



ARTIKEL RISET

Perbedaan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan dengan Pijat Tui Na

Ida Ayu Putu Pradya Kirana Yoga ¹⁾, Made Widhi Gunapria Darmapatni²⁾ Sri Rahayu³⁾

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Denpasar, Indonesia

Corespondensi: dayu.kiranaaaa@gmail.com

ABSTRAK

Pijat Tui Na merupakan salah satu metode terapi komplementer yang berasal dari pengobatan tradisional Tiongkok dan telah banyak digunakan sebagai alternatif untuk membantu meningkatkan nafsu makan serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. Peningkatan nafsu makan yang optimal diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap kenaikan berat badan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan berat badan bayi usia 6–12 bulan sebelum dan sesudah pemberian Pijat Tui Na di Yayasan Bali Baby Home. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain one group pre-test post-test. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 24 bayi yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan dilakukan di Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home, Gianyar. Intervensi Pijat Tui Na diberikan sebanyak empat kali pertemuan dalam kurun waktu satu bulan. Pengukuran berat badan dilakukan sebelum intervensi dan setelah setiap sesi pijat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata berat badan bayi pada pretest sebesar 7,35 kg yang termasuk dalam kategori berat badan rendah. Setelah pemberian intervensi, rata-rata berat badan bayi pada posttest I, II, dan III mengalami peningkatan berturut-turut menjadi 7,83 kg, 8,03 kg, dan 8,36 kg. Analisis data menggunakan uji paired t-test menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara berat badan sebelum dan sesudah pemberian Pijat Tui Na ($p < 0,05$). Disimpulkan bahwa Pijat Tui Na berpengaruh signifikan terhadap peningkatan berat badan bayi. Oleh karena itu, Pijat Tui Na dapat direkomendasikan sebagai salah satu bentuk asuhan komplementer yang aman dan mudah diterapkan oleh tenaga kesehatan, institusi pendidikan, serta masyarakat.

Kata kunci: Pijat Tui Na, Berat Badan, Bayi

ABSTRACT

Tui Na massage is a complementary therapy method originating from traditional Chinese medicine and has been widely used as an alternative approach to help increase appetite and support the growth and development of infants. Optimal improvement in appetite is expected to have a positive impact on infant weight gain. This study aimed to analyze the differences in body weight of infants aged 6–12 months before and after the administration of Tui Na massage at the Bali Baby Home Foundation. This study employed a quantitative method with a one-group pre-test post-test design. The sample consisted of 24 infants selected based on inclusion criteria and was conducted at the Bali Baby Home Orphanage, Gianyar. The Tui Na massage intervention was administered in four sessions over a one-month period. Body weight measurements were taken before the intervention and after each massage session. The results showed that the mean infant body weight at pretest was 7.35 kg, which was categorized as low body weight.

Following the intervention, the mean body weight at posttest I, II, and III increased sequentially to 7.83 kg, 8.03 kg, and 8.36 kg, respectively. Data analysis using the paired t-test indicated a statistically significant difference in infant body weight before and after the Tui Na massage intervention ($p < 0.05$). It can be concluded that Tui Na massage has a significant effect on increasing infant body weight. Therefore, Tui Na massage can be recommended as a safe and easily applicable complementary care intervention for healthcare providers, educational institutions, and the community.

Keywords: Tui Na Massage, Body Weight, Baby

PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan tahap penting dalam perkembangan seseorang. Karena pada periode ini masa kritis karena anak sangat peka terhadap lingkungannya dan disebut masa emas karena masa ini sangat singkat serta tidak dapat terulang kembali sehingga membutuhkan perhatian khusus (Sari, 2020). Proses tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan eksternal. Salah satu faktor terpenting setelah bayi lahir adalah pemenuhan gizi, yang memiliki pengaruh besar terhadap tumbuh kembang anak, terutama pada awal kehidupan sejak lahir hingga usia 12 bulan (Fauzi dkk., 2019).

Meninjau krusialnya periode bayi pada proses tumbuh kembang anak, Kementerian Kesehatan mengeluarkan laporan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 melakukan pemetaan terhadap kondisi nutrisi anak balita, termasuk isu seperti stunting, wasting, underweight, dan overweight beserta faktor-faktor yang berhubungan. Penelitian ini mencatat peningkatan risiko stunting sebesar 1,6 kali lipat pada bayi usia 6-12 bulan, dari 13,7% menjadi 22,4%. Sampel yang digunakan mencapai 334.848 anak bayi dan balita, dengan pengumpulan data yang menyebar di 486 kabupaten/kota di 33 provinsi di seluruh tanah air (SSGI, 2022).

Fokus Kementerian Kesehatan RI melakukan intervensi spesifik terdiri dari pemberian intervensi gizi pada anak usia 6 bulan sampai 2 tahun. Proses pengambilan data berlangsung melalui evaluasi antropometri yang mencakup penimbangan berat serta pengukuran panjang atau tinggi badan pada bayi, LILA (Lingkar Lengan Atas) dan lingkar kepala menggunakan alat yang terstandar. Data dikumpulkan melalui wawancara. Stunting menjadi sangat penting untuk ditanggulangi karena sangat berdampak pada tumbuh kembang anak. Selain menyebabkan perubahan fisik, stunting juga berpengaruh pada kondisi emosional dan kecerdasan atau fungsi kognitif seseorang (Wulandari, 2022).

Berdasarkan hasil SSGI 2022, prevalensi balita stunted di Indonesia menunjukkan bahwa Provinsi Bali memiliki prevalensi stunted, yaitu 8,0%, sementara rata-rata nasional adalah 21,6%. Kabupaten Gianyar di Provinsi Bali menunjukkan peningkatan prevalensi stunting dari 5,1% di tahun 2021 menjadi 6,3% pada 2022 menurut SSGI. Namun, data EPPGBM Februari 2023 melaporkan penurunan prevalensi menjadi 4% dengan jumlah balita stunting sebanyak 969. Hal ini mengindikasikan perlunya upaya bersama untuk menekan angka stunting di wilayah ini. Sebagai hasilnya, target prevalensi stunting yang ditetapkan

oleh Kabupaten Gianyar untuk tahun 2024 adalah sebesar 2,96%3,4 (EPPGBM, 2023).

Upaya yang telah dilakukan pemerintah mengenai penurunan stunting di Kabupaten Gianyar yaitu melakukan gerakan cegah dan tangani Stunting, Pencanangan Satu Desa Satu PAUD cegah stunting, menggalakkan pemberian Tablet Tambah Darah serta disiplin melakkan posyandu balita. Kabupaten Gianyar menjadi salah satu kabupaten yang memiliki berbagai yayasan kemanusiaan yang menampung bayi dan balita juga menjadi salah satu rintangan dalam pemenuhan aksi pencegahan stunting di Gianyar. Yayasan Panti Asuhan yang bergerak aktif untuk mengoptimalkan proses tumbuh kembang bayi dan balita yang dititipkan di sana adalah Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home. Kendati demikian terdapat 8 dari 10 bayi mengalami kesulitan kenaikan berat badan, menurunnya nafsu makan, mudah lelah dan terlihat lesu yang menjadi satu indikasi kekurangan gizi pada anak.

Pemberian stimulasi dalam kegiatan harian terstruktur menjadi salah satu upaya stimulasi rutin yang dilakukan untuk memperbaiki tumbuh kembang bayi dan balita di Yayasan Bali Baby Home. Terdapat 32 bayi yang diasuh dalam Yayasan Bali Baby Home yang terpantau dan sudah terdaftar dalam posyandu setempat. Salah satu penyebab terhambatnya tumbuh kembang balita disini adalah kurangnya tenaga kesehatan dalam pemberian asuhan tumbuh kembang bayi dan balita. Keterbatasan sumber daya manusia dan pangan menjadi faktor resiko kekurangan gizi hal ini bisa mengganggu proses tumbuh kembang anak

dan berpotensi menimbulkan masalah kesehatan seperti stunting (Mutika dkk, 2018).

Tumbuh kembang bayi dapat didukung secara optimal melalui pemenuhan gizi dan stimulasi. Penelitian lain menyatakan bahwa stimulasi, seperti pijatan bayi, dapat mendukung pertumbuhan yang optimal. Pijat bayi merupakan pijat bayi membantu meningkatkan fungsi maksimal otot, tulang, dan berbagai sistem organ dalam tubuh (Pratami, 2020). Surat Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369/MENKES/SK/III/2007 yang mengatur Standar Profesi Bidan menyatakan bahwa bidan berperan dalam pemantauan dan peningkatan perkembangan serta pertumbuhan bayi dan anak.

Salah satu metode alternatif yang dapat dilakukan untuk mendukung tumbuh kembang bayi adalah Pijat Tui Na. Pijat Tui Na merupakan teknik pijat terfokus yang digunakan untuk mengatasi kesulitan makan pada bayi melalui pengaktifan titik-titik meridian tubuh. Mekanisme metode ini mencakup optimalisasi peredaran darah dalam limpa dan saluran makanan dengan menerapkan versi modifikasi dari prinsip akupunktur yang tidak menggunakan jarum, sehingga pijat ini cenderung lebih sederhana daripada akupunktur konvensional. Menurut penelitian yang dilakukan ahli pada tahun 2019, Pijat Tui Na yang dilakukan secara konsisten mampu memperbaiki nafsu makan pada bayi, sehingga membantu peningkatan berat badan secara signifikan. Hasil serupa ditemukan oleh penelitian Munjidah, Ekawaty, dan Suryati tahun 2022, yang melaporkan adanya pengaruh signifikan antara Pijat Tui Na dan peningkatan berat badan

bayi. Bukti dari data yang diperoleh mengindikasikan adanya keterkaitan erat antara pijat Tui Na dan pertumbuhan massa badan bayi (Wulaningsih, 2022).

Ketertarikan penulis mengenai permasalahan yang ada menjadi motivasi kuat penelitian ini dilakukan. Penulis telah melaksanakan penelitian lebih lanjut mengenai dampak Penelitian yang melibatkan 24 bayi berusia 6 hingga 12 bulan di Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home, Gianyar, mengamati perubahan berat badan sebelum dan sesudah diberikan pijat Tui Na, khususnya pada masa MPASI yang dimulai sejak usia 6 bulan.

METODE

Jenis penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan desain quasi experimental. Penelitian ini dilaksanakan di Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home Kabupaten Gianyar. Penelitian ini telah dilaksanakan dari 22 Maret sampai dengan 14 April 2025. Penelitian eksperimen adalah pendekatan ilmiah yang dilakukan dengan sengaja memodifikasi keadaan atau memberikan rangsangan kepada subjek yang sedang dipelajari. Teknik sampling adalah teknik yang digunakan menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2022). Teknik sampling yang dipakai pada penelitian ini yakni purposive one group sampling. Besar sampel dalam penelitian ini adalah bayi usia 6 sampai 12 bulan dari Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi penelitian. Kriteria inklusinya yakni bayi dengan

kondisi sehat, suhu tubuh antara 36,5 hingga 37,5 derajat Celsius, masih aktif bergerak, tidak mengantuk, dan belum diberikan makanan atau minuman, sedangkan bayi yang tidak memenuhi kriteria tersebut termasuk dalam kelompok eksklusi yang terdaftar di Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home yang tidak kooperatif, serta bayi dengan kelainan patologis seperti; Autisme, PJB, achondroplasia dan lainnya. Berdasarkan kriteria tersebut, jumlah responden yang akan diteliti menjadi 24 responden bayi di Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home, Gianyar.

Untuk mengukur pengaruh pijat Tui Na terhadap penambahan berat badan bayi, peneliti akan menganalisis perubahan berat bayi sebelum dan sesudah penerapan pijat. Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental dengan satu kelompok yang dilakukan one group pre-test post-test. Tes dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. Test yang dilakukan sebelum eksperimen pada kelompok intervensi (O1) disebut pretest, sementara observasi sesudah eksperimen pada kelompok intervensi (O2) disebut posttest. Selisih antara pengukuran O1 dan O2 ($O1 - O2$) dianggap sebagai dampak yang timbul akibat perlakuan atau intervensi yang diberikan pada kelompok eksperimen.

Instrumen pengumpulan data berupa observasi yang berdasar pada hasil dokumentasi dalam Lembar Catatan Hasil Pengukuran Berat Badan yang dicatat oleh peneliti saat pretest di pertemuan pertama lalu dari hasil intervensi akan dilakukan pengukuran posttest berat badan bayi per minggu tercatat 3 kali dalam satu bulan dengan

menggunakan Lembar Catatan Hasil Pengukuran Berat Badan. Untuk menentukan intervensi yang dilakukan sesuai dengan SOP digunakan pula instrumen berupa daftar tilik pelaksanaan Pijat Tui Na.

Analisis data dilakukan menggunakan SPSS. Dalam penelitian ini data berdistribusi normal dengan perhitungan dilakukan menggunakan bantuan program komputer menggunakan Uji normalitas Shapiro Wilk karena sampel kurang dari 50. Sehingga teknik uji yang digunakan adalah uji analisis deferensiasi, dengan uji hipotesis menggunakan rumus "paired-sample t-test"

Komite Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar telah memberikan persetujuan etik untuk penelitian ini dengan nomor DP.04.02/F.XXXII.25/158/2025.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin dan Umur Bayi Usia 6-12 Bulan di Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	17	70,83
Laki-laki	7	29,17
Usia		
6 bulan	1	4,17
7 bulan	3	12,50
8 bulan	2	8,33
9 bulan	3	12,50
10 bulan	4	15,67
11 bulan	5	20,83
12 bulan	6	25

Dari Tabel 1 berdasarkan data yang diperoleh, sebanyak 24 bayi yang menjadi subjek penelitian terdiri dari berbagai rentang usia antara 6-12 bulan. Dari hasil perhitungan, diketahui bahwa usia bayi terbanyak berada pada kategori 12

bulan sebanyak 6 bayi (25%). Distribusi ini menunjukkan bahwa mayoritas bayi yang terlibat dalam penelitian berada pada usia mendekati 1 tahun, yaitu usia 10–12 bulan. Hal ini sangat penting untuk diperhatikan karena usia bayi berkaitan erat dengan perkembangan motorik, sensorik, serta kemampuan kognitif yang menjadi landasan dalam intervensi yang diterapkan dalam studi ini.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berat Badan Bayi (Kg) Sebelum Pemberian Pijat Tui Na Usia 6-12 Bulan Di Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home

	N	Min	Max	Mean	SD
Berat Badan Bayi Sebelum Dipijat	24	6	9,8	7,65	0,964

Penyajian data tabel 2, Dari distribusi data yang terlihat pada tabel di atas, rata-rata berat badan bayi sebelum menerima pijat *Tui Na* adalah 7,65 kilogram, dengan berat terendah mencapai 6,0 kilogram dan berat tertinggi sebesar 9,8 kilogram. Mayoritas bayi sebelum pijat termasuk dalam kategori berat badan rendah atau berat badan tidak sesuai dengan usia dan jenis kelaminnya.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berat Badan Bayi (Kg) Setelah Pemberian Pijat Tui Na Usia 6-12 Bulan Di Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home

	N	Min	Max	Mean	SD
Berat Badan Bayi Sesudah Pijat <i>Tui Na</i>					

Minggu ke-1	24	6,3	10	7,837	0,944
Minggu ke-2	24	6,5	10,2	8,033	0,934
Minggu ke-3	24	7	10,5	8,367	0,912

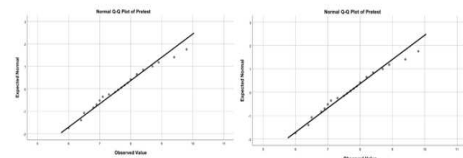
Penyajian data tabel 3, Setelah pemberian pijat *Tui Na* yang pertama (*Posttest 1*), rata-rata berat badan naik menjadi 7,837 kilogram, dengan berat terendah tercatat pada 6,3 kilogram dan berat tertinggi mencapai 10 kilogram. Peningkatan ini terus berlanjut setelah intervensi kedua (*Posttest 2*) menjadi 8,033 kg dengan berat badan paling rendah berada di angka 6,5 kilogram sedangkan nilai maksimal berat badan tercatat pada angka 10,2 kilogram. *Posttest 3* ditemukan berat badan rata-rata mencapai 8,367 kilogram setelah intervensi ketiga (*Posttest 3*) pada minggu terakhir pemberian intervensi ini diterapkan pada subjek dengan berat badan terendah 7 kilogram dan berat badan tertinggi mencapai 10,5 kilogram. Perbedaan berat badan bayi dapat dilihat terjadi secara bertahap. Berat badan bayi dapat mengejar target berat badan normal sesuai dengan usia dan jenis kelamin bayi setelah diberikan intervensi Pijat *Tui Na* selama 4 kali pertemuan.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Data Pretest dan Post Test Berat Badan (Kg) Bayi Usia 6-12 Bulan Sebelum dan Setelah Pemberian Pijat Tui Na Di Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home

Variabel	Shapiro-wilk	p	Distribusi
<i>Pretest</i>	0,978	0,846	Normal
<i>Posttest 1</i>	0,974	0,758	Normal

<i>Posttest 2</i>	0,966	0,577	Normal
<i>Posttest 3</i>	0,957	0,375	Normal

Untuk mengevaluasi normalitas data dalam penelitian ini, dilakukan uji Shapiro-Wilk mengingat sampel terdiri dari 24 subjek (< 50). Hasil pengujian Shapiro-Wilk mengindikasikan bahwa data *pretest* dan ketiga *posttest* memiliki nilai signifikansi $> 0,05$ yang berarti seluruh data berdistribusi normal.



Gambar 1. Grafik Q-Q Plot *Pretest* dan *Posttest* Uji Normalitas

Visualisasi melalui grafik Q-Q Plot juga mendukung temuan ini. Dengan demikian, data memenuhi syarat untuk dianalisis menggunakan uji statistik parametrik *paired sample t-test*, karena asumsi normalitas telah terpenuhi.

Tabel 5. Hasil Uji T-test Berat Badan (Kg) Bayi Usia 6-12 Bulan Sebelum dan Setelah Pemberian Pijat Tui Na

Pasangan Data	Mean Pretest	Mean Posttest	n	SD Pret est	SD Postt est	Std . Error	Sig (2-tailed)
<i>Pretest-Posttest 1</i>	7,65	7,837	24	0,964	0,944	0,192	0,000

<i>Pretest 1</i>	7,65	8,03	2	0,96	0,93	0,1	0,0
<i>Posttest 1</i>		3	4	4	4	90	0
<i>Pretest 2</i>	7,65	8,36	2	0,96	0,91	0,1	0,0
<i>Posttest 2</i>		7	4	4	2	86	0
<i>Pretest 3</i>	7,65	8,36	2	0,96	0,91	0,1	0,0
<i>Posttest 3</i>		7	4	4	2	86	0

Dari tabel 5, terlihat bahwa hasil uji normalitas menunjukkan data terdistribusi secara normal. Oleh sebab itu, analisis dilanjutkan dengan menggunakan uji *Paired Samples T-Test*. Hasil uji t mengindikasikan adanya perbedaan signifikan antara nilai *pretest* dengan setiap *posttest*. Nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) untuk ketiga pasangan (*Pretest–Posttest 1*, *Pretest–Posttest 2*, dan *Pretest–Posttest 3*) tercatat 0,000, yang berarti lebih kecil dari 0,05. Hasil analisis uji *paired sample t-test* menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam berat badan bayi usia 6-12 bulan setelah pemberian Pijat *Tui Na*. Berdasarkan perbandingan antara berat badan sebelum (*Pretest*) dan setelah intervensi (*Posttest 1*, *Posttest 2*, dan *Posttest 3*), terlihat adanya peningkatan rata-rata berat badan bayi secara konsisten dan signifikan secara statistik.

Analisis statistik dengan uji *paired samples t-test* menghasilkan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,00 untuk semua perbandingan (*Pretest vs. Posttest 1*, *Pretest vs. Posttest 2*, dan *Pretest vs. Posttest 3*). Temuan mengindikasikan bahwa nilai p-value jauh lebih rendah dari batas signifikansi 0,05, oleh karena itu perubahan rata-rata berat badan sebelum dan selepas terapi pijat *Tui Na* dinilai signifikan secara statistik. Oleh karena itu,

adanya penolakan kuat terhadap hipotesis nol yang menganggap tidak ada perubahan berat badan setelah intervensi.

Hasil kenaikan berat badan yang signifikan mengindikasikan bahwa intervensi pijat *Tui Na* memiliki pengaruh signifikan terhadap penambahan berat badan bayi usia 6-12 bulan dalam studi ini. Korelasi antara berat badan sebelum dan sesudah terapi pijat menunjukkan nilai yang sangat besar (berkisar antara 0,956 hingga 0,996) menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan positif. *Posttest* dinilai berdasarkan hasil ukur pada lembar observasi, di dapatkan nilai korelasi pada *posttest 1* dimana koefisien korelasi (*r*) mendekati nilai +1 yang berarti memiliki korelasi positif yang kuat. Peningkatan berat badan bayi yang paling signifikan terlihat pada *posttest 1* di pertemuan minggu kedua. Memiliki nilai korelasi yang hampir sama menandakan bahwa terjadi peningkatan berat badan yang konsisten di minggu ketiga dan keempat. Hal tersebut menandakan bahwa bayi yang awalnya memiliki berat badan lebih tinggi biasanya akan tetap memiliki berat badan yang lebih tinggi setelah intervensi dilakukan.

PEMBAHASAN

Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Sebelum Pemberian Pijat *Tui Na* Di Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home

Pijat *Tui Na* adalah terapi pijat tradisional Tiongkok yang dipercaya mampu merangsang metabolisme dan meningkatkan nafsu makan, sehingga berdampak pada penambahan berat badan

bayi. Berdasarkan hasil pengukuran awal terhadap bayi usia 6–12 bulan di Yayasan Panti Asuhan *Bali Baby Home*, diperoleh data berat badan sebelum intervensi pijat *Tui Na*. Pengukuran ini bertujuan untuk mengetahui kondisi status gizi awal bayi sebelum diberikan perlakuan. Secara umum, berat badan bayi pada usia 6–12 bulan merupakan indikator penting dalam memantau pertumbuhan. Berdasarkan pedoman WHO, berat badan yang dianggap normal bagi bayi berusia 6-8 bulan berada pada kisaran 7 sampai 8 kilogram, sementara untuk bayi usia 9-12 bulan berat badan normalnya berkisar antara 9 hingga 10 kilogram. Dalam penelitian ini, data awal menunjukkan bahwa bayi berusia 6-8 bulan memiliki berat badan rata-rata 6,8 kilogram sedangkan bayi berusia 9-12 bulan memiliki berat badan rata-rata 7,9 kilogram, maka dari itu berat badan bayi di Yayasan panti Asuhan *Bali Baby Home* sebelum diberikan intervensi Pijat *Tui Na* berada dalam kategori berat badan rendah (Ceria , 2019).

Berbagai faktor yang beragam bisa menjadi penyebab dari hal tersebut sesuai dengan karakteristik responden yang berada dalam yayasan sosial yang memiliki berbagai kendala seperti kurangnya stimulasi, asupan gizi yang tidak optimal, serta minimnya sentuhan atau interaksi fisik mau pun emosional yang mendukung pertumbuhan serta perkembangan bayi disini. Penemuan studi ini konsisten dengan laporan-laporan terdahulu yang menunjukkan bahwa sebanyak 72,22% bayi mengalami gangguan nafsu makan serta kesulitan dalam menaikkan berat badan sebelum dilakukan pijat *Tui Na* (Fitriani,

2020).

Temuan ini selaras dengan studi sebelumnya yang mengungkapkan bahwa anak sedang melewati fase transisi dari makanan lunak ke makanan padat dan mulai memilih jenis makanan yang disukai. Oleh sebab itu, penurunan nafsu makan pada anak dapat menyebabkan asupan nutrisi tidak terpenuhi secara optimal dan berdampak pada masalah penambahan berat badan (andriyani dkk, 2021). Berat badan bayi yang tidak sesuai dengan target pertumbuhan dapat menjadi indikator adanya permasalahan mendasar yang perlu diidentifikasi dan ditangani. Berbagai faktor dapat memengaruhi laju pertumbuhan berat badan bayi, mulai dari asupan nutrisi hingga kondisi kesehatan tertentu. Pada masa awal kehidupannya, bayi yang baru lahir sangat bergantung pada frekuensi dan durasi menyusui. Bayi pada usia 6-8 minggu pertama idealnya menyusui setiap 2-4 jam. Frekuensi menyusui yang tidak adekuat dapat berkontribusi pada kurangnya asupan kalori yang dibutuhkan untuk pertumbuhan.¹⁰ Teknik menyusui yang kurang tepat dapat menghambat bayi mendapatkan ASI secara efektif. Bagi bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif, pemilihan dan persiapan susu formula yang tidak sesuai juga dapat menjadi masalah. Seiring bertambahnya usia, terutama setelah enam bulan, pemberian MPASI yang kurang tepat dalam hal kualitas maupun jumlah dapat menjadi faktor penghambat penambahan berat badan bayi (Mutika dkk, 2018).

Selain faktor nutrisi, kondisi kesehatan bayi juga memainkan peran penting dalam laju pertumbuhan berat badannya. Gangguan pada

sistem pencernaan, seperti diare kronis atau muntah yang berulang, dapat mengganggu penyerapan nutrisi penting. Masalah pada mulut atau saraf yang memengaruhi kemampuan menelan, gangguan metabolisme, masalah tiroid, hingga penyakit jantung bawaan juga dapat menjadi penyebab berat badan bayi tidak sesuai target. Bahkan, bayi yang lahir dengan berat badan rendah (BBLR) mungkin menunjukkan pola kenaikan berat badan serta berbeda pada tahun pertama kehidupannya (Firdaus, 2019).

Di luar faktor nutrisi dan kesehatan, beberapa faktor lain juga dapat memengaruhi berat badan bayi. Jenis kelamin memperlihatkan bahwa bayi laki-laki cenderung memiliki berat badan yang sedikit lebih tinggi dibandingkan bayi perempuan. Selain itu, bayi dengan tingkat aktivitas yang tinggi biasanya menggunakan energi lebih banyak. Faktor psikologis ibu, kondisi ekonomi keluarga, dan praktik pengasuhan anak yang kurang tepat juga dapat memberikan dampak tidak langsung pada asupan nutrisi dan kesehatan bayi. Penting bagi orang tua untuk melakukan pemantauan rutin dan berkonsultasi dengan dokter anak jika terdapat kekhawatiran mengenai laju pertumbuhan buah hati mereka. Evaluasi medis yang komprehensif akan membantu mengidentifikasi penyebab pasti dan memberikan intervensi yang tepat untuk memastikan tumbuh kembang bayi yang optimal (Firdausi, 2019).

Hasil pengukuran menunjukkan adanya peningkatan berat badan pada sebagian besar bayi setelah dilakukan pemberian pijat *Tui Na* secara rutin. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pijat

Tui Na dapat memberikan dampak signifikan terhadap pertumbuhan bayi. Pijat *Tui Na* berfungsi meningkatkan sirkulasi darah, merangsang sistem pencernaan, dan membantu proses penyerapan nutrisi lebih efisien. Selain perannya dalam menenangkan sistem saraf bayi, terapi pijat *Tui Na* berperan dalam memperbaiki mutu tidur, sehingga mendukung proses pertumbuhan serta perkembangan bayi secara optimal. Statistik pasca intervensi mengindikasikan kenaikan nilai rata-rata berat badan dibandingkan saat sebelum intervensi diterapkan. Hal ini mengindikasikan bahwa pemberian pijat *Tui Na* dapat dijadikan salah satu pendekatan komplementer dalam upaya meningkatkan status gizi dan pertumbuhan bayi khususnya dalam peningkatan nafsu makan dan kelelahan tidur yang berpengaruh pada peningkatan berat badan bayi, terutama bagi bayi yang berada dalam lingkungan asuhan atau institusi sosial.

Sesuai dengan teori yang ada, pijat *Tui Na* membantu perkembangan mental, fisik, dan sosial anak dengan memberikan rangsangan positif melalui pemijatan yang bertujuan melancarkan saraf-saraf dan membuat tubuh terasa lebih rileks dan segar. Pijat ini juga berfungsi mengatasi masalah makan pada balita dengan cara inovatif yang dapat meningkatkan nafsu makan, diharapkan membantu para ibu dalam menangani masalah makan anak (Hidayati, 2019).

Hasil ini mendukung riset terdahulu yang melaporkan berat badan rata-rata kelompok kontrol sebesar 11,5 kg sebelum mendapatkan terapi pijat *Tui Na*, sedangkan kelompok perlakuan pada hari pertama atau sebelum pijat tercatat 11,2 kg. Pasca-

intervensi pijat *Tui Na*, berat badan kelompok kontrol bertambah menjadi 11,7 kg, sementara kelompok eksperimen mengalami pertambahan sekitar 11,8 kg. Terapi pijat *Tui Na* menunjukkan pengaruh signifikan terhadap peningkatan berat badan, dengan lonjakan 0,6 kg pada kelompok eksperimen dan 0,2 kg di kelompok control (Utamaningtyas, 2020).

Pemberian pijat *Tui Na* dengan kenaikan berat Pemberian pijat *Tui Na* kepada balita menghasilkan kenaikan berat badan yang lebih signifikan daripada kelompok yang tidak mendapatkan pijat. Studi yang dilakukan oleh Wijayati mengungkapkan bahwa mayoritas anak balita mengalami kenaikan massa tubuh pasca pijatan, menegaskan bahwa terapi pijat *Tui Na* efektif dalam membantu peningkatan berat badan balita.¹² Oleh karena itu, penting untuk memperluas pengenalan pijat *Tui Na* kepada tenaga medis dan keluarga sebagai alternatif intervensi bagi balita dengan masalah berat badan kurang atau nafsu makan yang berkurang (Mutika, 2018).

Hasil studi Pratami tahun 2020 di Posyandu wilayah Puskesmas Suradita terhadap 30 anak balita memperlihatkan pengaruh positif pijat *Tui Na* terhadap kenaikan bobot tubuh, dengan kenaikan tertinggi sebesar 1,6 kilogram dan paling rendah sejumlah 200 gram.¹¹ Berdasarkan hasil penelitian tersebut, selain pemberian makanan tambahan di posyandu, terapi pijat *Tui Na* juga dapat menjadi solusi efektif untuk membantu peningkatan berat badan balita yang berada di bawah garis merah (BGM). Teknik terapi pijat ini dirancang secara khusus guna mengatasi kesulitan

konsumsi makanan dengan memperlancar aliran darah melalui pendekatan akupunktur tanpa jarum yang telah dimodifikasi, menggunakan tekanan pada titik meridian yang lebih mudah diaplikasikan. Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata berat badan pada kelompok kontrol sebelum pijatan tercatat 11,5 kg, sementara kelompok eksperimen 11,2 kg; sesudah pemberian pijat *Tui Na*, berat badan kelompok kontrol meningkat menjadi 11,7 kg dan kelompok eksperimen mencapai kira-kira 11,8 kg (Darwat, 2019). Studi yang dilakukan oleh Wijayanti turut mendukung gagasan tersebut dengan hasil bahwa terapi pijat *Tui Na* sebanyak enam kali memberikan dampak positif dalam menaikkan berat badan anak balita.¹⁰ Studi tersebut mendukung hasil riset sebelumnya yang memperlihatkan bahwa terapi pijat *Tui Na* berperan signifikan dalam memperbaiki berat badan bayi. Namun, penelitian ini kurang lengkap karena tidak mengukur frekuensi serta kebiasaan makan anak balita. Di antara seluruh peserta bayi yang diamati, sebanyak 95% mengalami pertambahan berat badan pasca terapi pijat, sedangkan 5% berat badannya tetap stabil.¹³ Temuan studi menunjukkan bahwa pemberian pijat pada bayi menghasilkan kenaikan bobot tubuh rata-rata antara 5 sampai 20 persen, mengindikasikan dampak menguntungkan pijatan terhadap perkembangan berat badan bayi (Asniar, 2019). Studi ini mendukung hasil karya Asniar (2019) yang menegaskan manfaat terapeutik pijat *Tui Na* dalam merangsang nafsu makan dan pertumbuhan berat badan pada bayi, didukung oleh teori yang menyebutkan bahwa pijatan tersebut menstimulasi

ujung-ujung saraf pada kulit. Pemijatan dapat menyebabkan membran sel menjadi lebih permeabel, sehingga memudahkan pertukaran ion *natrium* (Na) dan *kalium* (K). Kondisi ini menyebabkan terwujudnya sinyal elektrik pada otot maupun saraf. Sinyal elektrik tersebut berlangsung pada saraf simpatis dan parasimpatis kemudian memengaruhi fungsi organ, termasuk stimulasi pada *Nervus Vagus* yang berdampak pada peningkatan aktivitas peristaltik saluran pencernaan, mempercepat pengosongan lambung, sehingga bayi cepat merasa lapar dan nafsu makannya meningkat sehingga berat badan naik dan pola makannya menjadi lebih baik (Fitriani, 2020).

Hasil studi terdahulu menyatakan bahwa Pijat *Tui Na* memiliki efek positif yang signifikan terhadap kenaikan berat badan bayi. Terapi pijat ini tidak hanya mendukung pertumbuhan fisik dan daya tahan tubuh, tetapi juga mengurangi tingkat stres, memperbaiki kebugaran otot, mempercepat perkembangan sistem saraf dan otak, serta menaikkan nafsu makan. Selain itu, pijat ini meningkatkan produksi enzim pencernaan, sehingga penyerapan nutrisi lebih optimal berkat pengaruh saraf simpatis (Asih, 2018). Dari hasil penelitian sebelumnya, diperoleh nilai korelasi uji-t sebesar 0,984 dengan angka signifikansi 0,000, yang lebih kecil dari $\alpha=5\%=0,005$. Temuan ini mengindikasikan adanya dampak signifikan dari pijat *Tui Na* terhadap pertambahan bobot tubuh bayi, membuktikan bahwa pijat *Tui Na* efektif dalam meningkatkan berat badan bayi. Nilai korelasi sebesar 0,984 menggambarkan keterkaitan

yang sangat kuat antara pijat *Tui Na* dan kenaikan berat badan bayi (Fitriani, 2019).

Perbedaan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Sebelum dan Sesudah Pemberian Pijat Tui Na Di Yayasan Panti Asuhan Bali Baby Home

Hasil pengukuran menunjukkan adanya peningkatan berat badan pada sebagian besar bayi. Penelitian ini mendukung hasil sebelumnya yang menunjukkan berat badan rata-rata balita adalah 11,62 kg sebelum pijat *Tui Na*, yang kemudian bertambah menjadi 11,81 kg setelah diberikan pijat, sehingga terjadi peningkatan sebesar 180 gram. Terdapat bukti yang kuat bahwa pijat *Tui Na* memiliki efek yang signifikan dalam menaikkan berat badan anak balita (Asniar, 2019). Dari penelitian Pratami tahun 2020 di posyandu wilayah kerja Puskesmas, diperoleh data bahwa balita yang menerima pijat *Tui Na* menunjukkan kenaikan berat badan rata-rata 0,6 kg, lebih besar dibanding kelompok kontrol yang hanya naik 0,2 kg, menegaskan peran pijat *Tui Na* sebagai intervensi yang dapat meningkatkan pertumbuhan berat badan balita secara signifikan. Sesuai dengan teori, penelitian terhadap 20 balita yang mengalami kekurangan gizi mencatat keadaan sebelum dilaksanakan intervensi kombinasi meliputi pijat *Tui Na* dan pemberian tambahan nutrisi, berat badannya berkisar antara 7,9 kg sampai 10,1 kg dengan rata-rata 9,010 kg (SD 0,7867). Setelah menerima terapi tersebut, berat badan balita meningkat, dengan angka terendah 8,1 kg, tertinggi 10,6 kg, dan rata-rata naik menjadi 9,300 kg (SD 0,8221) (Wulaningsih dkk, 2022).

Perbedaan berat badan bayi sebelum dan setelah pijat Tui Na disebabkan oleh peningkatan nafsu makan dan perbaikan sistem pencernaan. Pijat Tui Na, yang merupakan teknik pijat tradisional Tiongkok, dapat merangsang nafsu makan pada bayi, terutama jika mereka mengalami kesulitan makan. Selain itu, pijat ini juga dapat melancarkan peredaran darah ke limpa dan saluran pencernaan, sehingga membantu bayi mencerna makanan lebih baik. Studi sebelumnya menyatakan bahwa berat badan rata-rata bayi yang berusia antara 2 hingga 12 bulan sebelum diberikan intervensi terapi pijat adalah sebesar 6.728,33 gram. Setelah bayi-bayi tersebut mendapatkan perlakuan berupa terapi pijat, berat badan rata-rata mereka meningkat menjadi 7.605 gram.¹⁷ Studi lainnya juga menunjukkan kondisi nafsu makan pada balita yang berusia 3 hingga 5 tahun sebelum diberikan terapi pijat. Hasil penelitian tersebut memperlihatkan bahwa mayoritas balita, yaitu sebesar 60,9%, berada dalam kategori nafsu makan kurang. Namun, setelah balita-balita tersebut diberikan intervensi terapi pijat, terjadi perubahan di mana sebagian besar dari mereka, yaitu sebesar 73,9%, berada dalam kategori nafsu makan baik.¹⁸ Selain itu, balita berumur 12 sampai 14 bulan yang menerima terapi pijat menunjukkan peningkatan berat badan sebesar 0,6 kg setelah perlakuan diberikan. Sebagai perbandingan, balita dengan rentang usia yang sama namun tidak diberikan perlakuan terapi pijat hanya mengalami kenaikan berat badan sebesar 0,2 kg.¹⁸ Studi yang dilakukan oleh Wulaningsih menunjukkan bahwa balita yang mendapatkan pijat Tui Na selama enam hari

berturut-turut mengalami pertumbuhan rata-rata berat badan dari 11,62 kg meningkat menjadi 11,81 kg dengan nilai $p < 0,000$, membuktikan adanya perubahan signifikan pada berat badan sebelum dan sesudah pijatan. Pijat Tui Na diaplikasikan pada bagian tubuh khusus, seperti kaki, tangan, dan punggung, dengan tujuan untuk merangsang nafsu makan melalui normalisasi fungsi pencernaan dan metabolisme, melalui penguatan titik lambung dan limfa. Selain itu, pijatan mingguan selama satu bulan juga dapat meningkatkan berat badan bayi sebesar 625 gram dan memperpanjang waktu tidurnya sebanyak 74 menit (Asih, 2018). Memberikan pijat Tui Na secara teratur memberikan manfaat berupa peningkatan berat badan bayi karena rangsangan pijatan pada bagian abdomen dapat memperlancar proses pencernaan bayi (Munjidah dkk, 2019).

Berdasarkan pengalaman langsung peneliti dari proses penelitian ini kelemahan dari penelitian ini yaitu tidak bisa mengontrol kondisi psikologis bayi yang tiba-tiba menangis atau tantrum saat akan dilaksanakan masase atau saat menimbang berat badan bayi. Kekurangan lain yang ditemukan dalam penelitian ini adalah tidak semua variabel dikendalikan dalam kriteria inklusi dan eksklusi terkait berat badan lahir bayi dan kondisi penyerta bayi saat masih di dalam kandungan.

SIMPULAN DAN SARAN

Studi menunjukkan pijat Tui Na memiliki dampak perbedaan yang signifikan terhadap perubahan berat badan bayi sebelum dan setelah pemberian intervensi Pijat Tui Na dengan hasil peningkatan berat badan bayi secara signifikan

sesuai dengan usia dan jenis kelamin bayi. Penelitian lebih lanjut terkait topik serupa masih diperlukan untuk mengetahui efektivitas dari pijat Tui Na secara lebih komprehensif dan meningkatkan upaya pencegahan keterlambatan tumbuh kembang pada bayi dan balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Sari, R. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Pendidikan Ibu Tentang Stimulasi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 3-5 Tahun di Puskesmas Lamasi. *Jurnal Kesehat Luwu Raya*. 2020;6(2):17–25.
- Fauzia, R, Sukmandari N, dan Triana K. (2019). Hubungan Status Pekerjaan Ibu Dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Cent Res Publ Midwifery Nurse*. 2019;3(1):28–32.
- SSGI. Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI) (2022). Kementerian Kesehat RI. 2022;1–14. Available from: <https://www.litbang.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-studi-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2021/>
- EPPGBM. EPPGBM Kabupaten Gianyar (2023).
- Mutika W, dan Syamsul D. (2018). Analysis Of Malnutritional Status Problems On Toddlers At South Teupah Health Center Simeulue. *Jurnal Kesehat Global*. 2018;1(3):127–36.
- Utaminingsih, F, dan Royhan Padangsidimpuan, A. (2020). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Kelurahan Tingkir Lor, Kota Salatiga. *Jurnal Media Informasi Kesehatan*. 2020;7(1):171.
- Munjidah A, dan Anggraini F. (2019). The effects of Tui Na massage on the growth status of children under five years of age with KMS T. *Jurnal Public Health Africa*. 2019;10(s1):1205.
- Asih, Y. (2018). Pijat Tui Na Efektif Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak Balita. *Jurnal Keperawatan*. 2018;14(1).
- Asniar, P. (2019). Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Mataoleo. *Jurnal Politeknik Kesehatan Kendari*; 2019.
- Darwat, dan Novie A. (2019). Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Fun Cooking. *Jurnal Ilmu Pendidik Citra Bakti*. 2019;6(2):157–66.
- Pratami, B, Choirunissa, R, dan Rifiana A. (2020) Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita di Pmb “R” Cipacing Kabupaten Sumedang. *Jurnal Ilmu Kesehat*. 2020;12(2):179–86.
- Wulaningsih, I, Sari, N, dan Wijayanti, H. (2022) . Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Tingkat Nafsu Makan Balita Gizi Kurang. *Jurnal Edunursing*. 2022;6(1):33–8. Available from: <http://journal.unipdu.ac.id>
- Hidayati, T, dan Hanifah, I. (2019). Pendamping Gizi Pada Balita. *Junal Kesehatan Deepublish*. Jakarta.
- Fitriani.(2020). Penerapan Pijat Tui Na Pada Anak Diare Dengan Masalah Keperawatan Defisit Nutrisi Diperumahan Surya Residence Clauster Saphirre Dukuh Tengah Buduran Sidoarjo. *Jurnal Ilmu Kesehatan* 334-356. University Of Nahdlatul Ulama. Surabaya.
- Firdausi M. (2019). Pengaruh Terapi Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Anak Usia 1-3 Tahun. *Jurnal Kesehatan Global*, 11(2), 112-129. Universitas Airlangga. Surabaya.
- Ceria, dan Inayati. (2019). Pengaruh Pemberian Pijat Tui Na dengan Berat Badan Anak Balita. *Jurnal Pros Seminar Nasional*, 2019;469–75. Universitas Respati Yogya. Yogyakarta.
- Andriyani, M, Yuli, P, Sari, S, Suharti, dan Astuti, R. (2021). Hubungan Pelayanan Baby Massage terhadap Peningkatan Berat Badan Balita di Desa Sumbertlaseh Kecamatan Ngumpakdalem Kabupaten Bojonegoro.

Jurnal Ilmu Kesehatan, 2021;2(1):21–5. Jawa Timur.

Kelod. *Jurnal Ilmu Kesehatan.* Stikes Bina Usada. Bali.

Wulandari G. (2022). Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita Usia 3-5 Tahun Di Posyandu Pejeng