

PENGARUH PIJAT *TUI NA* TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN BALITA DI POSYANDU KAMPUNG HOBONG KABUPATEN JAYAPURA PAPUA

Nina Tresnayanti¹, Hasfirawati², Dina Arihta³
STIKes Mitra RIA Husada Jakarta

Email : NinaTresnayanti8@gmail.com , Firamulyadi9@gmail.com, ditabayu26@gmail.com

ABSTRAK

Status gizi balita merupakan indikator untuk melihat masalah gizi yang terjadi pada anak, yang diklasifikasi berdasarkan antropometri, berupa *wasting* (kurus), *stunting* (pendek) dan *underweight* (berat badan kurang). Sampai sekarang masalah gizi sendiri masih menjadi momok yang masih belum terselesaikan pada beberapa negara. Pijat *Tui Na* adalah teknik pijat akupresure menggunakan tangan dan penerapan tekanan pada titik meridian yang salah satu manfaatnya adalah merangsang peningkatan aktivitas saraf yang akan menyebabkan penyerapan lebih baik pada sistem pencernaan sehingga anak akan lebih cepat lapar, hal ini diharapkan akan menunjang peningkatan status gizi balita. **Tujuan** penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan nafsu makan pada balita di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023. Metode penelitian yang digunakan *Quasy- eksperimen* dengan pendekatan *One Group Pretest-posttest design*. **Hasil** penelitian yang diperoleh nilai $p\text{-value} < \alpha$ ($0,000 < 0,05$) artinya terdapat pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan nafsu makan pada balita sebagai pencegahan *stunting* di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua dimana terjadi peningkatan pada nilai *pretest* dan *posttest* yaitu 2,25-7,20 dengan selisih peningkatan 4,95. **Kesimpulan** penelitian bahwa pemberian pijat *Tui Na* membantu memperlancar peredaran darah dan dapat memaksimalkan fungsi organ, salah satu organ yang bisa dimaksimalkan adalah organ pencernaan. Dimana dengan pemijatan motilitas usus akan meningkat dan akan memperbaiki penyerapan zat makanan oleh tubuh dan meningkatkan nafsu makan. **Saran** kepada petugas kesehatan agar hasil ini dapat menjadi acuan dalam peningkatan mutu layanan kebidanan yaitu terapi komplementer salah satunya pijat *Tui Na*.

Kata Kunci: Pijat *Tui Na*, Peningkatan Nafsu Makan, Balita dan Pencegahan *Stunting*

THE EFFECT OF *TUI NA* MASSAGE ON INCREASING TODDLERS' APPETITE AT POSYANDU KAMPUNG HOBONG, JAYAPURA DISTRICT, PAPUA

ABSTRACT

The nutritional status of toddlers is an indicator to observe nutritional problems occurring in children, classified based on anthropometry into *wasting* (thin), *stunting* (short), and *underweight* (low weight). Until now, nutritional problems remain a haunting issue that has yet to be resolved in several countries. *Tui Na* massage is an acupressure technique that uses the hands and applies pressure to meridian points, one of the benefits of which is to stimulate increased nerve activity that will lead to better absorption in the digestive system, thus making children get hungry faster, which is expected to support the improvement of toddlers' nutritional status. The results of the study obtained that the $p\text{-value} < \alpha$ value ($0.000 < 0.05$) means that there is an effect of *Tui Na* massage on increasing appetite in toddlers as a prevention of *stunting* in the working area of Posyandu Kampung Hobong, Jayapura Regency, Papua where there is an increase in pretest and posttest scores namely 2.25-7.20 with a difference of 4.95 increase. In conclusion, giving *Tui Na* massage helps improve blood circulation and can maximize organ function, one of the organs that can be maximized is the digestive organs. Where by massaging intestinal motility will increase and will improve the absorption of nutrients by the body and increase appetite. The results of the study suggest to health workers that these results can be a reference in improving the quality of midwifery services, namely complementary therapy, one of which is *Tui Na* massage.

Keywords: *Tui Na* Massage, Increased Appetite, Toddlers and *Stunting* Prevention

PENDAHULUAN

Nafsu makan balita yang baik akan menunjang peningkatan status gizi balita. Status gizi balita merupakan indikator untuk melihat masalah gizi yang terjadi pada anak, yang mana status gizi tersebut diklasifikasi berdasarkan antropometri yang berupa *wasting* (kurus), *stunting* (pendek) dan *underweight* (berat badan kurang), Sampai sekarang masalah gizi sendiri masih menjadi momok yang masih belum terselesaikan pada beberapa negara salah satunya adalah *stunting* ². *Stunting* merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi¹. *Stunting* terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. Kekurangan gizi pada usia dini meningkatkan angka kematian bayi dan anak, menyebabkan penderitanya mudah sakit dan memiliki postur tubuh tak maksimal saat dewasa. Kemampuan kognitif para penderita juga berkurang, sehingga mengakibatkan kerugian ekonomi jangka panjang bagi Indonesia²

Stunting merupakan permasalahan global dan diperkirakan sejumlah 149 juta balita mengalami *stunting* pada tahun 2018. *Trend stunting* secara global memiliki kecenderungan menurun dalam delapan belas tahun terakhir (2000-2018), yakni sebesar 10,6%. Menurut laporan *The Lancet's* pada tahun 2008, didunia terdapat 178 juta anak berusia kurang dari lima tahun (balita) yang *stunting* dengan luas mayoritas di South-Central Asia dan sub-Sahara Afrika. Prevalensi balita *stunting* pada tahun 2007 diseluruh dunia adalah 28,5% dan di seluruh negara berkembang sebesar 31,2%. Benua Asia memiliki prevalensi balita *stunting* sebesar 30,6%. Prevalensi balita *stunting* di Asia tenggara adalah 29,4 %, lebih tinggi dibandingkan dengan Asia Timur (14,4 %) dan Asia Barat (20,9%). ³

Menurut *World Health Organization (WHO)* tahun 2019, angka kejadian *stunting* di wilayah *South East Asia* termasuk yang tertinggi di dunia yakni sebanyak 31,9% Indonesia menduduki urutan ke enam di wilayah *South East Asia* dengan angka kejadian *stunting* sebanyak 36,4%. ⁴. Dengan menggunakan acuan yang dipakai standar internasional (*WHO*), capaian penurunan intervensi *stunting* di Indonesia belum memenuhi target sebesar 20%. Maka dari itu, masih diperlukan upaya khusus untuk mencapai target prevalensi *stunting* sesuai standar tersebut. Pemerintah juga menargetkan pada RPJMN 2020-2024 untuk menurunkan angka *stunting* menuju 14% di tahun 2024.⁵

Kejadian *stunting* dan *underweight* pada balita di Indonesia mengalami penurunan selama kurun waktu dua tahun yang mana dapat terlihat pada data Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) tahun 2016 ke data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)

tahun 2018, dimana kejadian *stunting* dalam dua kurun tersebut mengalami penurunan sekitar 3,3 (33 % untuk Sirkesnas dan 30,9% untuk Riskesdas) dan kejadian *underweight* juga mengalami penurunan sekitar 3,3% jika dilihat berdasarkan data Sirkesnas tahun 2016 (21%) ke data Riskesdas tahun 2018 (17,7%), namun penurunan tersebut tidak diikuti dengan persentase kejadian *wasting* yang ada di Indonesia yang mana kejadian *wasting* di Indonesia mengalami peningkatan sekitar 0,4% jika dilihat dari data Sirkesnas tahun 2016 (9,8%) ke data Riskesdas tahun 2018 (10,2%).⁶

Pijat *Tui Na* ini yang dilakukan pada balita diharapkan akan memberikan stimulus terhadap organ yang mempengaruhi penyerapan makanan dan nutrisi anak. Pijat *Tui Na* dengan aromaterapi adas (*Smilanners*) merupakan kombinasi *massage* dan akupresur menggunakan minyak aromaterapi yang mengandung adas. Penekanan titik-titik tertentu yang bermanfaat terhadap organ pencernaan bermanfaat besar terhadap penguatan fungsi organ. Ditambah dengan olesan minyak *nutrimoist* adas (*Smilanners*) pada titik tersebut terutama bagian punggung, dada dan perut serta kaki akan menambah penguatan terhadap fungsi organ.⁷

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Dhita Yuniar dan Rizki Dyah dengan judul Pencegahan *Stunting* dengan *Tui Na Massage* tahun 2020 didapatkan hasil bahwa setelah dilakukan *Tui Na Massage* anak lebih antusias terhadap makanan yang disediakan dan segera meminum susu. Artinya *Tui Na Massage* sangat mempengaruhi nafsu makan anak, sehingga harapannya mampu meningkatkan berat badan untuk mencegah kejadian *Stunting*.⁸

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yusari Asih dan Mugiati tahun 2018 dengan judul Pijat *Tui Na* Efektif Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak Balita didapatkan hasil bahwa hasil uji statistic didapatkan nilai $p=0,000$, berarti dengan alpha 5% terlihat ada perbedaan yang signifikan rata-rata kesulitan makan pada anak balita antara anak balita yang dilakukan pijat *Tui Na* dengan anak balita yang diberikan multivitamin. Artinya pijat *Tui Na* yang dilakukan sesuai prosedur, dengan 8 rangkaian pijat dapat mengatasi kesulitan makan pada balita.⁹

Provinsi Papua merupakan salah satu provinsi yang berada diujung Indonesia yang menyumbangkan persentase kejadian *stunting* tertinggi pada tahun 2019, dimana Provinsi Papua menduduki posisi ke-14 dengan persentase sebesar 29,36%, dari hasil tersebut jika dibandingkan dengan persentase nasional (27,67%) (Kemenkes RI & BPS, 2019). Persentase kejadian *stunting* di Provinsi Papua masih berada diatas persentase nasional. Kabupaten Jayapura merupakan salah satu Kabupaten yang ada di Provinsi Papua yang mana

turut andil dalam menyumbangkan tingginya persentase kejadian *stunting* pada balita. Kabupaten jayapura menduduki posisi ke-14 untuk Kabupaten yang memiliki persentase kejadian *stunting* tertinggi di Provinsi Papua dengan persentase kejadian sebesar 27,36%.⁵ Berdasarkan dari data program perbaikan gizi buruk Puskesmas Sentani Kabupaten jayapura Papua, dari tahun Januari-September 2022 masih ada masalah tidak tercapainya target perwilayah. Kampung Hobong target 25.00%, capaian 2,22%, kesenjangan 22,78%. Kelurahan Dobonsolo target 25.00%, capaian 0,14%, kesenjangan 24,86%. Kelurahan Sentani Kota target 25.00%, capaian 0,06%, kesenjangan 24,4%. Dan Kelurahan Hinekombe target 25.00%, capaian 0,06%, kesenjangan 24,4%.¹⁰

Menurut para orang tua balita yang ada diwilayah kerja Posyandu Kampung Hobong, mereka belum pernah tau tentang apa itu pijat *Tui Na*, sehingga masih ada 25% balita yang mengarah ke *stunting*. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk membantu dalam program pencegahan *stunting* pada balita dengan melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Sebagai Pencegahan *Stunting* Di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian dengan rancangan *pre-eksperimen* menggunakan pendekatan *One Group Pretest-posttest design* yaitu penelitian yang tidak memiliki kelompok pembanding (*control*). Analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *Paired Sample T-test*.¹¹ Penelitian ini dilakukan di Wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong pada bulan Oktober 2022 hingga Maret 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita yang ada di wilayah posyandu Kampung Hobong bulan Februari 2023 sebanyak 20 balita, Seluruh balita dijadikan sampel (*Total Sampling*). Teknik pengumpulan data melalui observasi dan wawancara (*Data Primer*). Instrumen yang digunakan Kuesioner dan Lembar observasi serta SOP Pijat *TUI NA*.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Tabel 4.1
Gambaran Frekuensi Karakteristik Ibu Balita di Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura

No	Karakteristik Orangtua Responden	Distribusi Frekwensi	
		n	%
1	Umur ibu		
	< 20 Tahun	2	10
	20-35 Tahun	17	85
	>35 tahun	1	5

	Total	20	100
2	Pendidikan Ibu		
	Tinggi (SMA dan PT)	10	50
	Rendah (SD dan SMP)	10	50
	Total	20	100
3	Pekerjaan Ibu		
	IRT	10	50
	PNS	4	20
	Wiraswasta	2	10
	Tidak Bekerja	4	20
	Total	20	100

Berdasarkan tabel 4.1 gambaran frekuensi karakteristik ibu yang mempunyai balita berdasarkan umur, sebagian besar ibu berumur pada kisaran 20-35 tahun sebanyak 17 ibu (85%), berdasarkan pendidikan ibu, sebagian besar ibu berpendidikan tinggi (SMA dan Perguruan Tinggi) sebanyak 10 ibu (50%) dan berdasarkan pekerjaan ibu sebagian besar ibu adalah ibu rumah tangga sebanyak 10 ibu (50%).

Tabel 4.2
Gambaran Frekuensi Karakteristik Balita di Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura

No	Karakteristik Balita/ Responden	Distribusi Frekwensi	
		n	%
1	Umur Balita		
	1 Tahun	8	40
	2 Tahun	9	45
	3 Tahun	3	15
	Total	20	100
2	Anak ke-		
	Satu	4	20
	Dua	11	55
	Tiga	4	20
	Empat	1	5
	Total	20	100
3	Jenis Kelamin		
	Perempuan	13	65
	Laki-Laki	7	35
	Total	20	100
4	Pijat Tui Na		
	Pijat	20	100
	Tidak Pijat	0	0
	Total	20	100

Berdasarkan tabel 4.2 frekuensi karakteristik balita berdasarkan umur, sebagian besar balita berumur pada kisaran 2 tahun sebanyak 9 balita (45%), berdasarkan status anak ke berapa, sebagian besar balita berstatus anak ke dua sebanyak 11 balita (55%) dan berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar balita berjenis kelamin perempuan sebanyak 13 balita (65%). Berdasarkan pemberian pijat *Tui Na*, seluruh balita diberikan pijat sebanyak 20 balita (100%).

Tabel 4.3
Gambaran Nafsu Makan Sebelum dan Sesudah dilakukan Pijat *Tui Na* pada Balita

No	Nafsu Makan Balita	Distribusi Frekwensi	
		n	%
1	Sebelum Pijat <i>Tui Na</i> (<i>Pretest</i>)		
	Baik	2	10
	Kurang Baik	18	90
	Total	20	100
2	Sesudah Pijat <i>Tui Na</i> (<i>Posttest</i>)		
	Baik	18	90
	Kurang Baik	2	10
	Total	20	100

Berdasarkan tabel 4.3 gambaran nafsu makan balita sebelum dilakukan pijat *Tui Na*, Sebagian besar balita memiliki nafsu makan yang kurang baik sebanyak 18 balita (90%) dan sesudah dilakukan pijat *Tui Na*, Sebagian besar balita memiliki nafsu makan yang baik sebanyak 18 balita (90%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 4.4
Hasil Uji Normalitas Data

Penilaian	Statistic	Sig.	Keterangan
<i>Pretest</i>	0,810	0,061	berdistribusi normal
<i>Posttest</i>	0,764	0,100	berdistribusi normal

*Uji Shapiro-Wilk

Berdasarkan tabel 4.4 menggambarkan uji normalitas pada data *pretest* dan *posttest* pemberian pijat *Tui Na* menunjukkan nilai sign > 0,05 berarti bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 4.5.
Pengaruh Pijat *Tui Na* pada peningkatan nafsu makan balita di Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua Tahun 2023.

Hasil Intervensi	n	%	Pre Test Mean± SD	Post Test Mean± SD	Rerata Selisih Mean±SD	P Value
Pijat TUI NA	20	100	2,25 ±2,337	7,20 ± 2,802	4,95 ± 0,465	0.000

Berdasarkan tabel 4.5 penilaian nafsu makan balita sebelum dan sesudah pijat *Tui Na* diperoleh nilai signifikansi $< 0,05$ (0,000), artinya terdapat pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan nafsu makan balita sebagai pencegahan *stunting* di Wilayah Kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua. Terjadi peningkatan pada nilai *pretest* dan *posttest* yaitu 2,25-7,20 dengan selisih peningkatan 4,95.

PEMBAHASAN

Dalam hasil penelitian pengaruh pijat TUI NA terhadap peningkatan nafsu makan balita didapatkan data bahwa nilai *p-value* $< \alpha$ ($0,000 < 0,05$) artinya terdapat pengaruh pijat *Tui Na* terhadap peningkatan nafsu makan pada balita sebagai pencegahan *stunting* di wilayah kerja Posyandu Kampung Hobong Kabupaten Jayapura Papua dimana terjadi peningkatan pada nilai *pretest* dan *posttest* yaitu 2,25-7,20 dengan selisih peningkatan 4,95. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wulaningsih, dkk (2022) bahwa peningkatan nafsu makan pada balita disebabkan karena dilakukannya pijat *Tui Na*. Hal ini sejalan dengan teori bahwa Pijat *Tui Na* membantu memperlancar peredaran darah dan dapat memaksimalkan fungsi organ, salah satu organ yang bisa dimaksimalkan adalah organ pencernaan. Dimana dengan pemijatan motilitas usus akan meningkat dan akan memperbaiki penyerapan zat makanan oleh tubuh dan meningkatkan nafsu makan.¹²

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya diperoleh hasil sebelum dilakukan perlakuan Pijat *Tui Na* rata-rata tingkat nafsu makan balita sebesar 44,87 % sedangkan rata-rata tingkat nafsu makan balita sesudah dilakukan Pijat *Tui Na* sebesar 66,66 % dengan nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 (0,000). Sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh Pijat *Tui Na* terhadap peningkatan nafsu makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Mataoleo.¹³

Berdasarkan teori disebutkan bahwa Pijat *Tui Na* dapat meningkatkan pertumbuhan, peningkatan daya tahan tubuh, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak, mengurangi *stress* dan keadaan tersinggung, kebugaran otot, mempercepat perkembangan otak dan sistem saraf. Pemijatan hanya boleh dilakukan 1 kali dalam sehari selama 6 hari berturut-turut. Pada umumnya 1 seri pijatan diatas sudah cukup untuk dilakukan, bila anda merasa perlu untuk menambah pijatan baru, sebaiknya berikan jeda 1-2 hari sebelum melakukan seri pijatan baru¹⁴. Peningkatan nafsu makan pada balita disebabkan karena dilakukannya Pijat *Tui Na*. Hal ini disebabkan oleh karena pemberian Pijat *Tui Na* membantu memperlancar peredaran darah dan dapat memaksimalkan fungsi organ, salah satu organ yang bisa dimaksimalkan adalah organ pencernaan. Dimana dengan pemijatan

motilitas usus akan meningkat dan akan memperbaiki penyerapan zat makanan oleh tubuh dan meningkatkan nafsu makan.¹⁵

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan nafsu makan balita, Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa ada perbedaan yang signifikan kenaikan berat badan sebelum dengan berat badan sesudah dilakukan pijat *Tui Na* dengan nilai *p-value* 0,000. Berat badan pada kelompok intervensi menunjukkan sebagian besar mengalami kenaikan berat badan. Hasil wawancara dengan orang tua menunjukkan setelah dilakukan pemijatan nafsu makan balita meningkat dengan sangat baik.⁸ Pada usia balita biasanya anak menjadi sulit makan karena semakin bertambahnya aktivitas mereka seperti bermain dan berlari, sehingga mereka kadang menjadi malas untuk makan. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pijat balita merupakan perilaku sehat yang sangat besar kontribusinya dalam meningkatkan pertumbuhan fisik dan mental. Sebagai terapi sentuh, pijat balita dilakukan secara rutin akan memberikan rasa rileks, peredaran darah dapat menjadi lebih lancar dan pada akhirnya dapat memaksimalkan fungsi organ seperti organ pencernaan, dimana dengan pemijatan maka motilitas usus akan meningkat dan akan memperbaiki penyerapan zat makanan oleh tubuh dan meningkatkan nafsu makan.⁹ Nafsu makan yang baik perlu dibentuk sejak dini agar tidak timbul gangguan makan dikemudian hari. Balita yang pola makannya terganggu berdampak terhadap kesehatan balita sehingga mudah terserang penyakit. Salah satu cara untuk mencegah hal tersebut adalah dengan cara melakukan pijat pada balita. Pijat pada balita merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada balita. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar balita. Jika pijat dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak¹⁵.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan tentang gambaran nafsu makan balita di wilayah kerja Posyandu Hobong Jayapura Papua yaitu mayoritas balita dengan nafsu makan kurang baik. Setelah dilakukan pijat TUI NA secara rutin nafsu makan balita mayoritas memiliki nafsu makan yang baik

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa Pijat *Tui Na* berpengaruh terhadap peningkatan nafsu makan pada balita. Pemberian Pijat *Tui Na* membantu memperlancar peredaran darah dan dapat memaksimalkan fungsi organ, salah satu organ yang bisa

dimaksimalkan adalah organ pencernaan. Dimana dengan pemijatan motilitas usus akan meningkat dan akan memperbaiki penyerapan zat makanan oleh tubuh dan meningkatkan nafsu makan. Hal ini sangat dibutuhkan sebagai salah satu upaya yang bisa dilakukan dalam pencegahan dan penanganan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

1. Stunting. in *Fossil Behavior Compendium* 243–243 (CRC Press, 2010). doi:10.1201/9781439810590-c34.
2. Ndonga, D. I. I. ANALISIS E FISIOLIS T EKNIS P ENANGANAN I NTERVENSI S TUNTING. **1**, (2022).
3. Olsa, E. D., Sulastri, D. & Anas, E. Hubungan Sikap dan Pengetahuan Ibu Terhadap Kejadian Stunting pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar di Kecamatan Nanggalo. *J. Kesehat. Andalas* **6**, 523 (2018).
4. Rahmadhita, K. Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada* **11**, 225–229 (2020).
5. Penguatan dan Edukasi Keluarga Sebagai Upaya Menekan Angka Stunting dalam Program Kependudukan, Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga (KKBPK) di Sumatera Utara. *J. PRODIKMAS Has. Pengabd. Kpd. Masy.* (2021) doi:10.30596/jp.v6i1.7194.
6. Wulaningsih, I., Sari, N. & Wijayanti, H. Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Tingkat Nafsu Makan Balita Gizi Kurang. *J. EDUNursing* **6**, 33–38 (2022).
7. Asniar, Naningsi, H. & Malahayati, A. Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Peningkatan Nafsu Makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Mataleo Kabupaten Bombana Tahun 2019. *Pap. Knowl. Towar. a Media Hist. Doc.* **7**, 1– 33 (2019).
8. Ceria, I. & Arintasari, F. Pengaruh Pemberian Pijat Tui Na Dengan Berat Badan Anak Balita the Influence of Tui Na Massage With Weight of. *Univ. Respati Yogyakarta* 469–475 (2019).
9. Simanungkalit, H. M. Pengaruh Pijat Terhadap Tingkat Kesulitan Makan Balita Usia 1 Tahun. *Media Inf.* **15**, 96–100 (2020).
10. Sulistianingsih A, Sari R. ASI Eksklusif dan Berat Lahir berpengaruh terhadap Stunting pada Balita 2-5 Tahun di Kabupaten Pesawara. *J Gizi Klin Indones* [Internet]. 2018 Oct 29;15(2):45. Available from: <https://doi.org/10.22146/ijcn.39086>

11. Siswati T, Hookstra T, Kusnanto H. Stunting among children Indonesian urban areas: What is the risk factors? J Gizi dan Diet Indones (Indonesian J Nutr Diet [Internet]. 2020 Aug 27;8(1):1. Available from: [https://doi.org/10.21927/ijnd.2020.8\(1\).1-8](https://doi.org/10.21927/ijnd.2020.8(1).1-8)
12. Wicaksono RA, Arto KS, Mutiara E, Deliana M, Lubis M, Batubara JRL. Risk factors of stunting in Indonesian children aged 1 to 60 months. Paediatr Indones [Internet]. 2021 Jan 24;61(1):12-9. Available from: <https://doi.org/10.14238/pi61.1.2021.12-9>
13. Mayang Sari Ayu, Meri Susanti, Tezar Samekto Durungan. A Stunting Risk Model Based on Children's Parenting Style. Int J Public Heal Excell [Internet]. 2023 May 9;2(2):578-83. Available from: <https://doi.org/10.55299/ijphe.v2i2.347>
14. Mulyani, A. T., Khairinisa, M. A., Khatib, A., & Chaerunisaa, A. Y. (2025). *Understanding Stunting: Impact, Causes, and Strategy to Accelerate Stunting Reduction—A Narrative Review*. *Nutrients*, 17(9), 1493. <https://doi.org/10.3390/nu17091493>
15. Bzovsky S, Phillips MR, Guymer RH, Wykoff CC, Thabane L, Bhandari M, et al. The clinician's guide to interpreting a regression analysis. Eye [Internet]. 2022 Sep;36(9):1715-7. Available from: <https://doi.org/10.1038/s41433-022-01949-z>