

**SKRIPSI**

**PENGARUH PIJAT TUINA PADA BAYI USIA 6-24 BULAN  
TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN  
SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING**

Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD. Puskesmas Petang II  
Dinas Kesehatan Kabupaten Badung



Oleh:

**NI PUTU CHANDRA MERYANTI**

**NIM. P07124225114**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEBIDANAN  
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
DENPASAR  
2026**

**SKRIPSI**

**PENGARUH PIJAT TUINA PADA BAYI USIA 6-24 BULAN  
TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN  
SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan  
Jurusan Kebidanan**

**Oleh:**

**NI PUTU CHANDRA MERYANTI**

**NIM. P07124225114**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEBIDANAN  
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
DENPASAR  
2026**

**LEMBAR PERSETUJUAN  
SKRIPSI**

**PENGARUH PIJAT TUINA PADA BAYI USIA 6-24 BULAN  
TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN  
SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING**

**Oleh :**

**NI PUTU CHANDRA MERYANTI**  
**NIM. P07124225114**

**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

**Pembimbing Utama**



**Bdn. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb**  
**NIP. 198101302002122001**

**Pembimbing Pendamping**



**Listina Ade Widya Ningtyas, S.ST., MPH**  
**NIP. 199002232020122008**

**MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN KEBIDANAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**



**Bdn. Ni Ketut Somoyani, S.ST., M.Biomed**  
**NIP. 196904211989032001**

**LEMBAR PENGESAHAN  
SKRIPSI**

**PENGARUH PIJAT TUINA PADA BAYI USIA 6-24 BULAN  
TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN  
SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING**

Oleh :


**NI PUTU CHANDRA MERYANTI**  
**NIM. P07124225114**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI  
PADA HARI : JUMAT  
TANGGAL : 8 MEI 2026**

**TIM PENGUJI :**

- |   |              |         |
|---|--------------|---------|
| 1. Dr. Bdn. Ni Komang Yuni Rahyani, S.SiT., M.Kes | (Ketua)      | (.....) |
| 2. Bdn. Ni Wayan Armini, SST., M.Keb              | (Sekretaris) | (.....) |
| 3. Bdn. Gusti Ayu Eka Utarini, SST., M.Kes        | (Anggota)    | (.....) |

**MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN KEBIDANAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**

  
**Bdn. Ni Ketut Somyani, S.ST., M.Biomed**  
**NIP. 196904211989032001**

# **PENGARUH PIJAT TUINA PADA BAYI USIA 6-24 BULAN TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING**

Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD. Puskesmas Petang II  
Dinas Kesehatan Kabupaten Badung

## **ABSTRAK**

Stunting masih menjadi masalah kesehatan, sehingga diperlukan upaya peningkatan berat badan balita. Pijat Tuina dapat merangsang nafsu makan dan penyerapan nutrisi, sehingga berpotensi mencegah stunting. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja UPTD. Puskesmas Petang II Kabupaten Badung dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh pijat tuina terhadap peningkatan berat badan sebagai upaya pencegahan stunting. Jenis penelitian pre eksperimental dengan *One group Pretest- posttest Design*. Pelaksanaan dimulai dari bulan Januari-April 2026. Intervensi diberikan 15-30 menit durasi 3 kali seminggu selama 1 bulan secara rutin. Sampel berjumlah 33 orang. Teknik pengumpulan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan metode *total sampling*. Hasil penelitian rerata berat badan bayi pre test 8,521 kg dan post test 8,991 kg. Hasil uji Paired t-Test menunjukkan  $p = 0,000 (<0,05)$ , terdapat perbedaan signifikan berat badan bayi usia 6-24 bulan sebelum dan setelah diberikan pijat tuina sebagai upaya pencegahan stunting dengan peningkatan berat badan sebesar 470 gram setelah pijat Tuina. Ibu di harapkan melanjutkan pelaksanaan pijat tuina secara mandiri di rumah sebagai bagian dari rutinitas perawatan bayi sehari-hari

**Kata kunci: Pijat Tuina, Berat Badan, Pencegahan Stunting**

**THE EFFECT OF TUINA MASSAGE ON INFANTS  
AGED 6–24 MONTHS ON WEIGHT GAIN  
AS AN EFFORT TO PREVENT STUNTING**

*Study Conducted in the Working Area of UPTD Puskesmas Petang II  
Badung District Health Office*

**ABSTRACT**

*Stunting remains a significant health problem, thus efforts to increase infants' weight are needed. Tuina massage can stimulate appetite and improve nutrient absorption, thereby having the potential to prevent stunting. This study was conducted in the working area of UPTD Puskesmas Petang II, Badung District, aiming to determine the effect of Tuina massage on weight gain as an effort to prevent stunting. This research used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The study was conducted from January to April 2026. The intervention was given for 15–30 minutes, three times a week for one month. The sample consisted of 33 respondents selected using a non-probability sampling technique with total sampling method. The results showed that the mean body weight of infants in the pretest was 8.521 kg and in the posttest was 8.991 kg. The Paired t-Test result showed  $p = 0.000 (<0.05)$ , indicating a significant difference in infant weight before and after Tuina massage, with an average increase of 470 grams. Mothers are expected to continue performing Tuina massage independently at home as part of daily infant care.*

**Keywords:** *Tuina Massage, Body Weight, Stunting Prevention*

## RINGKASAN PENELITIAN

### PENGARUH PIJAT TUINA PADA BAYI USIA 6-24 BULAN TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD. Puskesmas Petang II  
Dinas Kesehatan Kabupaten Badung

Stunting masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan dengan dampak jangka panjang terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Upaya pencegahan dapat dilakukan melalui pemantauan dan peningkatan berat badan balita sebagai indikator status gizi. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah pijat Tuina, yang mampu merangsang nafsu makan, memperbaiki sistem pencernaan, dan meningkatkan penyerapan nutrisi oleh karena itu, pijat Tuina berpotensi menjadi metode efektif dalam meningkatkan berat badan bayi usia 6–24 bulan sebagai upaya pencegahan stunting.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *pre eksperimental*. Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah *One group Pretest-posttest Design*. Pada penelitian ini pengukuran berat badan bayi usia 6–24 bulan dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Petang II pada bulan Januari-April tahun 2026. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini menurut rumus besar sampel adalah 33 orang Teknik pengumpulan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan metode *total sampling*. Intervensi diberikan 15-30 menit durasi 3 kali seminggu selama 1 bulan secara rutin. Analisis data menggunakan uji Paired T-Test.

Hasil penelitian menunjukkan berat badan bayi usia 6-24 bulan sebelum diberikan pijat tuina dengan rerata 8,521 kg, nilai terendah 6,0 kg dan nilai tertinggi 10,4 kg, setelah diberikan pijat tuina di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Petang II Tahun 2026 dengan rerata 8,991 kg, nilai terendah 7,0 kg dan nilai tertinggi 10,7 kg. Hasil uji Paired t-Test didapatkan nilai p value = 0,000 < 0,05 menunjukkan ada perbedaan berat badan bayi usia 6-24 bulan sebelum dan setelah diberikan pijat tuina sebagai upaya pencegahan stunting di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas

Petang II Tahun 2026, selain itu dapat dilihat adanya peningkatan berat badan sebelum dan sesudah diberikan pijat tuina sebesar 470 gram. Peningkatan yang konsisten pada seluruh responden menggambarkan bahwa pijat tuina yang dilakukan secara rutin dan konsisten selama satu bulan penuh mampu memberikan dampak fisiologis yang nyata dan terukur terhadap pertumbuhan berat badan bayi berisiko stunting. Mekanisme pijat Tuina meningkatkan berat badan bayi melalui stimulasi saraf parasimpatis (*nervus vagus*) yang meningkatkan motilitas dan sekresi enzim pencernaan, sehingga penyerapan nutrisi dan nafsu makan meningkat serta berdampak pada kenaikan berat badan.

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu rerata berat badan bayi pre test 8,521 kg dan post test 8,991 kg. Hasil uji Paired t-Test menunjukkan  $p = 0,000 (<0,05)$ , terdapat perbedaan signifikan berat badan bayi usia 6-24 bulan sebelum dan setelah diberikan pijat tuina sebagai upaya pencegahan stunting dengan peningkatan berat badan sebesar 470 gram setelah pijat Tuina. Berdasarkan hasil penelitian, UPTD Puskesmas Petang II diharapkan dapat mengintegrasikan pijat Tuina sebagai intervensi non-farmakologis dalam program pencegahan stunting, termasuk dalam kegiatan posyandu dan kelas ibu balita, serta melalui media edukasi seperti poster atau leaflet. Orang tua, khususnya ibu, diharapkan dapat melanjutkan pijat Tuina secara mandiri di rumah secara rutin untuk meningkatkan berat badan bayi dan mencegah stunting, serta mengajarkannya kepada anggota keluarga lain. Bidan dan tenaga kesehatan perlu mendapatkan pelatihan pijat Tuina, aktif melakukan edukasi kepada masyarakat, dan melakukan pemantauan rutin pertumbuhan bayi guna memastikan keberlanjutan dan efektivitas intervensi.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Pijat Tuina pada Bayi Usia 6-24 Bulan Terhadap Peningkatan Berat Badan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting”** sesuai rencana. Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam kelancaran pembuatan skripsi ini, yakni yang terhormat:

1. Dr. Erika Yulita Ichwan, SST., M.Keb., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
2. Ni Ketut Somoyani, S.S.T., M.Biomed., selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
3. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, sekaligus pembimbing utama karena atas bimbingan dan masukannya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Listina Ade Widya Ningtyas, S.ST., MPH., selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan banyak waktu untuk memberikan bimbingan.
5. Kepala Puskesmas UPTD Puskesmas Petang II, yang telah memberikan ijin melaksanakan penelitian
6. Keluarga, teman dan kerabat yang telah memberikan semangat dan doa dalam penyusunan skripsi ini

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih perlu disempurnakan. Penulis mengharapkan kritik dan saran membangun dari pembaca, dosen pembimbing atau teman-teman demi perbaikan dan kesempurnaan usulan skripsi. Demikian yang dapat penulis sampaikan, terima kasih.

Denpasar, April 2026

Peneliti

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Chandra Meryanti  
NIM : P07124225114  
Program Studi : Sarjana Terapan  
Kebidanan Jurusan : Kebidanan  
Tahun Akademik : 2025-2026  
Alamat : Br. Samuan Kangin, Carangsari, Petang, Badung,  
Bali

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul "Pengaruh Pijat Tuina pada Bayi Usia 6-24 Bulan Terhadap Peningkatan Berat Badan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting" adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan Perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 17 April 2026

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Chandra Meryanti

NIM P07124225114

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN .....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
RINGKASAN PENELITIAN .....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT .....	x
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Penelitian .....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian .....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
A. Konsep Pijat Tuina .....	8
B. Konsep Berat Badan Bayi .....	18
C. Konsep Stunting .....	26
BAB III KERANGKA KONSEP .....	45
A. Kerangka Konsep .....	45
B. Variabel dan Definisi Operasional .....	46
C. Hipotesis Penelitian .....	48
BAB IV METODE PENELITIAN .....	49
A. Jenis Penelitian.....	49
B. Alur Penelitian.....	50
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	51
D. Populasi dan Sampel .....	51
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	53

F. Pengolahan dan Analisis Data .....	57
H. Etika Penelitian .....	60
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	62
A. Hasil Penelitian .....	62
B. Pembahasan .....	66
C. Keterbatasan Penelitian .....	73
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....	74
A. Simpulan .....	74
B. Saran .....	74
DAFTAR PUSTAKA .....	77
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Literature Review Pijat Tuina .....	15
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	47
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin dan Umur .....	64
Tabel 5.2 Berat Badan Bayi Usia 6-24 Bulan Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Tuina .....	65
Tabel 5.3 Uji Normalitas Data .....	65
Tabel 5.4 Hasil Analisis Perbedaan Berat Badan Bayi Usia 6-24 Bulan Sebelum Dan Setelah Diberikan Pijat Tuina .....	66

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2: Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3: Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*) Sebagai Peserta Penelitian
- Lampiran 4: Instrumen Penelitian
- Lampiran 5: Prosedur Pijat Tuina
- Lampiran 6: Cheklist Keterampilan Pijat Tuina
- Lampiran 7: Rencana Anggaran Biaya Penelitian
- Lampiran 8: Rencana Kegiatan Penelitian
- Lampiran 9: Analisa Hasil
- Lampiran 10: Persetujuan Etik / Ethical Approval
- Lampiran 11: Izin Penelitian dari Dinas Terkait
- Lampiran 12: Izin Penelitian di Lokasi Penelitian
- Lampiran 13: Dokumentasi Pelatihan Pijat Tuina
- Lampiran 14: Dokumentasi Pijat Tuina Pada Grup WA
- Lampiran 15: Dokumentasi Penimbangan Bayi Sebelum dan Sesudah Pijat Tuina