

## **EFEKTIVITAS PIJAT TUI NA TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN PADA BALITA DI POSYANDU MELATI**

### ***Effectiveness of Tui Na Massage on Improving Appetite in Toddlers at Melati Integrated Health Post***

**Hanik Khairun Nisa<sup>1\*</sup>, Susmita<sup>2</sup>, Suci Sulistyorini<sup>3</sup>**

1,2,3 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada

\*Korespondensi Penulis : khairunnisa19021997@gmail.com

#### **Abstrak**

Penurunan nafsu makan pada balita dapat menyebabkan asupan makanan yang tidak adekuat dan berkontribusi terhadap masalah gizi serta pertumbuhan dan perkembangan anak. Pijat Tui Na merupakan salah satu terapi komplementer nonfarmakologis yang dapat digunakan sebagai pendekatan pendukung untuk meningkatkan nafsu makan anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perubahan nafsu makan balita setelah pemberian pijat Tui Na di Posyandu Melati tahun 2026. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 30 balita yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Intervensi berupa pijat Tui Na diberikan selama 15–20 menit per sesi, dua kali seminggu selama empat minggu. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi dan wawancara, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Sebelum intervensi, sebanyak 80,0% balita memiliki nafsu makan dalam kategori kurang dan 73,3% memiliki frekuensi makan <3 kali/hari. Setelah intervensi selama empat minggu, sebanyak 86,7% balita memiliki nafsu makan dalam kategori baik dan 90,0% memiliki frekuensi makan  $\geq 3$  kali/hari. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah pemberian pijat Tui Na ( $p=0,001$ ). Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan nafsu makan balita setelah pemberian pijat Tui Na. Pijat Tui Na dapat dipertimbangkan sebagai salah satu pendekatan komplementer dalam mendukung peningkatan nafsu makan balita.

Kata kunci : Balita, Nafsu Makan, Pijat Tui Na, Terapi Komplementer

#### **Abstract**

*Decreased appetite in toddlers may result in inadequate food intake and contribute to nutritional problems as well as impaired growth and development. Tui Na massage is a complementary non-pharmacological approach that may be used to support appetite improvement in children. This study aimed to analyze changes in appetite among toddlers following Tui Na massage at Posyandu Melati in 2026. This quantitative study employed a pre-experimental design with a one-group pretest–posttest approach. The sample consisted of 30 toddlers selected using purposive sampling. The intervention consisted of Tui Na massage administered for 15–20 minutes per session, twice a week for four weeks. Data were collected using observation sheets and interviews and analyzed using the Wilcoxon signed-rank test. Before the intervention, 80.0% of toddlers had poor appetite and 73.3% had a meal frequency of fewer than three times per day. After four weeks of intervention, 86.7% of toddlers had a good appetite and 90.0% had a meal frequency of three or more times per day. The Wilcoxon test showed a significant difference in appetite between the pretest and posttest measurements ( $p=0.001$ ). These findings indicate a change in appetite among toddlers following Tui Na massage. Tui Na massage may be considered as a complementary approach to support appetite improvement in toddlers.*

**Keywords :** Toddler, Appetite, Tui Na Massage, Complementary Therapy

## Pendahuluan

Masa balita merupakan periode penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak karena terjadi proses pertumbuhan fisik serta perkembangan motorik, kognitif, dan psikososial yang berlangsung pesat. Pemenuhan kebutuhan nutrisi yang adekuat dan seimbang pada periode ini diperlukan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (World Health Organization, 2023). Salah satu masalah yang dapat memengaruhi pemenuhan kebutuhan nutrisi pada balita adalah penurunan nafsu makan dan masalah perilaku makan. Kondisi tersebut dapat menyebabkan asupan makanan yang tidak adekuat dan, apabila berlangsung dalam jangka panjang, dapat berkontribusi terhadap masalah gizi serta gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak (Sari & Lestari, 2022).

Masalah makan pada anak dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kondisi kesehatan, karakteristik anak, lingkungan makan, pola asuh, dan pengalaman anak selama proses makan (Black et al., 2017). Manifestasinya dapat berupa penolakan terhadap makanan, asupan yang tidak adekuat, perilaku makan selektif, atau waktu makan yang berkepanjangan. Kondisi tersebut perlu mendapat perhatian karena masalah makan yang berlangsung secara persisten dapat berdampak pada kecukupan asupan energi dan zat gizi anak. Oleh karena itu, penanganan masalah nafsu makan pada balita memerlukan pendekatan yang tepat dengan mempertimbangkan kondisi anak dan faktor yang mendasarinya.

Berbagai pendekatan telah digunakan untuk mengatasi masalah nafsu makan pada anak, baik melalui pendekatan nutrisi maupun intervensi nonfarmakologis. Salah satu pendekatan komplementer yang mulai banyak diteliti adalah pijat Tui Na. Pijat Tui Na merupakan salah satu teknik dalam *Traditional Chinese Medicine* (TCM) yang menggunakan manipulasi dan stimulasi pada bagian tubuh atau titik tertentu (Wang et al., 2021). Dalam perspektif TCM, teknik tersebut dikaitkan dengan upaya mendukung keseimbangan fungsi tubuh dan sistem pencernaan. Beberapa literatur menjelaskan bahwa stimulasi pada titik-titik tertentu, seperti *Zusanli* (ST36), *Sifeng* (EX-UE10), serta area tertentu pada tangan dan punggung, digunakan dalam praktik Tui Na untuk

mendukung fungsi pencernaan dan nafsu makan anak (Zhang & Liu, 2023). Dalam konteks pelayanan kesehatan anak, Tui Na dapat dipertimbangkan sebagai salah satu pendekatan komplementer untuk mendukung pemenuhan kebutuhan nutrisi dan peningkatan nafsu makan.

Secara fisiologis, stimulasi taktil melalui pijat secara teoritis dapat memengaruhi respons sistem saraf otonom dan fungsi gastrointestinal. Aktivasi sistem parasimpatis diketahui berhubungan dengan regulasi fungsi gastrointestinal, termasuk motilitas dan proses pencernaan (Li et al., 2022). Beberapa penelitian mengenai pijat Tui Na juga telah melaporkan adanya perubahan pada indikator makan atau status nutrisi anak setelah pemberian intervensi. Chen et al. (2023), misalnya, melaporkan adanya perubahan pada indikator status nutrisi dan pola makan pada anak setelah pemberian Tui Na. Meskipun demikian, mekanisme fisiologis yang mendasari perubahan nafsu makan setelah pemberian Tui Na belum dapat disimpulkan secara langsung dari penelitian yang hanya mengukur indikator klinis atau perilaku makan. Oleh karena itu, mekanisme seperti perubahan aktivitas parasimpatis, motilitas gastrointestinal, maupun regulasi hormon yang berkaitan dengan nafsu makan sebaiknya dipandang sebagai penjelasan teoritis berdasarkan literatur, bukan sebagai temuan langsung dari penelitian ini.

Masalah pemenuhan nutrisi pada balita masih menjadi perhatian dalam konteks kesehatan masyarakat. Data mengenai status gizi anak menunjukkan bahwa masalah seperti *underweight*, *stunting*, dan *wasting* masih ditemukan di berbagai negara, termasuk Indonesia (United Nations Children's Fund, 2024). Di Indonesia, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 juga menunjukkan bahwa masalah gizi pada balita masih memerlukan perhatian. Kondisi gizi anak dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, termasuk kecukupan asupan makanan, penyakit infeksi, pola asuh, serta faktor sosial dan lingkungan. Masalah nafsu makan dan perilaku makan dapat menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam upaya mendukung kecukupan asupan nutrisi anak (Sari & Lestari, 2022).

Penerapan terapi komplementer pada tingkat pelayanan kesehatan berbasis masyarakat, termasuk Posyandu, memiliki

potensi untuk mendukung upaya pemantauan pertumbuhan dan kesehatan balita. Posyandu merupakan salah satu tempat pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang memiliki peran penting dalam pemantauan pertumbuhan dan pemberian edukasi kesehatan kepada keluarga. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Posyandu Melati, dari 45 balita yang terdaftar aktif, sebanyak 18 balita (40,0%) dilaporkan oleh ibunya mengalami masalah makan dan menunjukkan grafik pertumbuhan yang cenderung mendatar pada Kartu Menuju Sehat (KMS) dalam tiga bulan terakhir. Temuan awal tersebut menunjukkan adanya masalah terkait nafsu makan yang perlu mendapat perhatian melalui pendekatan yang dapat diterapkan di tingkat masyarakat.

Selain masalah nafsu makan, hasil wawancara awal dengan ibu balita menunjukkan bahwa sebagian keluarga masih menggunakan cara-cara tertentu untuk mengatasi masalah makan anak, seperti pemberian jamu atau memaksa anak untuk makan. Pendekatan tersebut perlu disertai dengan edukasi yang tepat agar orang tua dapat memilih cara yang aman dan sesuai dengan kondisi anak. Penggunaan intervensi nonfarmakologis sebagai pendekatan pendukung dapat menjadi salah satu alternatif dalam pemberian edukasi kepada keluarga, terutama apabila intervensi tersebut sederhana dan dapat dilakukan dengan supervisi serta edukasi yang memadai.

Penelitian mengenai pijat Tui Na pada anak telah dilakukan sebelumnya. Rahayu dan Wijayanti (2021) melaporkan adanya hubungan antara pemberian pijat bayi dengan peningkatan berat badan anak. Namun, penelitian tersebut belum secara khusus memfokuskan intervensi pada teknik Tui Na dan perubahan nafsu makan sebagai luaran utama. Selain itu, penerapan pijat Tui Na pada setting pelayanan kesehatan berbasis masyarakat, khususnya Posyandu, dengan karakteristik populasi dan pola pemberian intervensi yang berbeda masih perlu diteliti lebih lanjut. Perbedaan karakteristik populasi, bentuk intervensi, durasi pemberian, serta indikator yang digunakan untuk menilai perubahan nafsu makan dapat menghasilkan temuan yang berbeda. Kondisi tersebut menjadi dasar perlunya penelitian mengenai perubahan nafsu makan balita setelah pemberian pijat Tui Na di Posyandu Melati.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat perubahan nafsu makan pada balita setelah pemberian pijat Tui Na di Posyandu Melati. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perubahan nafsu makan balita sebelum dan sesudah pemberian pijat Tui Na di Posyandu Melati. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi mengenai potensi pijat Tui Na sebagai salah satu pendekatan komplementer dalam mendukung peningkatan nafsu makan balita serta menjadi bahan pertimbangan dalam pemberian edukasi kesehatan kepada orang tua di lingkungan Posyandu.

### Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain pre-experimental melalui pendekatan *one group pretest-posttest*. Penelitian dilaksanakan di Posyandu Melati pada bulan April–Mei 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita yang terdaftar di Posyandu Melati, dengan sampel sebanyak 30 balita yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria mengalami penurunan nafsu makan. Kriteria inklusi meliputi balita usia 12–59 bulan yang mengalami penurunan nafsu makan berdasarkan laporan orang tua dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian, sedangkan balita yang sedang mengalami penyakit akut atau memiliki kontraindikasi terhadap pemijatan tidak diikutsertakan dalam penelitian.

Variabel utama penelitian adalah nafsu makan balita. Secara operasional, nafsu makan didefinisikan sebagai keinginan anak untuk mengonsumsi makanan yang dinilai berdasarkan frekuensi makan harian, kemampuan menghabiskan porsi makan yang diberikan, dan ketertarikan anak terhadap makanan berdasarkan laporan orang tua. Nafsu makan dikategorikan baik apabila balita mampu menghabiskan  $\geq 75\%$  porsi makan yang disediakan, menunjukkan ketertarikan terhadap makanan, dan memiliki frekuensi makan  $\geq 3$  kali per hari. Sebaliknya, nafsu makan dikategorikan kurang apabila balita menghabiskan  $< 75\%$  porsi makan yang diberikan, sering menolak makanan, atau memiliki frekuensi makan  $< 3$  kali per hari.

Intervensi yang diberikan berupa terapi komplementer pijat Tui Na yang dilakukan

selama 15–20 menit per sesi, sebanyak 2 kali seminggu selama 4 minggu. Prosedur pijat dilakukan pada titik-titik yang berhubungan dengan fungsi pencernaan, yaitu titik Zusanli (ST36), Sifeng (EX-UE10), dan Banmen. Teknik pijat meliputi gerakan mengusap (stroking), menekan (pressing), dan memutar (rotating) dengan tekanan ringan yang disesuaikan dengan kondisi balita. Intervensi dilakukan oleh peneliti yang telah memahami teknik pijat Tui Na dan dilaksanakan dalam suasana nyaman dengan pendampingan orang tua.

Pengumpulan data dilakukan pada dua waktu, yaitu sebelum intervensi (*pretest*) dan setelah intervensi selesai (*posttest*). Instrumen pengumpulan data yang digunakan meliputi lembar observasi dan pedoman wawancara terstruktur untuk menilai frekuensi makan, kemampuan menghabiskan porsi makan, tingkat ketertarikan anak terhadap makanan, serta kondisi aktivitas balita. Setelah data terkumpul, analisis data dilakukan menggunakan uji statistik non-parametrik yaitu *Uji Wilcoxon* untuk melihat efektivitas intervensi dengan tingkat signifikansi yang ditetapkan sebesar  $p < 0,05$ . Seluruh prosedur penelitian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etik penelitian, yaitu menghormati hak responden, menjaga kerahasiaan data, dan memastikan partisipasi dilakukan secara sukarela.

## Hasil

Pengumpulan data dilakukan pada 30 balita di Posyandu Melati pada tahun 2026 untuk mengetahui efektivitas pijat Tui Na terhadap peningkatan nafsu makan. Penilaian dilakukan sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) intervensi selama 4 minggu yang meliputi evaluasi terhadap nafsu makan, frekuensi makan, serta kondisi aktivitas balita.

Karakteristik perubahan indikator nafsu makan dan pola makan balita sebelum dan sesudah diberikan intervensi pijat Tui Na dapat dilihat pada Tabel 1

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Indikator Nafsu Makan Balita Sebelum dan Sesudah Pijat Tui Na (n = 30)

| Indikator Penilaian | Kategori | Sebelum (Pretest) n (%) | Sesudah (Posttest) n (%) |
|---------------------|----------|-------------------------|--------------------------|
| Nafsu Makan         | Kurang   | 24 (80,0%)              | 4 (13,3%)                |

| Indikator Penilaian | Kategori      | Sebelum (Pretest) n (%) | Sesudah (Posttest) n (%) |
|---------------------|---------------|-------------------------|--------------------------|
|                     | Baik          | 6 (20,0%)               | 26 (86,7%)               |
| Frekuensi Makan     | < 3 kali/hari | 22 (73,3%)              | 3 (10,0%)                |
|                     | ≥ 3 kali/hari | 8 (26,7%)               | 27 (90,0%)               |
| Kondisi Aktivitas   | Kurang Aktif  | 19 (63,3%)              | 2 (6,7%)                 |
|                     | Aktif         | 11 (36,7%)              | 28 (93,3%)               |

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, mayoritas balita mengalami masalah nafsu makan, di mana 80,0% berada dalam kategori kurang, 73,3% memiliki frekuensi makan kurang dari 3 kali sehari, dan 63,3% tampak kurang aktif. Namun, setelah diberikan intervensi pijat Tui Na selama 4 minggu, terjadi perubahan yang signifikan. Sebanyak 86,7% balita memiliki nafsu makan yang baik, 90,0% frekuensi makannya meningkat menjadi >3 kali sehari, dan 93,3% balita terlihat jauh lebih aktif dari sebelumnya. Orang tua balita melalui wawancara juga melaporkan adanya perubahan positif terhadap pola makan anak, di mana anak menjadi lebih mudah menghabiskan porsi makannya. Untuk melihat apakah perubahan tersebut signifikan secara statistik, dilakukan analisis bivariat menggunakan *Uji Wilcoxon*. Hasil analisis uji beda tersebut disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Analisis Efektivitas Pijat Tui Na Terhadap Nafsu Makan Balita Menggunakan *Uji Wilcoxon* (n = 30)

| Variabel                        | Mean Rank | Sum of Ranks | Z-score | p-value |
|---------------------------------|-----------|--------------|---------|---------|
| Nafsu Makan (Sesudah - Sebelum) | 13,50     | 351,00       | 4,582   | 0,001   |

Berdasarkan Tabel 2, hasil analisis menggunakan *Uji Wilcoxon* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,001. Karena nilai *p-value* < 0,05, maka hipotesis penelitian diterima. Hasil statistik ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada nafsu makan balita antara sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian pijat Tui Na efektif dalam meningkatkan nafsu makan pada balita di Posyandu Melati Tahun 2026.

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pijat Tui Na terhadap peningkatan nafsu makan pada balita di Posyandu Melati Tahun 2026. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh temuan bahwa sebelum diberikan intervensi, mayoritas balita (80,0%) mengalami masalah nafsu makan yang kurang, yang ditandai dengan frekuensi makan yang rendah ( $< 3$  kali/hari) serta kondisi fisik yang cenderung kurang aktif. Masalah penurunan nafsu makan (*functional anorexia*) pada balita merupakan fase krusial yang jika dibiarkan dapat berdampak buruk pada status gizi dan tumbuh kembang anak. Namun, setelah diberikan intervensi terapi komplementer pijat Tui Na selama 4 minggu dengan frekuensi 2 kali seminggu, terjadi perubahan klinis yang sangat signifikan. Mayoritas balita (86,7%) mengalami peningkatan nafsu makan menjadi kategori baik, frekuensi makan harian meningkat, dan anak-anak menjadi jauh lebih aktif. Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* yang menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) secara empiris menjawab pertanyaan penelitian bahwa pijat Tui Na terbukti efektif dalam meningkatkan nafsu makan balita secara signifikan. Secara teori fisiologis dan kedokteran timur, pijat Tui Na bekerja dengan cara memberikan stimulasi mekanis pada titik-titik akupresur tubuh tertentu yang berhubungan dengan sistem pencernaan, seperti titik *Sanyinjiao* (SP6), *Zusanli* (ST36), serta pemijatan di area ibu jari (*Lapis limpa/Pi Wei*). Stimulasi pada titik-titik ini berfungsi untuk memperkuat fungsi limpa dan lambung, melancarkan aliran energi (*Qi*), serta menyelaraskan sistem pencernaan yang tersumbat atau lemah pada anak-anak. Dari sudut pandang medis barat, pijat Tui Na merangsang sistem saraf otonom parasimpatis, yang memicu peningkatan sekresi enzim pencernaan, mempercepat peristaltik lambung, dan mengoptimalkan penyerapan nutrisi di usus halus. Selain itu, sentuhan fisik yang lembut dan teratur selama 15–20 menit dari terapi ini dapat menurunkan kadar hormon stres (kortisol) pada anak dan merangsang pengeluaran hormon endorfin serta neurotransmitter serotonin. Efek relaksasi inilah yang membuat balita merasa lebih nyaman, meningkatkan kualitas tidur, memicu keaktifan fisik, dan secara simultan

merangsang pusat rasa lapar di hipotalamus sehingga nafsu makan anak meningkat.

Hasil penelitian ini selaras dan mendukung temuan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh beberapa peneliti di bidang terapi komplementer anak. Studi yang dilakukan oleh Sulistiyani (2022) serta Rahmawati dan Wijayanti (2023) juga menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari pemberian pijat Tui Na terhadap peningkatan frekuensi makan dan berat badan pada balita yang mengalami *picky eating* (pilih-pilih makanan). Kemiripan hasil ini menegaskan bahwa pijat Tui Na merupakan modalitas terapi yang konsisten dan reliabel untuk mengatasi masalah gangguan makan pada masa *golden age*. Keunggulan dari penelitian di Posyandu Melati ini juga dibuktikan dari hasil wawancara menunjukkan bahwa intervensi ini memberikan dampak psikologis positif berupa peningkatan kedekatan (*bonding*) antara orang tua dan anak. Mekanisme ini terjadi karena selama proses pijat terjadi kontak fisik, komunikasi, dan interaksi emosional yang lebih intens antara orang tua dan anak. Sentuhan yang diberikan secara teratur dapat meningkatkan rasa nyaman dan aman pada anak, sekaligus menurunkan kecemasan orang tua dalam menghadapi masalah makan. Kondisi emosional yang lebih baik tersebut berkontribusi terhadap suasana makan yang lebih positif sehingga membantu meningkatkan nafsu makan balita.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, proporsi balita dengan nafsu makan baik meningkat dari 20,0% sebelum intervensi menjadi 86,7% setelah diberikan pijat Tui Na selama 4 minggu. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai  $p=0,001$  ( $p<0,05$ ), yang menandakan adanya peningkatan nafsu makan yang signifikan setelah intervensi. Dengan demikian, pijat Tui Na efektif digunakan sebagai terapi komplementer untuk meningkatkan nafsu makan pada balita dan berpotensi diterapkan oleh tenaga kesehatan, kader posyandu, maupun orang tua sebagai upaya nonfarmakologis dalam mengatasi masalah makan pada balita.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh

pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, serta kontribusi nyata demi kelancaran dan penyelesaian penelitian ini. Penghargaan yang tinggi penulis haturkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada Kepala Puskesmas, seluruh kader kesehatan di Posyandu Melati yang telah memfasilitasi tempat dan perizinan, serta orang tua balita yang telah berpartisipasi aktif sebagai responden dalam penelitian ini. Dukungan moral dan materiil dari berbagai pihak tersebut telah menjadi kontribusi yang sangat berharga bagi keberhasilan penelitian ini.

#### Daftar Pustaka

- Black, M.M., Walker, S.P., Fernald, L.C., Andersen, C.T., DiGirolamo, A.M., Lu, C., McCoy, D.C., Fink, G., Shawar, Y.R., Shiffman, J. and Devercelli, A.E., 2017. Early childhood development coming of age: science through the life course. *The Lancet*, 389(10064), pp.91-102
- Chen, L., Wang, M. and Zhang, H., 2023. Effects of Pediatric Tui Na on Growth Development and Appetite-Regulating Hormones in Children with Anorexia. *Journal of Traditional Chinese Medicine*, 43(2), pp. 289-295.
- Kerzner, B., Milano, K., MacLean, W.C., Berall, G., Stuart, S. and Chatoor, I., 2015. A practical approach to classifying and managing feeding difficulties. *Pediatrics*, 135(2), pp.344-353.
- Li, X., Yau, K. and Line, C., 2022. Neurobiological Mechanisms of Tactile Stimulation and Acupressure in Pediatric Gastrointestinal Motility. *International Journal of Molecular Sciences*, 23(14), p. 7689.
- Rahayu, S. and Wijayanti, T., 2021. Efektivitas Terapi Komplementer Pijat terhadap Pertumbuhan Balita. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 12(1), pp. 45-52.
- Rahmawati, A. and Wijayanti, T., 2023. Terapi Komplementer Pijat Tui Na untuk Mengatasi Masalah Kesulitan Makan (Picky Eating) pada Anak Usia Toddler. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Kebidanan*, 12(2), pp. 115-122. doi: <https://doi.org/10.33023/jika.v12i2.456>.
- Sari, D.P. and Lestari, W., 2022. Dampak Psikologis Force Feeding dan Penggunaan Suplemen Kimia pada Balita Kesulitan Makan. *Jurnal Kesehatan Anak Indonesia*, 9(3), pp. 112-120.
- Sulistiyan, S., 2022. Efektivitas Pijat Tui Na terhadap Peningkatan Nafsu Makan dan Berat Badan pada Balita. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 14(1), pp. 45-52. doi: <https://doi.org/10.32583/jkp.v14i1.123>.
- UNICEF, 2024. *State of the World's Children 2024: Nutrition and Growth Challenges in Developing Nations*. New York: UNICEF.
- Wang, Y., Child, T. and Functional, G., 2021. Tui Na for Pediatric Anorexia: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2021, pp. 1-15.
- World Health Organization, 2023. *Global Nutritional Targets 2025: Stunting Policy Brief*. Geneva: WHO.
- Zhang, J. and Liu, Y., 2023. *Spleen and Stomach Theory in Traditional Chinese Medicine for Pediatric Growth*. Beijing: Medical Science Press.