelatihan dapat diketahui nilai rata-rata 83 dan setelah diberikan penyuluhan nilai rata-rata menjadi 87 sehingga ada peningkatan pengetahuan dan keterampilan sebelum dan setelah dilakukan kegiatan pijat tuina dan meningkatnya berat badan pada saat dilakukan monitoring.

Sehingga pelatihan melalui teknik demonstrasi dan teori efektif terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan. Pelatihan merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap. Dengan mengintegrasikan teknologi, pijat Tuina dapat menjadi solusi kesehatan modern yang mudah diakses oleh masyarakat.

Cara mensitasi artikel:

Purwanto, N. S. F., Ritonga, S. N., & Handayani, T. P. (2026). Bayi bahagia dengan tuina (BABITA): Program pemberdayaan ibu untuk meningkatkan kesejahteraan bayi dengan terapi pijat tuina. *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat (JIPEMAS)*, 9(1), 51–64. <https://doi.org/10.33474/jipemas.v9i1.24420>

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan aspek penting yang memerlukan perhatian khusus. Pertumbuhan dapat diukur melalui indikator seperti berat badan dan lingkaran kepala, sementara perkembangan mencakup kemampuan motorik, sosial, emosional, bahasa dan kognitif (Ariani & Kristiningrum, 2024).

Berdasarkan data SSGI pada tahun 2022 angka stunting di Indonesia sebesar 21,6% dan wasting sebesar 7,7%. Jawa barat salah satu provinsi penyumbang angka stunting sebesar 20,2% sedangkan angka stunting di Kabupaten Garut sebesar 23,6% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Data dari Puskesmas wanaraja tahun 2024 menunjukkan bahwa dari 3247 balita yang ditimbang, terdapat 359 balita (11,06%) dengan kasus underweight, 375 (11,55%) mengalami stunting dan 253 balita (7,79%) mengalami wasting. Di Desa Wanamekar terdapat 310 balita yang diukur, terdapat 41 balita (13,23) underweight, 34 (10,97%) stunting dan 18 (5,81%). Hal ini menandakan bahwa masih banyak anak yang belum mendapatkan asupan gizi dan stimulasi tumbuh kembang yang memadai. Masalah stunting, wasting, dan underweight masih menjadi tantangan besar dalam peningkatan kualitas kesehatan anak, terutama di wilayah pedesaan seperti Desa Wanamekar. Ketiga kondisi tersebut menunjukkan adanya ketidakseimbangan gizi baik akut maupun kronis yang dapat menghambat pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan daya tahan tubuh anak. Permasalahan ini tidak hanya dipengaruhi oleh keterbatasan asupan makanan bergizi, tetapi juga oleh faktor pengasuhan, tingkat pengetahuan ibu, serta kondisi sosial ekonomi keluarga. Hal ini menandakan bahwa masih banyak anak yang belum mendapatkan asupan gizi dan stimulasi tumbuh kembang yang memadai. Oleh karena itu, pemberdayaan ibu menjadi aspek yang sangat penting, mengingat ibu merupakan pihak yang paling dekat dengan anak dan memiliki peran utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi, pemantauan kesehatan, serta pengambilan keputusan terkait perawatan sehari-hari.

Asupan makanan yang baik sangat berhubungan erat dengan status gizi. Anak dengan asupan makan yang kurang baik cenderung memiliki status gizi yang tidak normal karena asupan gizi yang tidak mencukupi kebutuhan harian anak (Afrinis et al., 2021; Deviana & Dini, 2024). Asupan gizi yang tidak adekuat pada balita dapat disebabkan oleh kesulitan makan atau berkurangnya nafsu makan, yang membuat rentan terhadap infeksi jangka panjang dan berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan. Kondisi sulit makan pada anak dan balita dapat menyebabkan dampak negatif seperti malnutrisi, dehidrasi,

berat badan rendah, gangguan elektrolit serta gangguan perkembangan motorik kasar dan halus. Pemahaman ibu terhadap pentingnya perawatan bayi, termasuk stimulasi fisik dan emosional masih rendah. Ibu belum memperoleh informasi atau pelatihan yang cukup mengenai perawatan bayi berbasis pendekatan farmakologi maupun non-farmakologi (Harianti et al., 2024). Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologi dan non-farmakologi. Pendekatan farmakologi meliputi pemberian mikronutrien dan multivitamin, sedangkan pendekatan non-farmakologis mencakup penggunaan minuman herbal, pijat akupresur dan akupuntur. Salah satu metode yang mulai dipopulerkan kembali adalah terapi pijat tuina (Maulida & Sutrisna, 2024; Sinulingga & Patriani, 2023).

Mitra kegiatan adalah ibu dan kader kesehatan posyandu di Desa Wanamekar, mayoritas merupakan ibu rumah tangga dari kalangan ekonomi menengah ke bawah, dengan latar belakang pendidikan yang beragam. Meski demikian, antusias mengikuti program program yang berkaitan dengan kesehatan anak. Namun, keterbatasan akses informasi dan pelatihan membuat belum optimal dalam memberikan stimulasi tumbuh kembang bagi anaknya. Praktik pijat tuina belum terlaksana sebelumnya dalam kelas balita. Banyak yang belum mengetahui tentang manfaat dan teknik pijat tuina. Pijat tuina tidak hanya berfungsi sebagai teknik pijat tradisional, tetapi juga sebagai media untuk meningkatkan nafsu makan, memperbaiki pencernaan, dan memberikan stimulasi perkembangan motorik balita.

Pemberdayaan keluarga, khususnya ibu dan kader kesehatan posyandu menjadi kunci dalam meningkatkan derajat kesehatan anak melalui edukasi dan pelatihan keterampilan pijat tuina. Pelatihan pijat tuina ibu mendapatkan manfaat yaitu keterampilan sehingga mendapatkan kepercayaan diri dalam merawat anak, memperkuat interaksi ibu dan anak, serta meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya perawatan kesehatan holistik. Dengan demikian, integrasi pemberdayaan ibu dan penerapan pijat tuina diharapkan mampu memberikan kontribusi nyata dalam memperbaiki status gizi dan kesehatan balita. Hal ini menjadi solusi yang mudah diterapkan, terjangkau, dan sesuai dengan kondisi sosial budaya masyarakat di Desa Wanamekar.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Munjidah (2015) bertujuan untuk mengetahui efektifitas pijat Tui Na dalam mengatasi kesulitan makan pada balita. Penelitian analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi yang digunakan adalah semua ibu dan balita yang ada di RW 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya sebesar 27 orang dan sampel yang digunakan adalah sebagian ibu dan balita yang ada di RW 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya. Besar sampel 23 orang. Menggunakan simple random sampling. Analisis data melalui uji Chi Square dengan nilai kemaknaan alpha 0,05. Hasil penelitian menunjukkan nilai $p\ 0,009 < \alpha\ 0,05$. Pijat Tui Na efektif dalam mengatasi kesulitan makan pada balita di RW 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya. Simpulan dari penelitian ini semakin rutin pijat Tui Na dilakukan, maka kesulitan makan pada balita akan teratasi.

Saat ini kebanyakan orang tua mengatasi kesulitan makan anak sebatas pemberian multivitamin tanpa memperhatikan penyebab. Hal tersebut akan

berdampak negatif jika diberikan dalam jangka waktu yang lama. Dewasa ini telah dikembangkan dari tehnik pijat bayi, yakni pijat Tui Na. 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. Pijat Tui Na ini merupakan tehnik pijat yang lebih spesifik untuk mengatasi kesulitan makan pada balita dengan peredaran darah cara memperlancar 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 dilakukan dibandingkan akupunktur (Munjidah, 2015).

Di Desa Wanamekar terdapat 310 balita yang diukur, terdapat 41 balita (13,23) underweight, 34 (10,97%) stunting dan 18 (5,81%). Hal ini menandakan bahwa masih banyak anak yang belum mendapatkan asupan gizi dan stimulasi tumbuh kembang yang memadai. Mitra kegiatan adalah ibu dan kader kesehatan posyandu di Desa Wanamekar, mayoritas merupakan ibu rumah tangga dari kalangan ekonomi menengah ke bawah, dengan latar belakang pendidikan yang beragam. Meski demikian, antusias mengikuti program yang berkaitan dengan kesehatan anak. Namun, keterbatasan akses informasi dan pelatihan membuat belum optimal dalam memberikan stimulasi tumbuh kembang bagi anaknya. Praktik pijat tuina belum terlaksana sebelumnya dalam kelas balita. Banyak yang belum mengetahui tentang manfaat dan teknik pijat tuina. Pemberdayaan keluarga, khususnya ibu dan kader kesehatan posyandu menjadi kunci dalam meningkatkan derajat kesehatan anak melalui edukasi dan pelatihan keterampilan pijat tuina.

Kegiatan ini mendukung Sustainable Development Goals (SDGs), tujuan 3 kehidupan sehat dan kesejahteraan dengan target mengakhiri kematian bayi dan balita yang dapat dicegah serta mencapai cakupan kesehatan universal, termasuk perlindungan risiko keuangan, akses ke layanan kesehatan esensial yang berkualitas dan akses ke obat-obatan dan vaksin esensial yang aman, efektif, berkualitas dan terjangkau untuk semua. Terapi pijat tuina yang diajarkan dalam program ini dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan bayi secara langsung dengan memberdayakan ibu untuk memberikan perawatan ini di rumah, program BABITA berkontribusi pada peningkatan kesehatan bayi selain itu program ini memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada ibu, yang merupakan bagian penting dari upaya mencapai cakupan kesehatan universal di tingkat keluarga. Indikator Kinerja Utama (IKU) yaitu mahasiswa mendapat pengalaman di luar kampus (karena melibatkan mahasiswa dalam kegiatan pengabdian). Asta Cita dalam kegiatan ini penguatan pelayanan kesehatan dasar dan Fokus RIRN Kesehatan berbasis kearifan lokal.

METODE

Kegiatan pelatihan pijat tuina pada kader dan ibu balita ini dilakukan dengan strategi dan metode ceramah dan demonstrasi. Sesi ceramah yaitu

dengan memberikan teori tentang pijat tuina sehingga peserta pelatihan mempunyai wawasan mengenai pijat tuina. Setelah diberikan materi tentang pijat tuina tim pengabdian masyarakat sebagai fasilitator melakukan demonstrasi langsung bagaimana cara melakukan pijat tuina yang benar. Selanjutnya kegiatan diskusi dan tanya jawab untuk memperdalam pemahaman peserta terhadap teknik yang diajarkan serta memberikan ruang bagi peserta untuk berbagi pengalaman atau kesulitan yang dihadapi. Metode Tahap pelaksanaan pada pengabdian dilakukan beberapa tahap yaitu pertama persiapan atau sosialisasi, dengan mempersiapkan yang akan menjadi peserta dan tempat dilakukan kegiatan. Sosialisasi untuk memperkenalkan program kegiatan ini. Tahap sosialisasi dilakukan kepada ibu balita dan kader kesehatan. Kegiatan mencakup penjelasan mengenai tujuan, manfaat. Kedua pelatihan, dengan kegiatan pelatihan pijat Tuina dilakukan dengan strategi dan metode ceramah, tanya jawab, diskusi dan praktik (demonstrasi/simulasi).

Media yang digunakan untuk menyampaikan materi adalah laptop, infokus, layar proyektor, speaker, mikrofon, leaflet, video dan materi dalam bentuk power point. Teknologi penerapan untuk meningkatkan efektifitas pembelajaran meliputi Video tutorial Pijat Tuina sebagai panduan mandiri setelah pelatihan, leaflet untuk ditempel di rumah masing-masing dan grup Whatsapp sebagai sarana komunikasi selama proses pendampingan untuk diskusi tanya jawab serta pengiriman dokumentasi praktik.

Ketiga penerapan, dengan teknologi penerapan untuk meningkatkan efektifitas pembelajaran meliputi Video tutorial Pijat Tuina sebagai panduan mandiri setelah pelatihan, leaflet untuk ditempel di rumah masing-masing dan grup Whatsapp sebagai sarana komunikasi selama proses pendampingan untuk diskusi tanya jawab serta pengiriman dokumentasi praktik. Grup WhatsApp menjadi sarana komunikasi yang efektif untuk memberikan umpan balik, menjawab pertanyaan, dan memantau kemajuan praktik peserta setelah pelatihan. Melalui grup tersebut, ibu dapat mengirimkan video atau foto saat mereka mempraktikkan pijat tuina, kemudian instruktur memberikan koreksi langsung, saran perbaikan, serta penguatan positif. Grup ini juga digunakan untuk berbagi pengingat terkait jadwal praktik, informasi kesehatan tambahan, serta motivasi agar peserta tetap konsisten menerapkan teknik pijat pada anak. Interaksi dua arah ini membuat dukungan pasca-pelatihan berjalan dengan aktif, personal, dan berkelanjutan, sekaligus menciptakan komunitas belajar yang saling mendukung dalam meningkatkan kesehatan balita melalui penerapan pijat tuina.

Pendampingan dan evaluasi, dengan kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan setelah pelatihan dilaksanakan. Masing-masing ibu balita diminta melakukan pijat tuina minimal 2-3x/minggu dan mengirimkan dokumentasi (foto/video pendek) ke grup Whatsapp sebagai bukti dan bahan evaluasi. Setiap kegiatan Posyandu kita melakukan kunjungan untuk melihat kader sebagai peserta dapat menerapkan pijat tuina dan diskusi dengan ibu-ibu balita lainnya. Melakukan pengukuran antropometri untuk melihat apakah ada peningkatan pertumbuhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan di Aula Desa Wanamekar, Wanaraja, Garut. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 30 ibu balita dan kader. Kegiatan ini memberikan pengetahuan mengenai pijat tuina, manfaat pijat tuina, hal-hal yang harus diperhatikan saat memijat dan tatalaksana pijat tuina. Penyampaian materi tentang pijat tuina untuk meningkatkan nafsu makan dengan menggunakan power point, leaflet, poster dan modul. Sebelum diberikan materi, peserta melakukan pre-test untuk melihat seberapa besar pengetahuan ibu tentang pijat tuina. Ibu balita dan kader mengisi lembar kuesioner pretest dengan baik tanpa adanya hambatan. Kegiatan penyampaian materi berjalan dengan lancar tanpa ada hambatan.



Gambar 1. Penyuluhan pengabdian masyarakat

Demonstrasi teknik pijat tuina dilakukan untuk meningkatkan nafsu makan pada anak. Demonstrasi pijat tuina yang pertama menggunakan boneka bayi untuk alat peraga. Fasilitator yaitu tim pengabdian memperagakan langkah-langkah pijat tuina dan menjelaskan titik-titik tubuh yang harus dipijat. Pada demonstrasi yang kedua, teknik pijat tuina dilakukan secara langsung pada anak. Fasilitator mempraktikkan langkah-langkah pijat tuina pada salah satu anak dan menjelaskan langkah-langkah tersebut kepada ibunya. Ibu balita yang lain juga mencoba mempraktikkan pijat tuina secara langsung pada anaknya. Beberapa ibu balita juga bertanya tentang hal yang belum dipahami mengenai pijat tuina.



Gambar 2. Demonstrasi pengabdian masyarakat

Sebelum dilakukan penyuluhan tentang pijat tuina ini pengetahuan ibu balita kurang terlihat dari hasil pre-test dan setelah diberikan penyuluhan materi dan demonstrasi mengenai teknik pijat tuina, peserta diberikan post-test untuk mengetahui apakah pengetahuan ibu balita dan para kader tentang pijat tuina mengalami peningkatan. Hasil tersebut didapatkan pengetahuan ibu semakin baik. Instrumen yang digunakan untuk pre-test dan post-test yaitu menggunakan kuesioner. Setelah semua rangkaian kegiatan telah selesai, didapatkan hasil evaluasi dari data pengetahuan para peserta.



Gambar 3. *Pre-test dan post-test pengabdian masyarakat*

Berikut merupakan perbandingan skor pre-test dan post-test peserta pada pelatihan pijat Tuina untuk menilai peningkatan kompetensi mereka.

Tabel 1. *Pre-test dan post-test pengetahuan*

No	Pengetahuan	Skor			
		Pre-test		Post-Test	
		B	S	B	S
1	Terapi pijat tuina adalah?	30	0	30	0
2	Waktu terbaik melakukan pijat tuina pada bayi adalah?	24	6	22	8
3	Manfaat utama pijat tuina bagi bayi kecuali?	16	14	21	9
4	Tanda bayi tidak siap dipijat adalah?	26	4	28	2
5	Sebelum melakukan pijat, ibu sebaiknya?	30	0	30	0

Hasil dilakukan pretest dan posttest tabel 1 pada peserta pelatihan terdapat pertanyaan yang paling banyak menjawab pertanyaan benar pada “apa itu pijat tuina dan apa saja yang harus dilakukan sebelum pijat”, sedangkan responden yang banyak menjawab salah pada pertanyaan “manfaat utama pijat tuina”. Penilaian hasil pretest menunjukkan pemahaman awal ibu masih terbatas, terutama terkait manfaat pijat Tuina bagi balita. Setelah pelatihan, skor post-test mengalami perubahan menunjukkan bahwa intervensi berhasil pengetahuan ibu yang berdampak pada praktik pijat yang lebih tepat sehingga dapat melakukan secara konsisten di rumah.

Pada tabel 2 menunjukkan hasil pretest dan post-test sikap pada peserta pelatihan pijat tuina menunjukkan pertanyaan yang paling banyak menjawab setuju yaitu “pijat tuina dapat membantu meningkatkan kesehatan bayi”, sedangkan responden yang menjawab tidak setuju ada pada pertanyaan “saya merasa mampu mempelajari teknik pijat tuina dengan pelatihan singkat”. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya perubahan sikap peserta terhadap

penerapan pijat Tuina. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan meningkatkan sikap positif terhadap praktik perawatan yang aman dan bermanfaat bagi anak. Meskipun peserta memahami manfaat pijat, kepercayaan diri dalam menguasai teknik secara cepat masih terbatas.

Tabel 2. *Pre-test dan post-test sikap*

No.	Topik	Skor									
		Pre-test					Post-Test				
		SS	S	R	TS	STS	SS	S	R	TS	STS
1	Pijat tuina dapat membantu meningkatkan Kesehatan bayi	23	7	0	0	0	25	3	2	0	0
2	Saya merasa mampu mempelajari teknik pijat tuina dengan Pelatihan singkat	11	19	0	0	0	15	12	2	1	0
3	Pijat tuina sebaiknya dilakukan rutin seminggu 2-3 kali	10	20	0	0	0	13	16	1	0	0
4	Saya tidak percaya pijat tuina bisa melukai bayi	8	12	10	0	0	13	11	6	0	0
5	Saya bersedia mempraktikkan pijat tuina setelah mendapatkan pelatihan	13	15	2	0	0	14	13	3	0	0

Pada tabel hasil sikap peserta menjadi lebih percaya diri dan konsisten mempraktikkan pijat tuina setelah pelatihan. Terlihat dari dilakukannya evaluasi peserta dapat mempraktikkan pijat tuina di rumah dan pada saat kunjungan masih dapat mempraktikkannya. Berikut hasil dari kenaikan rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test* peserta pelatihan pijat tuina pada pengabdian masyarakat.

Tabel 3. Kenaikan rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test*

Variable	Mean	SD	P Value	N
Pre-test	80	14.4	0.001	30
Post-test	88	11.2		

Dari tabel di atas dapat diketahui rata-rata pretest adalah 80 dengan standar deviasi 14.4 sedangkan rata-rata posttest adalah 88 dengan standar deviasi 11.2. Berdasarkan analisis statistik menggunakan uji t paired test diperoleh nilai P sebesar $0,001 \leq 0,05$ artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah pijat.



Gambar 4. Pelaksanaan pengabdian masyarakat

Pada kegiatan yang kedua yaitu tahap evaluasi, untuk menilai apakah ada peningkatan keterampilan setelah dilakukan demonstrasi pada kegiatan pertama dan setelah selama satu minggu dipraktekan oleh masing-masing

peserta di rumah. Hasil evaluasinya yaitu peserta dapat mempraktekan pijat tuina dengan benar ada juga peserta yang melakukannya tidak sistematis tetapi masih mengingat semua tahapan pijat tuina.



Gambar 5. Evaluasi praktik pijat tuina

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat, diyakini dapat menjadi langkah nyata dalam mencegah dan mengatasi masalah gizi. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kapasitas pengetahuan dan keterampilan ibu dalam upaya meningkatkan nafsu makan balita melalui pijat tuina, meningkatkan kesejahteraan bayi melalui terapi alami dan aman serta mendorong terbentuknya komunitas “Ibu Tuina” sebagai agen perubahan di desa. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan status gizi sehingga terhindar dari masalah gizi.



Gambar 6. Evaluasi pengabdian masyarakat

Pijat tuina merupakan salah satu kemajuan teknologi akupresure yang membantu mengatasi masalah nafsu makan juga dapat mempererat ikatan antar anak dan orang tua. Komunikasi orang tua melalui pijat tuina dapat membentuk ikatan yang kuat bagi anak balita, sentuhan dan tekanan positif yang diberikan dengan lembut dapat mencegah masalah psikologi anak sehingga anak akan mudah makan (Maulida et al., 2024). Penelitian menunjukkan bahwa pijat tuina dapat membantu memperbaiki nafsu makan, kualitas tidur, pencernaan serta meningkatkan berat dan tinggi badan bayi

secara alami dengan pendekatan yang mudah diterapkan, pijat tuina tidak hanya menjadi solusi non-farmakologi yang aman dan ekonomis, tetapi juga memperkuat hubungan batin antara ibu dan anak (Nadhiifah et al., 2024). Penyediaan Makanan Tambahan (PMT) yang aman dan bermutu dengan memperhatikan aspek mutu dan keamanan pangan untuk meningkatkan gizi pada balita stunting (Purwanto et al., 2024).

Pemberian pijat tui na kepada bayi dan balita dianggap sebagai langkah penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka. Kenaikan berat badan yang signifikan adalah indikasi status gizi yang baik, yang menunjukkan bahwa tubuh memperoleh cukup zat gizi yang diperlukan. Zat gizi yang adekuat sangat penting untuk pertumbuhan fisik yang seimbang. Dengan asupan zat gizi yang cukup, proses pertumbuhan dapat berlangsung dengan lancar. Hal ini memungkinkan pengangkutan oksigen dan nutrisi yang memadai ke seluruh sel dalam tubuh, sehingga sel-sel dapat tumbuh dan berfungsi dengan normal. Oleh karena itu, pijat tui na dapat menjadi salah satu cara untuk mendukung status gizi yang baik dan pertumbuhan fisik yang optimal pada bayi dan balita (Intan et al., 2022).

Pijat tui na memiliki manfaat yang signifikan dalam meningkatkan aliran darah otot. Teknik pemijatan ini menyebabkan vasodilatasi pada otot-otot aktif, yang pada gilirannya meningkatkan oksigen dan nutrisi dalam jaringan. Selain itu, pijat tui na juga dapat meningkatkan curah jantung. Kecepatan aliran darah melalui kulit bervariasi tergantung pada kecepatan metabolisme. Jika makanan tidak dicerna dengan baik dan terjadi stagnasi dalam saluran cerna, hal ini dapat menyebabkan masalah pada anak, seperti muntah, mual saat makan, dan perut terasa penuh. Orang tua sering kali mengeluhkan masalah ini, yang berdampak pada penurunan nafsu makan pada anak. Namun, dengan melakukan pijat tui na, peredaran darah ke limpa dan pencernaan dapat diperlancar. Hal ini diyakini dapat meningkatkan nafsu makan pada balita, karena pijat ini membantu meningkatkan aliran darah dan nutrisi ke organ-organ vital yang terkait dengan pencernaan (Kursani et al., 2020).

Upaya mengatasi kesulitan makan pada anak dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologi dan non-farmakologi. Pendekatan farmakologi, seperti pemberian multivitamin dan micronutrien, sering kali menjadi pilihan pertama bagi banyak orang tua. Namun, pendekatan ini harus dilakukan dengan hati-hati dan tidak hanya berfokus pada pemberian vitamin tanpa memperhatikan penyebab masalah nafsu makan pada anak. Jika dilakukan dalam jangka waktu yang lama tanpa memperhatikan penyebabnya, hal ini dapat berdampak negatif. Oleh karena itu, teknik pijat tui na yang sedang berkembang menjadi alternatif yang menarik. Teknik ini, yang berasal dari modifikasi akupunktur tanpa jarum, menggunakan teknik pemijatan meluncur untuk memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan. Dengan menekan titik-titik meridian tubuh atau garis aliran energi, pijat tui na relatif lebih mudah dilakukan dibandingkan akupunktur. Teknik ini dipercaya dapat membantu mengatasi kesulitan makan pada anak balita dengan cara meningkatkan peredaran darah dan meningkatkan nafsu makan (Munjidah, 2015).

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 pencernaan berkepanjangan akan menimbulkan masalah pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Gangguan fungsi limpa dan 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. Pijat Tui Na merupakan alternatif dalam meningkatkan nafsu makan pada si kecil. Beberapa keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan dapat dipengaruhi karena kurangnya stimulasi yang diberikan pada bayi, stimulasi-stimulasi yang diberikan akan sangat membantu tumbuh kembang si kecil (Maria & Setiawan, 2016).

Dari sisi dampak psikologis pijat tuina dapat menurunkan tingkat stres ibu, meningkatkan rasa kasih sayang, memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak. Dalam hal implementasi di lapangan pada saat peserta mengirimkan dokumentasi praktik, walaupun penerapan tersebut belum dilakukan secara konsisten dikarenakan banyak tantangan yang dihadapi selama praktik, seperti keterbatasan waktu, rasa percaya diri, atau dukungan keluarga. Setelah dilakukan pelatihan dilakukan pendampingan melalui grup WhatsApp peserta lebih aktif berdiskusi menunjukkan hasil yang lebih baik dibandingkan sebelum dilakukan pijat tuina.

Keberhasilan program ini juga menekankan pentingnya peran kader yang terlatih dapat melanjutkan pendampingan ibu balita secara berkelanjutan melalui posyandu. Pendekatan ini memastikan bahwa intervensi tidak hanya memberikan efek jangka pendek, tetapi juga memperkuat kapasitas komunitas untuk mendukung kesehatan anak secara berkelanjutan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini tidak hanya menekankan pelatihan terhadap peningkatan kompetensi ibu, tetapi juga dampak nyata terhadap kesehatan balita, serta menunjukkan strategi implementasi yang berkelanjutan melalui peran kader dan fasilitas kesehatan setempat.

SIMPULAN

Rata-rata pengetahuan ibu belum mengetahui tentang pijat tuina dan belum mendapatkan pelatihan tentang pijat terhadap bayi ataupun balita, dengan dilakukannya pijat pada bayi akan meningkatkan nafsu makan dan sistem pencernaan menjadi baik. Setelah dilakukan pemberian materi dan demonstrasi yaitu penyuluhan tentang pijat tuina dapat diketahui rata-rata pretest adalah 80 dengan standar deviasi 14.4 sedangkan rata-rata posttest adalah 88 dengan standar deviasi 11.2. Berdasarkan analisis statistik menggunakan uji t paired test diperoleh nilai P sebesar $0,001 \leq 0,05$ artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah pijat dari 30 peserta yang mengikuti. Dari data tersebut menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang lebih baik. Peserta lebih percaya diri dan mampu menerapkan teknik pijat tuina di rumah. Dengan mengintegrasikan teknologi dan inovasi, Tuina dapat bertransformasi

dari pengobatan tradisional menjadi solusi kesehatan modern yang lebih relevan dan mudah diakses. Kombinasi pengetahuan kuno dengan alat modern akan meningkatkan partisipasi aktif masyarakat dalam menjaga kesehatan mereka, menjadikan Tuina sebagai bagian yang tak terpisahkan dari gaya hidup sehat.

Penyuluhan dan pelatihan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu sehingga meningkatnya nafsu makan di Desa Wanamekar. Kemudian saran bagi tenaga kesehatan yaitu dapat bekerja sama dengan tim posyandu lainnya dan ibu PKK lainnya untuk menerapkan penyuluhan yang sudah diberikan secara konsisten. Kader dibekali dengan materi edukasi berupa modul praktik, panduan bergambar, serta video teknik pijat yang dapat digunakan kembali untuk melatih ibu balita pada kegiatan posyandu berikutnya. Dengan demikian, pijat Tuina dapat diintegrasikan ke dalam agenda rutin posyandu sebagai salah satu bentuk upaya promotif dalam peningkatan nafsu makan dan pemeliharaan tumbuh kembang anak. Saran bagi tenaga Kesehatan yaitu menyusun strategi yang menjamin keberlanjutan pelatihan pijat Tuina, antara lain melalui pemberian modul praktik, panduan bergambar, dan rekaman demonstrasi yang dapat digunakan kembali oleh kader dan petugas posyandu. Integrasi pijat Tuina ke dalam kegiatan rutin Puskesmas dan posyandu juga penting untuk memastikan intervensi ini diterapkan secara konsisten dan berdampak jangka panjang. Saran bagi peneliti selanjutnya yaitu diharapkan dapat meningkatkan kegiatan ini dengan intervensi lebih baik. Penggunaan teknologi seperti video tutorial dan grup WhatsApp lebih aktif dalam mendukung keberhasilan pelatihan dan keberlanjutan praktik di rumah. Hal ini menunjukkan bagaimana peserta tetap mendapatkan pendampingan meskipun tidak berada dalam sesi tatap muka secara langsung.

Penelitian ini di harapkan dapat dijadikan sumber informasi bagi tenaga kesehatan bahwa ada hasil “evidence based” tentang intervensi kebidanan yang dapat digunakan untuk meningkatkan berat badan bayi melalui pemberian teknik pemijatan. Dengan demikian, menjadi pedoman bagi perawatan profesional anak, pendidikan kesehatan ibu anak untuk kesehatan anak dan pencegahan masalah kesehatan anak lainnya yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak melalui teknik pijat bayi. Diharapkan teknik pijat tuina dapat diterapkan dalam praktik keseharian oleh ibu atau tenaga kesehatan di tingkat lokal, dengan hasil kegiatan ini dapat menjadi acuan untuk kegiatan selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terlaksana berkat dukungan pendanaan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi. Oleh karena itu, Tim pengabdian Masyarakat mengucapkan terima kasih yang telah memberikan dukungan persetujuan pendanaan kegiatan ini. Ucapan terimakasih juga kami tujukan kepada seluruh ibu bayi, kader dan mitra Desa Wanamekar yang telah berpartisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan ini hingga selesai.

DAFTAR RUJUKAN

- Afrinis, N., Indrawati, & Raudah. (2021). Hubungan pengetahuan ibu pola makan dan penyakit infeksi anak dengan status gizi anak prasekolah. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(3), 144–150. <https://doi.org/10.31004/aulad.v4i3.99>
- Ariani, P., & Kristiningrum, W. (2024). Pijat tui na sebagai upaya meningkatkan nafsu makan pada balita di Dusun Pengkol, Kelurahan Ceweng Kabupaten Jombang. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo*, 3(2), 2770–2775. <https://callforpaper.unw.ac.id/index.php/semnasdancfpbidanunw/article/view/1126>
- Deviana, M., & Dini, A. Y. R. (2024). Pemberdayaan orang tua dalam pemberian pijat tui na untuk mengatasi kesulitan makan pada balita. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan (JIRAH)*, 3(1), 1–9.
- Harianti, N., Rosida, R. I., Khayati, Y. N., & Afriyani, L. D. (2024). Pijat tui na sebagai upaya meningkatkan nafsu makan pada balita di Pustu Munding. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo*, 3(1), 262–266. <https://callforpaper.unw.ac.id/index.php/semnasdancfpbidanunw/article/view/698>
- Intan, K., Fifit, S., & Afriyani, L. D. (2022). 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 Sciences*, 5(1), 135–143. <https://doi.org/10.35473/jhhs.v5i1.255>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Badankebijakan.Kemkes.Go.Id. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- 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. *Jurnal Kesehatan Dan Lingkungan Hidup*, 5(2), 64–71. https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Kesehatan_Masyarakat/article/view/1514
- Maria, D., & Setiawan, A. (2016). Modifikasi tindakan: Pijat tuina dan coaching pada keluarga menurunkan status resiko gizi kurang anak usia sekolah. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 3(2), 62–65. <https://doi.org/10.35842/jkry.v3i2.36>
- Maulida, H., & Sutrisna, E. (2024). Efektifitas pemberian kombinasi makanan modisco dan terapi pijat tui na terhadap kenaikan nafsu makan dan status gizi balita stunting. *Jurnal Sehat Mandiri*, 19(2), 160–171. <https://doi.org/10.33761/jsm.v19i2.1603>
- Maulida, H., Sutrisna, E., & Afdila, R. (2024). Pengaruh pemberian tuina massage terhadap pertumbuhan balita stunting. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(1), 103–109. <https://doi.org/10.47650/jpp.v7i1.1172>
- Munjidah, A. (2015). Efektifitas pijat tui na dalam mengatasi kesulitan makan pada balita di RW 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (Journal of Health Science)*, 8(2), 193–199.

- <https://doi.org/10.33086/jhs.v8i2.204>
- Nadhiifah, R. D., Pristianto, A., & Charisa, A. D. (2024). Edukasi pijat tui na sebagai upaya untuk meningkatkan nafsu makan di kelas ibu balita. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 280–286. <https://doi.org/10.31294/jabdimas.v7i2.19655>
- Purwanto, N. S. F., Ritonga, S. N., & Handayani, T. P. (2024). CILOR innovation (cocos nucifera and moringa leaves) as an effort to prevent stunting in the Wanaraja Health Center work area, Garut Regency. *Science Midwifery*, 12(4), 1500–1507. <https://doi.org/10.35335/midwifery.v12i4.1713>.
- Sinulingga, S., & Patriani, S. (2023). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu terhadap pelaksanaan pijat bayi di PMB Muzilatul Nisma Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), 302. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i2.627>