

## **PENGARUH VICARIOUS LEARNING TUI NA MASSAGE TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN ANAK USIA 12-47 BULAN**

*The Effect of Vicarious Learning Tui Na Massage on Weight Increase in  
Children Aged 12-47 Months*

**Wa Ode Sri Kamba Wuna<sup>\*1</sup>, Andriyani Andriyani<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan, STIKes Pelita Ibu  
Jl. Kampung Baru, Kendari, Sulawesi Tenggara - Indonesia  
Email: waodesrikambawuna543@gmail.com

### **ABSTRACT**

*The nutrition issue is closely related to meeting the nutritional needs of toddlers. Toddlers aged one to three years are in the 'food jag' stage, where they often eat only foods they like and may have difficulty eating. The eating difficulties in toddlers can be addressed through non-pharmacological methods such as massage. Toddler massage is a tactile stimulation technique that can stimulate muscles, bones, and organ systems to function optimally, increase the body's metabolism, and, consequently, promote weight gain in infants. Tui Na Massage is a massage technique that can improve blood circulation in the spleen and digestive system through acupressure modification, specifically designed to address feeding difficulties in toddlers. One strategy to enhance Tui Na Massage's practice is through video-based learning. This study aimed to examine the influence of Vicarious Learning Tui Na Massage through video media on the weight gain of children aged 12-47 months. The research method used is a quasi-experimental design with a control group. The sample in this study consists of toddlers in the Poasia Community Health Center area, selected using purposive sampling, totaling 32 toddlers, with 16 in the control group and 16 in the intervention group. The result showed the Paired T-Test yielded a p-value of <0.05, indicating that Vicarious Learning Tui Na Massage has an impact on the weight gain of children aged 12-47 months. It is recommended that the Tui Na Massage video be promoted to parents as a non-pharmacological approach to improving children's weight.*

**Keywords:** *Vicarious Learning, Tui Na Massage, Toddler Weight*

### **ABSTRAK**

Permasalahan gizi sangat erat kaitannya dengan pemenuhan nutrisi pada balita. Balita usia satu sampai tiga tahun merupakan usia *food jag*, yaitu anak hanya makan pada makanan yang disukai bahkan sulit makan. Kesulitan makan pada balita dapat diatasi dengan metode non-farmakologi yaitu pijat. Pijat balita merupakan stimulasi taktil yang dapat merangsang otot, tulang, dan sistem organ agar dapat berfungsi secara optimal, meningkatkan metabolisme tubuh, sehingga dapat meningkatkan berat badan bayi. Pijat Tui Na merupakan teknik pemijatan yang dapat memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan melalui modifikasi dari akupuntur tanpa jarum (akupresur) khusus untuk mengatasi kesulitan makan pada balita. Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan praktik Pijat Tui Na adalah dengan melakukan pembelajaran menggunakan video. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Vicarious Learning Tui Na Massage* melalui media video terhadap kenaikan berat badan anak usia

12-47 bulan. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi experimental design* dengan kelompok kontrol. Sampel dalam penelitian ini adalah balita di wilayah kerja Puskesmas Poasia, dengan teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling, berjumlah 32 balita yang terdiri dari 16 sampel kelompok kontrol dan 16 sampel kelompok intervensi. Hasil penelitian menggunakan uji Paired T-Test diperoleh p-value < 0,05 yang berarti ada pengaruh Vicarious Learning *Tui Na Massage* terhadap kenaikan berat badan anak usia 12-47 bulan. Disarankan agar Video Pijat Tui Na dapat disosialisasikan kepada orang tua sebagai upaya non-farmakologi untuk menaikkan berat badan anak.

**Kata Kunci:** *Vicarious Learning*, Pijat Tui Na, Berat Badan Balita

## PENDAHULUAN

Indonesia memiliki permasalahan gizi yang serius dan sangat mengkhawatirkan khususnya pada balita. Hasil Survey Status Gizi Indonesia (2022) menunjukkan 21,6% anak di Indonesia mengalami stunting dan 17,1% mengalami *underweight* [3]. Status gizi sangat mempengaruhi daya tahan tubuh dan kecerdasan anak sehingga sangat berdampak pada kualitas Sumber Daya Manusia. Permasalahan gizi sangat erat kaitannya dengan pemenuhan nutrisi pada balita.

Masa awal kehidupan, terutama fase bayi dan balita, adalah periode emas yang memerlukan perhatian serius. Pada tahap ini, terjadi perkembangan dan pertumbuhan yang sangat cepat, termasuk pertumbuhan fisik, perkembangan mental, psikomotorik, dan aspek sosial [8]. Pertumbuhan dapat dijelaskan sebagai perubahan dalam ukuran fisik seiring berjalannya waktu, seperti proses perubahan seorang anak dari perubahan tinggi badan dari pendek menjadi tinggi [2].

Pola makan adalah salah satu faktor risiko kekurangan gizi pada anak balita. Pola makan mencerminkan minat terhadap makanan, keinginan dan niat untuk makan, kecepatan konsumsi makanan, dan preferensi terhadap jenis makanan yang baru [4]. Balita yang berusia satu sampai dengan tiga tahun merupakan usia *food jags*, yaitu mereka hanya makan apa yang mereka sukai bahkan sulit makan. Sulit makan terkadang dianggap wajar namun jika dibiarkan berlarut-larut, itu akan mengganggu pertumbuhan dan perkembangan seperti *stunting*, *wasting*, dan *underweight*, serta menurunnya sistem imun [12]. Balita yang memiliki kesulitan makan dapat diatasi dengan salah satu metode non-farmakologi yaitu pijat. Pijat pada balita adalah bentuk stimulasi taktil yang memiliki potensi untuk mengaktifkan otot, memperbaiki kerja tulang, dan merangsang sistem organ, sehingga mempercepat proses metabolisme tubuh. Dampak positif ini dapat berperan dalam peningkatan berat badan bayi. [6].

Pijat adalah bentuk terapi tertua yang telah manusia kenal serta menjadi salah satu yang paling diminati. Pijat pada dasarnya berfungsi untuk menciptakan perasaan relaksasi dan dapat membantu meredakan atau mengatasi rasa sakit, meskipun proses penyembuhannya mungkin berlangsung secara bertahap. Salah satu terapi pijat yang digunakan untuk mengatasi masalah peningkatan berat badan adalah pijat Tui Na [10]. Pijat Tui Na merupakan modifikasi dari teknik pijat bayi akupresur pada titik tertentu yang khusus untuk meningkatkan nafsu makan dan menaikkan berat badan anak. Wawancara yang dilakukan pada 10 ibu yang memiliki balita di wilayah kerja Puskesmas Poasia, 90% mengatakan belum mengetahui tentang Pijat Tui Na.

Pijat Tui Na adalah salah satu bentuk perawatan tradisional dan dari Cina. Istilah "Tui" berarti menekan dan "Na" berarti menggenggam. Oleh karena itu, pijatan ini pada dasarnya melibatkan tekanan dan kadang-kadang pemegangan pada bagian tubuh yang memerlukan perawatan [13]. Pijat Tui Na yaitu teknik pemijatan yang dirancang khusus untuk meningkatkan peredaran darah di sekitar organ limpa dan sistem pencernaan. Teknik ini dilakukan dengan memodifikasi prinsip-prinsip akupunktur tanpa

menggunakan jarum (akupresur), dan bertujuan untuk mengatasi masalah kesulitan makan pada balita [12]. Pada dasarnya, akupresur adalah teknik pemijatan yang dilakukan pada titik-titik khusus di tubuh untuk merangsang atau memanfaatkan titik-titik energi. Titik-titik ini sejalan dengan titik-titik akupunktur yang digunakan dalam praktik akupunktur. Tujuannya adalah untuk memastikan aliran energi "chi" yang optimal ke seluruh organ tubuh [16]. Pijatan dapat meningkatkan aktivitas saraf vagus, yang pada gilirannya dapat meningkatkan produksi enzim-enzim seperti gastrin dan insulin yang diperlukan untuk proses penyerapan nutrisi. Hal ini dapat menyebabkan peningkatan efisiensi penyerapan nutrisi dari makanan [12]. Keadaan ini dapat meningkatkan berat badan anak dan terhindar dari masalah gizi seperti stunting dan *underweight*.

Penelitian terdahulu dengan rancangan quasi eksperimen telah menunjukkan bahwa pijat tui na efektif meningkatkan berat badan balita dengan rata-rata peningkatan berat badan balita yang diberi intervensi pijat Tui Na sebesar 2,29 kg [5]. Studi meta analisis juga menunjukkan bahwa Pijat Tui Na dapat meningkatkan efek kuratif dibandingkan dengan obat oral yang digunakan untuk balita dengan anoreksia, dapat meningkatkan berat badan anak, dan tidak ada efek samping serius yang dilaporkan [5]. Pijat lembut pada anak tidak hanya memberikan dampak positif pada fisik bayi, namun juga akan memberikan dampak yang positif pada psikis anak yaitu meningkatkan bonding attachment anak dan orang tua. Oleh karena itu, pemijatan sebaiknya dilakukan oleh orang tua sebagai bentuk kasih sayang dengan memadukan antara terapi, bonding, dan seni [6].

Penelitian yang dilakukan pada balita yang berusia 5-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru [9], menunjukkan bahwa setelah menjalani pijat Tui Na, balita menjadi lebih rileks dan mampu beristirahat dengan efisien. Ketika bangun, balita memiliki cukup energi untuk beraktivitas, dan dengan meningkatnya aktivitasnya, nafsu makan balita menjadi lebih tinggi. Peningkatan nafsu makan ini juga dipengaruhi oleh peningkatan aktivitas saraf vagus, yang mengatur sistem saraf otak dan mempengaruhi area leher, dada, hingga rongga perut, serta membantu dalam pergerakan peristaltik sel untuk mendorong makanan melalui saluran pencernaan. Sehingga, pencernaan balita menjadi lebih lancar, dan hal ini membuatnya merasa lapar lebih cepat [1].

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental* dengan kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia pada Bulan Juli-September 2023. Perhitungan besar sampel menggunakan rumus Lameshow (1997):

$$n = \frac{2\delta^2(z_{1-\alpha} + z_{1-\beta})^2}{(\mu_1 - \mu_2)^2}$$
$$n = \frac{2(0,90)^2(1,96 + 1,28)^2}{(2,29 - 1,53)^2} = 29$$

Keterangan:

n = besar sampel minimal

$\delta$  = simpangan baku

$z(1-\alpha)$  = nilai Z, derajat kepercayaan 95% (nilai  $\alpha$  0,005 adalah 1,96)

$z(1-\beta)$  = nilai Z pada kekuatan uji 90% ( $\beta= 10\%$  adalah 1,28)

$\mu_1 - \mu_2$  = beda rata-rata berat badan pada kedua kelompok

Pada penelitian eksperimen, untuk mengantisipasi kemungkinan subyek terpilih yang *drop out*, *loss to follow up*, atau subyek yang tidak taat maka dilakukan koreksi:

$$n = \frac{n}{1-f} = \frac{29}{1-0,1} = 32$$

Keterangan :

n = besar sampel yang dihitung

f = perkiraan proporsi *drop out*

Berdasarkan perhitungan besar sampel, maka jumlah sampel dalam penelitian adalah 32 anak yang terdiri dari 16 sampel kelompok kontrol dan 16 sampel kelompok intervensi. Teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling, yaitu berdasarkan kriteria: anak usia 12-47 bulan, ibu balita yang memiliki keluhan terhadap berat badan anak (susah naik), bertempat tinggal/menetap di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia, balita yang tidak sedang mengonsumsi vitamin penambah nafsu makan. Sebelum penelitian dimulai, peneliti terlebih dahulu menjelaskan tujuan dan metode penelitian kepada responden dan responden menandatangani lembar persetujuan menjadi responden.

Instrumen penelitian terdiri dari video pembelajaran Pijat Tui Na, timbangan digital, lembar observasi. Peneliti menyiapkan video pembelajaran berupa *vicarious learning Tui Na Massage* dan bahan materi *Tui Na Massage*. Sebelum memberikan materi dan video, peneliti mengumpulkan data berat badan sampel penelitian. Setelah itu, kelompok intervensi langsung mendapatkan video pemijatan tuna, sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan materi Pijat Tui Na. Video didapatkan responden melalui link yang diberikan di grup aplikasi chat (whatsapp) dengan durasi 5 menit 28 detik. Video dapat dilihat oleh responden kapanpun sebagai panduan saat melakukan pemijatan minimal satu kali sehari selama delapan minggu. Monitoring kelompok intervensi melalui grup *chat* aplikasi dan kunjungan rumah. Evaluasi dilakukan setelah 8 minggu menggunakan lembar observasi dan timbangan berat badan digital untuk menimbang BB sampel. Selanjutnya peneliti melakukan uji analisis Paired T-Test dengan menggunakan aplikasi SPSS.

## HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur Responden

Umur (bulan)	Frekuensi	Persentase (%)
12-24	13	40,6
25-36	13	40,6
37-47	6	18,8
<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam rentang usia 12-24 dan 25-36 bulan masing-masing sebanyak 13 orang (40,6%).

**Tabel 2. Uji Normalitas Data**

	Kelompok	Tests of Normality					
		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Berat_Badan	Sebelum (intervensi)	.114	16	.200*	.975	16	.912
	Sesudah (intervensi)	.084	16	.200*	.985	16	.991
	Sebelum (Kontrol)	.145	16	.200*	.952	16	.525
	Sesudah (Kontrol)	.147	16	.200*	.940	16	.344

a. Lilliefors Significance Correction

\*. This is a lower bound of the true significance.

Tabel 2 menunjukkan uji normalitas data dengan menggunakan Uji *kolmogorov-smirnov*, nilai signifikansi berat badan balita sebelum dan sesudah pada kelompok kasus dan control diperoleh p-value  $0,20 > 0,05$  artinya data terdistribusi normal, sehingga penelitian ini menggunakan Uji Paired Sample T-Test.

**Tabel 3. Rata-rata Berat Badan Responden Sebelum dan Sesudah Pemberian Video *Vicarious Learning Tui Na Massage* pada Kelompok Intervensi dan Kontrol**

Kelompok		N	Min	Max	Mean
Intervensi	Sebelum	16	6,70	14,55	10,96
	Sesudah	16	8,50	16,00	12,24
Kontrol	Sebelum	16	9,50	15,05	12,63
	Sesudah	16	10,00	15,80	13,39

Tabel 3 menunjukkan bahwa pada kedua kelompok (intervensi dan kontrol) berat badan balita mengalami peningkatan setelah 8 minggu waktu intervensi video *vicarious learning Tui Na Massage*, namun dapat diinformasikan bahwa rata-rata peningkatan berat badan anak pada kelompok intervensi lebih besar dibandingkan pada kelompok kontrol. Rata-rata Berat Badan anak pada kelompok intervensi sebelum diberikan video pembelajaran adalah 10,96 kg meningkat menjadi 12,24 kg, artinya rata-rata peningkatan berat badan anak pada kelompok intervensi adalah 1,28 kg, sedangkan pada kelompok kontrol, rata-rata berat badan anak di awal pengukuran adalah 12,63 kg meningkat menjadi 13,39 kg, artinya rata-rata peningkatan berat badan anak pada kelompok kontrol adalah 0,76 kg.

**Tabel 4. Pengaruh *Vicarious Learning Tui Na Massage* terhadap kenaikan berat badan anak usia 12-47 bulan**

Kelompok		N	Mean	Sig.(2-tailed)
Intervensi	Sebelum	16	10,96	0,000
	Sesudah	16	12,24	
Kontrol	Sebelum	16	12,63	0,000
	Sesudah	16	13,39	

Tabel 4 menunjukkan rata-rata peningkatan berat badan pada kelompok intervensi lebih besar (1,28 kg) dibandingkan dengan rata-rata peningkatan berat badan pada kelompok control (0,76 kg). Hasil uji *Independent Sample T Test*, diperoleh nilai p-value  $0,000 < 0,05$  artinya terdapat pengaruh *Vicarious Learning Tui Na Massage* terhadap kenaikan berat badan anak usia 12-47 bulan.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa balita pada kelompok intervensi yaitu balita yang rutin dipijat minimal satu kali sehari melalui panduan video pembelajaran dan monitoring dari peneliti mengalami peningkatan berat badan rata-rata 1,28 kg sedangkan balita pada kelompok control yaitu balita dengan orang tua yang telah mengetahui tentang Pijat Tui Na namun peneliti tidak memberikan panduan pemijatan berupa video pembelajaran mengalami peningkatan berat badan rata-rata 0,76 kg. Hasil uji *Independent Sample T Test* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *Vicarious Learning Tui Na Massage* terhadap kenaikan berat badan anak usia 12-47 bulan di wilayah kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Wijayanti dan Sulistiani (2019) diperoleh kenaikan rata-rata berat badan bayi setelah dilakukan Pijat Tui Na sebesar 2,29 dan nilai p-value  $0,000 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh Pijat Tui Na terhadap kenaikan berat badan balita di wilayah BPM Ardiani S, Kecamatan Musuk Kabupaten Boyolali [18]. Penelitian lain menunjukkan bahwa selisih mean pada kelompok post intervensi dan post control pada hari ke-28 sebesar 1313,333 gram dengan p-value 0,011 yang berarti bahwa terapi pijat yang dilakukan 4 minggu berturut-turut akan mempengaruhi kenaikan berat badan balita di PMB Bidan Lena [11].

*Vicarious Learning* merupakan suatu metode pembelajaran yang sebagian besar melibatkan pengamatan pihak pembelajar. Sumber pengamatan dapat mempercepat proses belajar seseorang, melebihi potensi yang mungkin dicapai jika mereka harus mengalami setiap perilaku secara langsung untuk mencapai pembelajaran tersebut [14]. Pentingnya konsep belajar terletak pada adanya model yang melakukan suatu aktivitas, dampak atau konsekuensi yang timbul dari aktivitas tersebut, dan kemampuan observer untuk mengamati model tersebut. Jika individu telah mencapai tingkat perilaku yang diinginkan, pengamatan atau observasi diperlukan untuk melatih seseorang dalam melaksanakan aktivitas tersebut [18].

Penggunaan video sebagai alat pembelajaran dalam konteks edukasi kesehatan semakin berkembang sejalan dengan perkembangan teknologi. Pendidikan kesehatan melalui media video membawa beragam keunggulan dalam menyajikan visualisasi yang sangat eksplisit, memudahkan pemahaman konsep, dan penyerapan informasi. Video termasuk dalam kategori media audio visual karena melibatkan kedua indera penting, pendengaran dan penglihatan. Media audio visual ini terbukti efektif dalam memperbaiki hasil pembelajaran, terutama dalam hal mengingat, mengenali, mengingat kembali, serta menghubungkan fakta dan konsep [16]. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemanfaatan video *Tui Na Massage* sebagai media pembelajaran efektif dalam meningkatkan berat badan balita dengan rata-rata peningkatan sebesar 2,03kg.

Pijat Tui Na adalah metode pijatan yang dimodifikasi dari akupunktur tanpa menggunakan jarum (akupresur) yang bertujuan untuk meningkatkan peredaran darah di sekitar limpa dan sistem pencernaan. Teknik ini secara khusus digunakan untuk mengatasi masalah kesulitan makan pada balita. Pijatan dapat meningkatkan aktivitas saraf vagus, yang pada gilirannya meningkatkan produksi enzim penyerapan seperti gastrin dan insulin sehingga penyerapan nutrisi dari makanan menjadi lebih optimal [12]. Pijat lembut pada anak tidak hanya memberikan dampak positif pada fisik bayi, namun juga akan memberikan dampak yang positif pada psikis anak yaitu meningkatkan *bounding attachment* anak dan orang tua. Olehnya itu, pemijatan sebaiknya dilakukan oleh orang tua sebagai bentuk kasih sayang dengan memadukan antara terapi, *bounding*, dan seni [19]. Orang tua dapat melakukan Pijat Tui Na pada anak karena tahapan pijat yang mudah dengan melihat contoh pemijatan yang dilakukan pada video. Pijat Tui Na dilakukan dengan memberikan tekanan pada titik-titik tubuh yang berkaitan

dengan sistem pencernaan dan metabolisme tubuh bagian kaki, tangan, dan punggung. Pemijatan pada titik-titik tersebut dapat merangsang organ limfa dan lambung bekerja dengan baik dan maksimal sehingga dapat meningkatkan nafsu makan anak dan menaikkan berat badan anak [12]. Pijat Tui Na ini adalah teknik pijat khusus yang digunakan untuk membantu balita yang sulit makan dengan cara meningkatkan peredaran darah di sekitar organ limpa dan sistem pencernaan tanpa menggunakan jarum seperti dalam akupunktur. Pijatan ini melibatkan penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga teknik ini lebih mudah dilakukan daripada akupunktur, dan cocok untuk balita. [18].

Penelitian yang dilakukan oleh [18] menunjukkan hasil Pijat Tui Na telah terbukti efektif dalam meningkatkan berat badan pada balita. Banyak balita yang mengalami peningkatan berat badan setelah menjalani Pijat Tui Na. Selain itu, pijatan ini juga memiliki efek menenangkan karena membantu mengendurkan otot-otot yang tegang, terutama di area punggung atas, leher, dan bahu. Pada balita yang mempunyai berat badan kurang, Tui Na dapat merangsang peredaran darah di sekitar limpa dan sistem pencernaan, sehingga nafsu makan dan penyerapan nutrisi meningkat. Hasilnya, berat badan balita dapat meningkat [18].

Stimulasi berupa pemijatan pada saraf vagus (saraf parasimpatis) akan merangsang lambung untuk melepaskan hormon gastrin. Hormon gastrin ini memicu pelepasan berbagai zat seperti insulin, asam klorida, pepsinogen, enzim pankreas, lendir, meningkatkan aliran empedu dari hati, dan merangsang gerakan lambung. Selain itu, hormon gastrin juga memfasilitasi relaksasi reseptif lambung (relaksasi sementara), sehingga lambung dapat dengan mudah memperluas kapasitasnya tanpa peningkatan tekanan yang signifikan. Pelepasan insulin memfasilitasi metabolisme glukosa yang lebih efisien. Selain itu, sekresi asam hidroklorida, pepsinogen, enzim pankreas, peningkatan aliran empedu dari hati, semuanya berperan dalam meningkatkan pencernaan makanan. Ketika makanan mencapai *duodenum*, hal ini merangsang pelepasan cholecystokinin, yang pada gilirannya merangsang motilitas usus. Akibatnya, dengan peningkatan motilitas lambung dan usus, pencernaan menjadi lebih mudah, makanan didorong dengan lebih baik, dan penyerapan nutrisi meningkat [15].

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan ada pengaruh *Vicarious Learning Tui Na Massage* terhadap kenaikan berat badan anak usia 12-47 bulan. Dengan demikian, video Pijat Tui Na dapat disosialisasikan kepada orang tua sebagai upaya non-farmakologi untuk menaikkan berat badan anak.

## DAFTAR RUJUKAN

- [1] Affanin, A., Sulistyawati, E., & Mariyam, M. "Penerapan Pijat Tui Na Untuk Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita". *Holistic Nursing Care Approach*, vol. 3, No 1, pp. 22-28, Januari 2023
- [2] Almatsier, S, Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 2015.
- [3] Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. "Status gizi SSGI 2022". <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/bukusaku-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2022/> (Diakses 10 Oktober 2023).
- [4] Ceria, I., & Arintasari, F. "Pengaruh Pemberian Pijat Tui Na dengan Berat Badan Anak Balita". *Prosiding Seminar Nasional UNRIYO*, hal 469–475, November 2019.

- [5] Cuixia Q, Xinfeng Z, Xiaoping C. "Evaluating the efficacy of tui na in treatment of childhood anorexia: A Meta-analysis", *Alternative Therapies in Health and Medicine*, vol. 20(5), pp 45-52. Oktober 2014.
- [6] E. Retnosari, Setiawati, dan N.C.M. Putri, *Buku Ajar Konsep Holistic Massage*. Malang: Literasi Nusantara Abadi, 2022.
- [7] E. Sukmawati, L. Anggraeni, G.A Tirtawati, dkk. *Asuhan Kebidanan Komplementer Berbasis Bukti (Evidance Based)*. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi, 2022.
- [8] Kementerian Kesehatan RI. *Situasi Balita di Indonesia*. Pusat Data dan Informasi. Jakarta: Kementerian Kesehatan; 2019.
- [9] Kursani, E., Purba, C. V. G., & Marlina, H. Efektivitas pijat Tuina terhadap Picky Eater pada balita usia 6-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru. "Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup", vol. 5, No 2, hal 65–71. 2020
- [10] Munjidah, A. "Efektifitas Pijat Tuina Dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Balita Di Rw 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya". *Jurnal ilmiah kesehatan*, vol. 8, No.2, hal 193-199. Agustus 2015.
- [11] N. Faizah, L.T. Arlym, Rukmaini. "Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita di PMB Bidan Lena Rangkapan Jaya Kota Depok Tahun 2023" *Jurnal Sehat Mandiri*, vol.18 (1), pp 23-32, 2023.
- [12] N.P.W. Oktaviani, S.A. Lusiana, T.R. Sinaga, R.R Simanjuntak, S.L. Louis, R. Andriani, dkk, *Siaga Stunting di Indonesia*. Medan: Yayasan Kita Menulis, 2022.
- [13] Prosehat. "Pijat Tui Na untuk Meningkatkan Nafsu Makan Anak" <https://www.prosehat.com/artikel/artikelkesehatan/pijat-tui-na-untuk-meningkatkan-nafsu-makan-anak> (Diakses 27 Oktober 2023).
- [14] P.K. Dewi. *Media Pembelajaran Bahasa*. Malang: DB Press, 2018.
- [15] Rahma, M., Anggrainin, R., & Kurniawan, F. T. "Efektivitas Pijat Tuina Untuk Meningkatkan Berat Badan Balita Usia 1-5 Tahun the Effectiveness of Tuina Massage To Increase Weight for Underivers Aged 1-5 Years". *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, vol. 10, No 2, hal 132–144. Desember 2022.
- [16] Sayuti, S., Almuhammad, A., Sofiyetti, S., & Sari, P. "Efektivitas Edukasi Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa dalam Penerapan Protokol Kesehatan di SMPN 19 Kota Jambi". *Jurnal Kesmas Jambi*, vol. 6, No 2, hal 32–39. September 2022.
- [17] Suroso. "Teori Belajar Observasi Menuju Belajar Mempertajam Rasa". *Buletin Psikologi*, vol. 12 No 1, hal 16-32, 2004.
- [18] Wijayanti T, Sulistiani A, "Efektifitas Pijat Tui Na terhadap kenaikan berat badan balita usia 1- 2 tahun" *Jurnal Kebidanan Indonesia*, vol. 10 no.2 , pp 60-65, 2018.
- [19] Y. Subakti dan D.R. Anggraini. *Keajaiban Pijat Bayi dan Balita*. Jakarta Selatan: Kawah Media, 2018.