

Pengalaman Ibu Balita Gizi Kurang yang Mendapatkan Terapi Pijat di Puskesmas Pondok Jagung, Tangerang Selatan

Yusi Syamisa Cassandra*, Dewi Purnamawati

Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta

Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kecamatan Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419, Indonesia

Email: yusi.syamisa@gmail.com

* Corresponding author

Article Info

Keywords:
Massage therapy;
Complementary;
Wasting;
Toddler;
South Tangerang;

Abstract

Mothers' Experiences of Massage Therapy for Underweight Toddlers at Pondok Jagung Public Health Center, South Tangerang

Background: Malnutrition in toddlers is still part of the problem of nutrition in Indonesia which has an impact on the growth and development of children. In addition to specific nutritional interventions, complementary approaches that are holistic and sustainable are needed. This study aims to explore the experiences of undernourished mothers of toddlers who receive massage therapy at the Pondok Jagung Health Center, South Tangerang. **Method:** The research uses a qualitative method with a descriptive approach. The key informants consisted of three undernourished mothers of toddlers who participated in massage therapy, as well as three informants supporting health workers at the health center. Data collection was carried out through in-depth interviews and analyzed using content analysis. **Results:** Massage therapy provided positive experiences and knowledge and increased informant involvement in the care of toddlers. In addition, the informant also said that with massage therapy, children become more appetitive, increase the frequency of breastfeeding, improve sleep quality, as well as increase in weight and height in toddlers. **Conclusion:** Massage therapy has the potential to be a complementary intervention based on health promotion in an effort to overcome malnutrition.

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Received 06/01/2026

Revised 27/01/2026

Accepted 20/06/2026

How to Cite:

Cassandra YS, Purnamawati D. Pengalaman Ibu Balita Gizi Kurang yang Mendapatkan Terapi Pijat di Puskesmas Pondok Jagung, Tangerang Selatan. J. Mestahat [Internet]. 2026 Aug. 6(2):1-12. Available from: <https://doi.org/10.58185/jmestahat.v6i2.189>

PENDAHULUAN

Status gizi balita merupakan salah satu indikator yang dapat menunjang derajat kesehatan masyarakat. Hal itu dikarenakan status gizi dapat memberikan gambaran status kesehatan hasil dari keseimbangan antara asupan gizi dan kebutuhan dari tubuh (1). Pada saat usia balita terdapat pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan pembentukan daya tahan tubuh yang sangat pesat. Status gizi balita yang baik tentu dapat menunjang masa pertumbuhan dan perkembangan pesat tersebut. Permasalahan gizi pada usia balita akan memberikan dampak jangka panjang dapat menimbulkan penurunan imunitas tubuh dan keterlambatan tumbuh kembang balita yang berakibat pada rendahnya produktivitas pada usia dewasa kelak (2). Penentuan status gizi balita dapat dilakukan dengan pengukuran berat badan dan panjang badan atau tinggi badan (3).

Indonesia saat ini masih mengalami Tiga Beban Masalah Gizi (*Triple Burden Malnutrition*) yaitu gizi buruk (wasting dan stunting), kelebihan berat badan, dan kekurangan gizi mikro (4). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, 15,9% balita di Indonesia mengalami *underweight* berdasarkan indikator BB/U; 21,5% mengalami stunting berdasarkan indikator TB/U, dan 8,5% mengalami wasting berdasarkan indikator BB/TB. Prevalensi balita gizi kurang di Provinsi Banten mencapai 16,4% dan di Kota Tangerang Selatan tercatat 13,8% (5). Sementara itu, di wilayah kerja Puskesmas Pondok Jagung masih terdapat pula balita yang mengalami *underweight* 0,5% berdasarkan indikator BB/U dan 0,2% mengalami wasting (6). Masalah kurang gizi di Puskesmas Pondok Jagung masuk dalam kategori terbawah di Kota Tangerang Selatan. Namun, hal ini juga menunjukkan masih adanya beban gizi kurang yang masih harus diselesaikan di wilayah tersebut.

Upaya penanggulangan masalah gizi kurang pada balita meliputi intervensi spesifik (pemberian makanan tambahan, suplementasi) dan intervensi sensitif (sanitasi, pendidikan). Selain itu, intervensi komplementer non-farmakologis semakin banyak diteliti dan diterapkan, salah satunya adalah terapi pijat. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi *et al* (2023) dan Qomariyah *et al* (2024) yang menyatakan bahwa terapi pijat dapat menunjang kenaikan berat badan (7,8). Hal ini juga sejalan dengan penelitian lainnya yang menyatakan bahwa pijat bayi merupakan metode yang efektif untuk mendukung pertumbuhan fisik bayi sekaligus memperkuat hubungan emosional dan rasa percaya diri ibu dalam mengasuh anak (9). Terapi ini juga sudah dilakukan oleh Puskesmas Pondok Jagung di Kota Tangerang Selatan sejak tahun 2022. Dalam penanganan permasalahan balita gizi kurang Puskesmas Pondok Jagung membuat sebuah inovasi bernama PITA GIRANG (Pijat Balita Gizi Kurang). Keberhasilan inovasi ini bisa terlihat dalam laporan Profil Kesehatan Tahun 2024 yang dikeluarkan Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan yang menyebutkan bahwa Puskesmas

Pondok Jagung memiliki kasus balita gizi kurang paling sedikit dibandingkan puskesmas lainnya (6).

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengalaman Ibu Balita Dengan Gizi Kurang Yang Mendapatkan Terapi Pijat Di Puskesmas Pondok Jagung, Tangerang Selatan.

METODE

Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Pondok Jagung Kota Tangerang Selatan pada bulan Desember 2025. Informan dalam penelitian ini berjumlah enam orang, terdiri atas tiga informan kunci yaitu tiga ibu balita dengan gizi kurang yang telah mengikuti terapi pijat serta tiga informan pendukung yang terdiri atas satu bidan pelaksana terapi pijat dan dua tenaga ahli gizi yang terlibat dalam pelaksanaan program terapi pijat. Informan ditetapkan secara *purposive sampling* dengan pertimbangan memiliki pengalaman langsung mengikuti program terapi pijat sehingga mampu memberikan informasi secara mendalam sesuai tujuan penelitian.

Data dikumpulkan dengan wawancara mendalam dan menggunakan alat bantu berupa pedoman wawancara, alat perekam, kamera, dan catatan. Wawancara dilakukan oleh peneliti secara langsung dengan memberikan pertanyaan terbuka semi terstruktur sesuai pedoman wawancara yang telah dibuat. Setiap wawancara berlangsung sekitar 30 hingga 60 menit dan direkam dengan alat perekam suara setelah mendapatkan izin dari informan. Seluruh proses wawancara selanjutnya diubah menjadi teks secara lengkap sesuai dengan ucapan peserta sebelum dilakukan analisis. Selama wawancara, peneliti juga mencatatkan catatan lapangan untuk melengkapi informasi yang tidak diucapkan namun muncul selama proses pengumpulan data. Pelaksanaan wawancara pada informan pendukung dilakukan pada hari yang sama, sementara pada informan kunci dilakukan pada hari yang berbeda sesuai dengan kesiapan informan kunci. Pelaksanaan wawancara informan pendukung bertempat di Puskesmas Pondok Jagung sementara wawancara informan kunci dilakukan pada masing-masing rumah informan kunci.

Analisis data dilakukan dengan metode analisis konten yang melalui beberapa tahapan, yaitu: pertama, melakukan transkripsi terhadap hasil wawancara; kedua, membaca kembali transkrip secara berulang untuk memahami lebih dalam; ketiga, memberikan kode atau label pada bagian-bagian penting dalam transkrip; keempat, mengelompokkan kode tersebut menjadi beberapa kategori; kelima, membentuk tema-tema utama berdasarkan kategori yang telah dibuat; dan keenam, melakukan interpretasi terhadap hasil penelitian secara keseluruhan. Validitas data dilakukan dengan menggabungkan beberapa sumber informasi,

yaitu informan utama dan informan pendukung. Semua informan diberi penjelasan mengenai tujuan penelitian, keamanan data, manfaat yang diperoleh, serta hak mereka untuk menghentikan partisipasi penelitian kapan saja. Persetujuan untuk menjadi informan diperoleh dengan cara menandatangani surat persetujuan terinformasi.

HASIL

Gambaran Tempat Penelitian

Puskesmas Pondok Jagung merupakan salah satu pelopor penggunaan terapi pijat dalam penanganan balita gizi kurang di Kota Tangerang selatan. Terapi Pijat yang dilaksanakan merupakan inovasi lintas program yang diberi nama Terapi Pita Girang (Terapi Pijat Balita Gizi Kurang) yang dilaksanakan sejak tahun 2022 hingga saat ini. Inovasi ini merupakan pendekatan holistik, integrasi antara pelayanan kesehatan tradisional dan gizi yang menggabungkan sentuhan kasih sayang, stimulasi perkembangan, dan intervensi gizi untuk meningkatkan kualitas hidup balita gizi kurang.

Pelaksanaan terapi pijat dilaksanakan di Puskesmas setiap hari Senin, Rabu, dan Kamis. Sementara pelaksanaan kunjungan rumah bagi balita yang berhalangan datang ke puskesmas diadakan setiap Selasa, Jumat, dan Sabtu. Target pelaksanaannya yaitu setiap balita mendapatkan minimal dua kali pemijatan oleh bidan puskesmas yang terlatih di setiap minggunya. Terapi pijat ini dilaksanakan selama balita mengalami status gizi kurang. Status gizi kurang dilihat berdasarkan status berat badan menurut indikator panjang badan atau tinggi badan. Tidak ada batas waktu pelaksanaan terapi pijat ini, karena terapi ini akan terus diberikan hingga status gizi balita berubah menjadi baik (10).

Gambaran Karakteristik informan

Sebanyak tiga informan kunci terdiri dari ibu balita yang mengalami gizi kurang. Karakteristik informan kunci cukup bervariasi dan peneliti mengalami sedikit kesulitan dalam menggali informasi khususnya pada informan IK2. Hal ini dikarenakan yang bersangkutan mengalami disabilitas tuna wicara. Walaupun demikian, peneliti mampu menggali informasi dengan pendampingan keluarga. Adapun informan IK1 memiliki dua balita dan satu anak berusia sekolah dasar. Sedangkan informan IK3 adalah ibu bekerja dan lebih banyak membeli mie instan untuk konsumsi balita.

Sebanyak dua dari tiga informan memiliki pendidikan tinggi, sementara sisanya memiliki pendidikan menengah pertama. Semua informan kunci memiliki balita dengan gizi kurang. Penetapan status gizi kurang ditentukan oleh tenaga kesehatan puskesmas yang terdiri dari bidan dan ahli gizi.

Tabel 1. Karakteristik Informan Penelitian

No.	Kode Informan	Usia (Tahun)	Paritas	Pendidikan	Pekerjaan	Usia Balita (Bulan)
1	IK1	27	3	SMP	IRT	14
2	IK2	23	2	S1	IRT	3
3	IK3	32	3	D3	Wiraswasta	42

Peneliti juga melakukan wawancara terhadap tiga tenaga kesehatan yaitu bidan pelaksana pelayanan terapi pijat dan tim ahli gizi puskesmas.

Tabel 2. Karakteristik Informan Pendukung Penelitian

No.	Kode Informan	Pekerjaan	Pendidikan
1.	IP1	Bidan	D3
2.	IP2	Ahli Gizi	S1
3.	IP3	Ahli Gizi	D3

Pengalaman Terapi Pijat

Pengalaman emosi yang dialami oleh informan saat anaknya mengalami status gizi kurang mengikuti terapi pijat adalah secara keseluruhan informan merasa senang terhadap perubahan positif yang terjadi selama terapi. Seluruh informan mengatakan bahwa setelah mengikuti terapi pijat anak mereka nafsu makannya bertambah, berat badan dan tinggi badan bertambah, serta tidur anak menjadi lebih nyenyak. Hal ini juga didukung oleh seluruh informan kunci yang menuturkan bahwa mereka mengalami pengalaman positif selama menjadi tim pelaksana terapi pijat karena adanya perubahan kondisi menjadi lebih baik pada balita penerima terapi pijat.

Selama proses terapi pijat berlangsung setiap informan kunci memiliki pengalaman menarik dan menyenangkan yang berbeda-beda selama mengikuti terapi pijat. Secara keseluruhan informan kunci menyatakan mereka memiliki pengalaman menarik dan menyenangkan baik dalam proses mengikuti terapi pijat dan berinteraksi dengan seluruh petugas puskesmas yang juga merupakan informan pendukung dalam penelitian ini.

Selama pelaksanaan terapi pijat, semua informan mengatakan tidak ada kendala yang berarti dalam mengikuti rangkaian terapi. Hal ini didukung dengan jadwal terapi yang rutin, adanya layanan rumah, dan juga dibentuknya grup percakapan yang berisi ibu balita dan juga semua petugas yang terlibat dalam pelaksanaan terapi pijat. Semua informan pendukung juga menuturkan tidak ada kendala yang berarti selama pelaksanaan terapi pijat. Kendala yang dialami oleh banyak penerima terapi pijat adalah jarak dan waktu untuk mereka datang ke Puskesmas. Namun, kendala itu sudah diatasi dengan diadakannya layanan rumah (*home care*)

sejak tahun 2024. Pelaksanaan terapi pijat untuk balita gizi kurang kini menggunakan kombinasi layanan rumah dan poli di puskesmas.

Alasan Mengikuti Terapi Pijat

Para informan memiliki alasan yang berbeda-beda dalam membawa anaknya terapi. Semuanya menyatakan bahwa mereka memiliki persepsi yang baik mengenai pijat. Pijat merupakan salah satu upaya meningkatkan kesehatan yang telah dipercaya secara turun temurun oleh masyarakat secara luas. Sebelum mengikuti terapi pijat yang dilaksanakan di puskesmas, para informan sebelumnya sudah pernah melakukan terapi pijat baik untuk anaknya maupun dirinya sendiri.

Diagnosis Balita Gizi Kurang

Semua informan kunci memiliki jawaban yang hampir sama tentang siapa yang mendiagnosis anaknya mengalami status gizi kurang yaitu petugas Puskesmas Pondok Jagung. Penetapan status gizi pada balita gizi kurang semuanya dilakukan oleh petugas kesehatan puskesmas yang memang paham mengenai pertumbuhan ideal pada balita. Hal ini sesuai dengan penuturan informan pendukung yang menyatakan bahwa diagnosis balita gizi kurang dilakukan oleh tim tatalaksana terapi pijat yang terdiri dari ahli gizi, bidan pelaksana, dan dokter penanggung jawab.

Informasi Tentang Terapi Pijat

Semua informan menyatakan bahwa mendapatkan informasi tentang terapi pijat yang dilaksanakan puskesmas dari petugas puskesmas. Hal ini sesuai dengan salah satu informan kunci yang menyatakan bahwa para informan mendapatkan informasi di tempat yang berbeda-beda. Petugas kesehatan berperan penting dalam berkelanjutan terapi pijat dalam penanganan balita dengan status gizi kurang. Mereka juga mengingatkan kepada ibu balita di grup whatsapp untuk kunjungan rumah dan rawat jalan di puskesmas.

Frekuensi Terapi

Terapi pijat yang dilakukan oleh bidan puskesmas diterima oleh para balita informan minimal dua kali dalam seminggu. Pelaksanaan pijat tersebut dilakukan di tempat yang berbeda-beda sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan dari masing-masing informan. Ada informan yang rutin ke puskesmas untuk mengikuti terapi pijat dan ada juga informan yang mendapatkan layanan rumah (*home care*). Seluruh informan menyatakan bahwa balitanya mengikuti terapi pijat setidaknya dua kali dalam seminggu sesuai target yang ditetapkan oleh puskesmas.

Antropometri Balita

Berdasarkan pernyataan para informan, setelah mengikuti terapi pijat selama beberapa waktu terdapat kenaikan berat badan serta panjang atau tinggi badan pada seluruh balita. Rata-rata kenaikan berat badan balita yang mengikuti terapi pijat yaitu 126,5 gram per minggu. Sedangkan rata-rata kenaikan panjang badan atau tinggi badan adalah 0,5 cm per minggu.

Tabel 3. Antropometri Balita Yang Mengikuti Terapi Pijat

No.	Kode Informan	Lama Terapi (Minggu)	Kenaikan Berat Badan (gram)	Kenaikan Panjang Badan / Tinggi Badan (cm)
1	IP1	12	1.200	2
2	IP2	2	100	3,5
3	IP3	20	3.000	10

Kenaikan hasil pengukuran antropometri tersebut didukung dengan penggunaan kombinasi metode pelaksanaan terapi pijat dalam program ini, selain menggunakan panduan pijat baduta juga menggunakan panduan pemanfaatan akupresure terutama titik untuk meningkatkan nafsu makan (11,12).

Terapi Tambahan Lain

Selain mendapatkan terapi pijat, para informan juga mengatakan bahwa mereka mendapatkan terapi tambahan lainnya. Pada saat balita dipijat oleh bidan, ibu balita mendapatkan edukasi mengenai gizi, menyusui, dan pengetahuan tentang pertumbuhan dan perkembangan balita lainnya. Informan kunci juga diminta untuk menceritakan keseharian dan makanan yang dikonsumsi balita beberapa hari sebelumnya untuk dievaluasi apakah sudah sesuai dengan panduan yang telah diberikan. Bidan pelaksana juga mengajarkan gerakan pijat pada balita yang mudah diikuti dan dilakukan oleh ibu balita di rumah.

Pendapat Informan Tentang Terapi Pijat

Dari hasil wawancara peneliti kepada seluruh informan didapatkan bahwa terapi pijat untuk balita gizi kurang ini baik untuk terus dilanjutkan. Namun masih perlunya dilakukan sosialisasi kepada masyarakat terutama ibu dengan balita gizi kurang terkait program terapi pijat ini agar semakin banyak balita gizi kurang yang dapat mengikuti terapi pijat secara gratis di puskesmas. Informan menyarankan untuk menambah tenaga kesehatan yang dilatih terkait terapi pijat dan perlu adanya pengembangan program terapi pijat untuk balita gizi kurang di fasilitas kesehatan lainnya agar balita gizi kurang lebih sering mendapatkan pijat. Salah satu informan kunci juga menyarankan untuk penambahan jenis terapi yang dapat didapatkan di

puskesmas yaitu terapi pijat laktasi sehingga penanganan balita gizi kurang bisa lebih optimal lagi pada anak yang masih menyusui eksklusif.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat kenaikan hasil pengukuran antropometri baik berat badan maupun panjang atau tinggi balita. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Suryati et al. (2025) yang mengatakan bahwa pijat terbukti efektif dalam meningkatkan nafsu makan dan berat badan anak usia toddler, sehingga dapat dijadikan intervensi non-farmakologi yang bermanfaat (13). Secara biologis, rangsangan sentuhan dan tekanan ringan yang diberikan melalui pijat diduga menstimulasi aktivasi nervus vagus, yang memiliki peran penting dalam regulasi sistem pencernaan dan pengeluaran hormon metabolik, termasuk insulin dan Insulin-like Growth Factor-1 (IGF-1). Peningkatan aktivitas vagal tersebut berkontribusi terhadap optimalisasi proses metabolisme dan mendukung pertumbuhan linear serta penambahan massa tubuh. Sejumlah studi melaporkan bahwa pijat pada bayi mampu meningkatkan tonus vagal yang selanjutnya memicu pelepasan IGF-1 dan hormon pertumbuhan lainnya yang berperan dalam proses pertumbuhan (14–17).

Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa terapi pijat dipersepsikan memberikan manfaat menyeluruh oleh ibu balita gizi kurang, baik pada aspek fisik anak maupun pada aspek psikologis pengasuh. Persepsi positif tersebut berkontribusi terhadap meningkatnya keterlibatan ibu dalam proses perawatan anak. Kondisi ini menguatkan kerangka determinan kesehatan Blum, di mana perubahan status kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh pelayanan kesehatan, tetapi juga oleh perilaku keluarga dan lingkungan pendukung. Hasil ini sejalan dengan penelitian Akib & Zahrudin (2013), Asih dan Mugiati, (2018), Febrianti BNS et al. (2022) yang menegaskan bahwa peran ibu dan keluarga merupakan faktor kunci dalam perbaikan status gizi balita (18–20).

Penerimaan ibu terhadap terapi pijat juga dipengaruhi oleh latar belakang sosial budaya, di mana pijat telah lama dipahami sebagai praktik perawatan yang aman dan bermanfaat. Persepsi manfaat yang tinggi dan minimnya hambatan akses mendorong kepatuhan ibu dalam mengikuti terapi. Temuan ini selaras dengan Health Belief Model, khususnya pada konstruk *perceived benefits* dan *perceived barriers*. Studi Mrljak et al. (2022), Munjidah dan Dwi (2019), Pratami et al. (2020), dan Retno (2018) menunjukkan bahwa intervensi berbasis sentuhan lebih mudah diterima oleh orang tua dibandingkan intervensi yang bersifat invasif, sehingga berpotensi meningkatkan keberlanjutan program (21–24).

Peran tenaga kesehatan dalam menetapkan status gizi dan merekomendasikan terapi pijat menjadi faktor pemicu tindakan (*cues to action*) yang signifikan. Otoritas profesional

bidan dan ahli gizi meningkatkan kepercayaan ibu terhadap kondisi anak dan intervensi yang diberikan. Temuan ini konsisten dengan Dewi et al. (2023), Kim dan Bang (2018), dan Qomariyah et al. (2024) yang menyatakan bahwa keterlibatan aktif tenaga kesehatan dalam edukasi dan pemantauan gizi memperkuat kepatuhan keluarga terhadap intervensi gizi komplementer (7,8,25). Keberlanjutan terapi juga didukung oleh pola komunikasi yang intensif antara tenaga kesehatan dan ibu balita. Pendekatan komunikasi yang bersifat personal dan berkelanjutan memperkuat hubungan terapeutik serta meminimalkan risiko putus layanan. Hal ini sejalan dengan Andayani dan Afnuhazi (2022), serta Lestari et al. (2021) yang menemukan bahwa komunikasi efektif merupakan determinan penting keberhasilan program perbaikan gizi di tingkat pelayanan kesehatan primer (26,27).

Pelaksanaan terapi pijat secara rutin dengan dukungan layanan kunjungan rumah mencerminkan fleksibilitas pelayanan kesehatan yang responsif terhadap kondisi sosial keluarga. Pendekatan ini mengurangi hambatan akses dan memperkuat prinsip pelayanan promotif dan preventif. Hasil penelitian ini sejalan dengan yang menunjukkan bahwa frekuensi dan kontinuitas pijat berkontribusi terhadap respons pertumbuhan anak. Namun demikian, menurut Kim & Bang (2018) dan Mrljak et al. (2022) menekankan bahwa efek pijat akan lebih optimal apabila disertai dengan intervensi gizi yang adekuat, yang menunjukkan bahwa terapi pijat tidak berdiri sendiri (21,25).

Perbaikan status gizi balita dalam penelitian ini perlu dipahami sebagai hasil dari pendekatan multimodal, yaitu kombinasi terapi pijat, stimulasi makan, dan edukasi gizi kepada ibu. Hal ini memperkuat temuan Lestari et al., (2021), Pratami et al. (2020), dan Qomariyah et al. (2024) bahwa terapi pijat berperan sebagai intervensi pendukung yang memperbaiki respons fisiologis anak, khususnya nafsu makan dan kualitas tidur (7,23,27). Namun, berbeda dengan beberapa penelitian kuantitatif yang menilai efektivitas pijat secara terpisah, penelitian ini menekankan pentingnya integrasi terapi pijat dalam konteks pelayanan kesehatan primer berbasis keluarga.

Edukasi gizi dan pelibatan ibu dalam praktik pijat mandiri menunjukkan bahwa intervensi tidak berhenti pada pelayanan fasilitas kesehatan, tetapi berlanjut di lingkungan rumah. Pendekatan pemberdayaan ini sejalan dengan paradigma promosi kesehatan dan temuan Akib & Zahrudin (2013) serta Febrianti BNS et al. (2022) yang menyatakan bahwa peningkatan kapasitas ibu berkontribusi terhadap keberlanjutan perbaikan status gizi balita (18,20).

Secara keseluruhan, dibandingkan dengan penelitian terdahulu, studi ini memperkuat bukti bahwa keberhasilan terapi pijat tidak hanya ditentukan oleh efek fisiologisnya, tetapi

juga oleh dukungan sistem pelayanan, komunikasi tenaga kesehatan, dan keterlibatan aktif keluarga. Dengan demikian, terapi pijat berpotensi dikembangkan sebagai intervensi komplementer terintegrasi dalam strategi promotif dan preventif penanggulangan gizi kurang di puskesmas.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ditemukan bahwa terapi pijat sebagai intervensi komplementer yang terintegrasi dengan edukasi gizi dan pendampingan kesehatan memberikan pengalaman yang positif bagi ibu dengan balita gizi kurang. Kontribusi penelitian ini terletak pada penguatan bukti bahwa intervensi non-farmakologis berbasis komunitas dapat menjadi pelengkap intervensi gizi spesifik dan sensitif.

SARAN

Penggunaan terapi pijat perlu dipertahankan dan dikembangkan sebagai layanan terintegrasi di puskesmas dengan dukungan sumber daya manusia terlatih dan sosialisasi yang lebih luas. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain kuantitatif atau metode campuran untuk mengukur efektivitas terapi pijat terhadap perbaikan status gizi secara lebih objektif dan memperkuat bukti ilmiah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis tujukan kepada UPTD Puskesmas Pondok Jagung dan seluruh informan yang telah berkontribusi dalam proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Almatsier S. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2003. 352 p.
2. Unicef. unicef.org [Internet]. 2023. Wasting (Gizi Kurang dan Gizi Buruk) dan Dampaknya pada Anak. Available from: <https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi/artikel/dampak-wasting-pada-anak>
3. Kemenkes. PMK No. 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak. 2. Jakarta; 2020. p. 1689–99. PubMed PMID: 25246403.
4. Unicef. unicef.org [Internet]. 2022 [cited 2025 Sep 30]. Mengatasi Tiga Beban Gizi di Indonesia. Available from: <https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi>
5. BKPK Kemenkes RI. SKI 2023 Dalam Angka. Kemenkes. Jakarta; 2023.
6. Selatan DKKT. Profil Kesehatan Tahun 2024 Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan. Tangerang Selatan; 2024.
7. Qomariyah, Desi Soraya, Linda Pramusinta. Pengaruh Intervensi Konseling Feeding Rules dan Massage Eating Difficulties terhadap Status Gizi pada Balita Stunting. Indonesian Journal of Midwifery (IJM). 2024;7(1):92–105. Available from: <https://doi.org/10.35473/ijm.v7i1.2813>
8. Dewi RK, Permatasari AS, Yastirin PA. The effect of baby massage on body weight in LBW babies at Permata Bunda Purwodadi Hospital. J Qual Public Health.

- 2023;6(2):340–5. doi:10.30994/jqph.v6i2.451. Available from: <https://www.jqph.org/index.php/IQPH/article/view/451/377>
9. Ezgi Z, Bal H. Infant Behavior and Development Effectiveness of infant massage on babies growth , mother-baby attachment and mothers ' self-confidence : A randomized controlled trial. *Infant Behav Dev.* 2023;73(October):101897. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2023.101897>
 10. Kirana RP. Makalah Inovasi Pijat Balita Gizi Kurang (PITA GIRANG). Tangerang Selatan; 2025.
 11. Kemenkes. Pedoman Stimulasi Pijat Anak Bawah Dua Tahun (Baduta). Kemenkes. [Jakarta]; 2016. PubMed PMID: 25246403.
 12. Kementerian Kesehatan RI. Modul Materi Inti 2 Pemanfaatan Akupresure. Hermawan, editor. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2021. 56 p.
 13. Suryati, Setyawan A, Nur Hartiningsih S, Nur Adkhana Sari D. Pengaruh Pijat Refleksi Terhadap Nafsu Makan Pada Katagori Enjoyment of Food (EF) pada anak usia Toddler. *Jurnal Kesehatan Tambusai.* 2025 Sep;6(3):1–7. Available from: <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i3.48807>
 14. Field T. Newborn Massage Therapy Tiffany. *International Journal of Pediatrics and Neonatal Health.* 2017;1(2):54–64. Available from: <https://doi.org/10.25141/2572-4355-2017-2.0054>
 15. Field T, Diego M, Hernandez-Reif M. Potential underlying mechanisms for greater weight gain in massaged preterm infants. *Infant Behav Dev.* 2011 Jun;34(3):383–9. doi:10.1016/j.infbeh.2010.12.001 PubMed PMID: 21570125. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2010.12.001>
 16. Field T, Diego M, Hernandez-reif M, Dieter JN, Kumar AM, Schanberg S, et al. Insulin and Insulin-Like Growth Factor 1 (IGF-1) Increased in Preterm Neonates. *J Dev Behav Pediatr.* 2008;29(6):463–6. Available from: <https://doi.org/10.1097/DBP.0b013e3181856d3b>
 17. Sudarmi, Wahyuni IGAPS. The Effect of Infant Massage on Nutritional Status and IGF-1 of Malnourished Babies Aged 6-12 Months. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal).* 2022;4(1):21–8. Available from: <https://doi.org/10.32807/jkt.v4i1.218>
 18. Akib H, Zahrudin. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Anak Usia 3-5 Tahun di Posyandu Anggur Kecamatan Summersari Kabupaten Jember. *JURNAL KESEHATAN dr SOEBANDI.* 2013;4(2):219–25.
 19. Asih Y, Mugiati M. Pijat Tuna Efektif dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak Balita. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik.* 2018;14(1):98. Available from: <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1015>
 20. Febrianti BNS AN, Susanto MN RN PHN PhD T, Rasni MN RN H. Family Function and Nutritional Status among under-Five Children: A Cross- Sectional Study among Extended Family in Panti Public Health Center, Jember Regency of Indonesia. *Int J Caring Sci [Internet].* 2022;15(1):417–23. Available from: <https://www.proquest.com/scholarly-journals/family-function-nutritional-status-among-under/docview/2670456765/se-2%0Ahttps://media.proquest.com/media/hms/PFT/1/SjV6N? a=ChgyMDIyMDYyNTA3Mjg1NjYwMT00MjI2NTMSBTkwMDAyGgpPTkVfU0VBukNIlgwxODIuMS40NC4xNTAqBzE2MD>
 21. Mrljak R, Danielsson AA, Hedov G, Garmy P. Effects of Infant Massage: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health.* 2022;19(11). doi:10.3390/ijerph19116378 PubMed PMID: 35681968. Available from: <https://doi.org/10.3390/ijerph19116378>
 22. Munjidah A, Dwi F. Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Status Pertumbuhan Pada Balita Dengan Status KMS T. *Journal Health of Science.* 2019;12(1):21–9. PubMed PMID: 38252772. Available from: <https://doi.org/10.33086/jhs.v12i1.631>

23. Pratami BN, Choirunissa R, Rifiana AJ. Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita di PMB “R” Cipacing Kabupaten Sumedang Jawa Barat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2020;12(2):179–86. Available from: <https://doi.org/10.37012/jik.v12i2.237>
24. Retno Y. Peranan Keaktifan Ibu Dalam Kegiatan Posyandu Dengan Status Gizi Balita Untuk Menunjang Sistem Informasi Perkembangan Balita Yustina Retno Wahyu Utami, Sri Hariyati Fitriasih, Sri Siswanti. *Jurnal Ilmiah Sinus*. 2018;Vol 1 No:1–12. Available from: https://ejournal.tsu.ac.id/index.php/e-jurnal/SINUS/article/view/148/pdf_1
25. Kim HY, Bang KS. The effects of enteral feeding improvement massage on premature infants: A randomised controlled trial. *J Clin Nurs*. 2018;27(1–2):92–101. doi:10.1111/jocn.13850 PubMed PMID: 28415135. Available from: <https://doi.org/10.1111/jocn.13850>
26. Andayani P, Afnuhaz R. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Balita. *Jurnal Human Care [Internet]*. 2022;1(3):1–12. Available from: <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/humancare/article/download/27/pdf>
27. Lestari KP, Nurbadlina FR, Wagiyo, Jauhar M. The effectiveness of baby massage in increasing infant’s body weight. *J Public Health Res*. 2021;10(s1):1–5. doi:10.4081/jphr.2021.2332 PubMed PMID: 34060735. Available from: <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2332>

Declarations

- Kontribusi penulis : Yusi Syamisa Cassandra bertanggung jawab atas konsepsi dan desain penelitian, pengumpulan data, analisis data, interpretasi hasil, serta penyusunan dan penulisan naskah. Dewi Purnamawati berperan dalam memberikan bimbingan ilmiah selama proses penelitian, membantu analisis dan interpretasi data, melakukan telaah kritis serta revisi substansi naskah, dan memberikan persetujuan terhadap versi akhir manuskrip yang akan dipublikasikan. Kedua penulis telah membaca dan menyetujui naskah akhir.
- Pernyataan pendanaan : Penelitian ini tidak menerima dana apa pun.
- Konflik kepentingan : Kedua penulis menyatakan bahwa mereka tidak memiliki kepentingan yang bersaing.
- Informasi tambahan : Tidak ada informasi tambahan yang tersedia untuk makalah ini.