

## OPTIMALISASI KADER POSYANDU MELALUI PIJAT BAYI DALAM PENCEGAHAN STUNTING

Ika Suherlin<sup>1\*</sup>, Nurhidayah<sup>2</sup>, Nancy Olii<sup>3</sup>, Endah Yulianingsih<sup>4</sup>,  
Nurnaningsih Ali Abdul<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Program Studi Diploma Tiga Kebidanan, Poltekkes Gorontalo, Indonesia  
[ikasuhrin@poltekkesgorontalo.ac.id](mailto:ikasuhrin@poltekkesgorontalo.ac.id)

### ABSTRAK

**Abstrak:** Stunting merupakan suatu permasalahan gizi yang terjadi di Indonesia sampai sekarang dan masih belum terselesaikan. Akibat jangka panjang dari stunting yaitu terganggunya perkembangan fisik, mental, intelektual dan kognitif. Stunting dipengaruhi oleh bermacam factor, sehingga dibutuhkan ketepatan pemberian zat gizi dan stimulasi. Pijat atau *stimulus touch* merupakan salah satu upaya pencegahan stunting. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader dan ibu balita tentang pijat bayi. Metode yang digunakan ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi/simulasi. Sasaran kegiatan ini adalah kader dan ibu-ibu yang memiliki balita. Monitoring dan evaluasi berupa *pre* dan *posttest* dengan observasi langsung dan *home visite* setiap minggu selama 4 minggu kegiatan. Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kemampuan peserta dengan hasil pre-test 65% dan post-test 85% dan evaluasi melalui ceklist pijat bayi saat kader melakukan demonstrasi dan simulasi peserta dalam melakukan pijat bayi 96,6% serta terdapat 15 bayi dan balita yang mengalami peningkatan BB dan TB.

**Kata Kunci:** Kader; Stunting; Pijat Bayi.

**Abstract:** *Stunting is a nutritional problem that occurs in Indonesia to this day and is still not resolved. The long-term consequences of stunting are disruption of physical, mental, intellectual and cognitive development. Stunting is influenced by various factors, so it is necessary to provide nutrition and stimulation. Massage or stimulus touch is one of the efforts to prevent stunting. The aim of this activity is to increase the knowledge and skills of cadres and mothers of toddlers regarding baby massage. The methods used are lectures, questions and answers, and demonstrations/simulations. The target of this activity is 20 cadres and mothers who have toddlers, monitoring and evaluation in the form of pre and posttests by observation directly and home visits every week for 4 weeks of activity. The results of this activity showed an increase in participants' knowledge and abilities with pre-test results of 65% and post-test 85% and evaluation through a baby massage checklist when cadres carried out demonstrations and simulations of participants in carrying out baby massage 96.6% and there were 15 babies and toddlers who experienced an increase in BW and TB.*

**Keywords:** *Optimization; Stunting; Baby Massage.*



#### Article History:

Received: 22-07-2024

Revised : 23-08-2024

Accepted: 26-08-2024

Online : 01-10-2024



*This is an open access article under the  
CC-BY-SA license*

## A. LATAR BELAKANG

Stunting merupakan suatu permasalahan gizi yang terjadi di Indonesia sampai sekarang dan masih belum terselesaikan. Akibat jangka panjang dari stunting yaitu terganggunya perkembangan fisik, mental, intelektual dan kognitif. Apabila terjadi stunting pada anak sampai umur 5 tahun dan susah untuk diperbaiki, serta kejadian stunting akan berlanjut sampai dewasa dan menyebabkan resiko kelahiran BBLR (Berat Badan Lahir Rendah) (Meliaty, 2020). Stunting juga menggambarkan hambatan yang terjadi pada pertumbuhan fisik dengan ditandai pengurangan kecepatan pertumbuhan serta akibat yang disebabkan karena ketidakseimbangan gizi. Berdasarkan *World Health Organization, Child Growth Standard*, stunting adalah berdasarkan pada indeks panjang badan dibandingkan dengan usia, dengan batas *z-score* kurang dari -2 SD2 (UNICEF et al., 2023).

Berdasarkan The ASEAN SDG Snapshot tahun 2022 menyebutkan bahwa angka stunting di Asia Tenggara sebesar 25,4% dan diketahui berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 bahwa prevalensi balita stunting di Indonesia mengalami penurunan menjadi 21,6% (2022) dari 27,7% (2020) (ASEAN, 2022; Kemenkes RI, 2022). Prevalensi stunting tersebut masih melebihi batas dari standar WHO harus di angka kurang dari 20% dan target RJPM yaitu 14% untuk tahun 2024 dan (Kemenkes, 2023). Stunting dipengaruhi oleh berbagai faktor, sehingga diperlukan upaya secara menyeluruh untuk penanganannya. (Islami & Khourouh, 2021). Salah satu penyebab stunting ialah kurangnya nutrisi jangka panjang, terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan anak, atau dari masa kehamilan hingga dua tahun pertama kehidupan anak. Deteksi efektif stunting pada 1.000 HPK, yaitu dari awal kehamilan hingga usia 23 bulan (Kemenkes RI, 2023).

Anak yang sehat menjadi tujuan dan dambaan setiap orang sehingga penanganan stunting pada anak sangat penting, dan anak merupakan investasi suatu negara. Untuk mencapai kesehatan yang maksimal diperlukan upaya secara menyeluruh, salah satunya dengan pemberian gizi dan stimulasi yang tepat akan menjadikan anak yang sehat baik fisik, psikis dan intelektual. Berdasarkan hal itu, maka pentingnya pemberian edukasi pada ibu terkait pola makan dan pola asuh. Pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi yang bertujuan agar pertumbuhan dan perkembangan bayi optimal (Apriyani & Purwani, 2023; Apriyanti, 2021; Fahrina & Taupik, 2023).

Massage atau pijat bayi yang sering disebut dengan *stimulus touch* mengandung unsur sentuhan berupa kasih sayang, suara atau bicara, perhatian, Gerakan, pandangan mata dan pijatan. Bayi yang mendapatkan pijatan akan mengalami peningkatan berat badan karena dengan diaktifkannya insulin yang merubah glukosa menjadi glikogen (jangka pendek) dan penyimpanan lemak untuk mendukung pertumbuhan dengan menstimulasi sel pertumbuhan (Abdul et al., 2023). Berdasarkan hal itu

maka dilakukan pengabdian masyarakat dengan tema “Terapi Pijat Sebagai Optimalisasi Kader Posyandu dalam Penurunan Bayi dan Balita Stunting di Desa Dunggala”.

Desa Dunggala yang merupakan salah satu desa di Provinsi Gorontalo memiliki angka stunting sebesar 25,1%, yang mana hal ini masih di atas rerata nasional pada tahun 2022 yaitu 24,4% dan masih di atas angka toleransi WHO yaitu 20% (Adjid et al., 2024). Berdasarkan data tahun 2021 dari Puskesmas Tapa diperoleh bahwa Desa Dunggala terdapat 14 kasus stunting. Pada wilayah ini tergambar bahwa semua bayi dan balita stunting berada di lingkungan yang tempat tinggalnya di perbukitan, dimana hampir semua penduduknya bekerja sebagai petani, sehingga kesibukan orang tua yang bekerja menyebabkan penyediaan makanan dengan zat gizi yang baik sering terabaikan karena dianggap bukan menjadi hal utama dalam keluarga.

Kader Posyandu dapat berperan dalam memberikan informasi dan dapat memotivasi orangtua untuk ikut memantau pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita. Tujuan pengabdian masyarakat adalah mengoptimalkan terapi pijat pada bayi dan balita sehingga terjadi peningkatan nafsu makan anak dan waktu tidur bayi dan balita menurunkan kasus stunting. Target capaian pengabdian masyarakat ini diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu tentang pijat bayi sehingga akan menyebarkan informasi dan keterampilan tersebut ke ibu-ibu yang mempunyai bayi dan balita.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Dunggala Provinsi Gorontalo yang merupakan daerah lokasi stunting. Kegiatan ini merupakan kegiatan edukasi tentang pemberian keterampilan pijat bayi/balita. Pijat bayi sangat mudah dilakukan oleh semua orang sehingga diharapkan bahwa kader Posyandu dapat menularkan kepada masyarakat khususnya para ibu. Alat dan bahan yang digunakan adalah poster cara pijat bayi, minyak zaitun dan handuk dan didukung oleh instruktur pelatih yang merupakan terapis untuk pijat bayi. Sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah kader Posyandu dan ibu-ibu yang mempunyai bayi dan balita di wilayah desa Dunggala sejumlah 20 orang yang akan melaksanakan praktik pijat bayi. Tahapan pelaksanaan kegiatan ini adalah sebagai berikut:

### **1. Persiapan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan bersama dengan mahasiswa jurusan kebidanan semester V, dengan awal tahapan yaitu melakukan identifikasi masalah di lapangan, berkoordinasi dengan pihak puskesmas dan desa, pendataan bayi balita stunting, persiapan instrumen yang akan digunakan berupa masker, minyak zaitun, poster cara pijat bayi, handuk dan persiapan lokasi berfokus pada Desa Dunggala.

## 2. Pelaksanaan

Kegiatan dimulai dengan peserta mengisi daftar hadir peserta, mengisi *informed consent* kemudian dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan bayi/balita oleh mahasiswa jurusan kebidanan poltekkes kemenkes Gorontalo, dan pengisian kuesioner pretest, yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman kader tentang pijat bayi sehat dalam upaya pencegahan stunting pada anak balita. Dilanjutkan dengan pembagian *goody bag* berisikan poster cara pijat bayi, minyak zaitun, masker, sabun cuci tangan, handuk, buku tulis dan pulpen, pemberian edukasi tentang cara pijat oleh tim dosen jurusan kebidanan poltekkes kemenkes Gorontalo. Peserta dalam kegiatan ini adalah kader posyandu sebanyak 5 orang dan ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita sebanyak 15 orang. Setelah kegiatan ini dilakukan, dilanjutkan dengan *home visit* setiap minggu selama 4 minggu bersama kader dan tim pengabmas mendampingi dalam kegiatan tersebut.

## 3. Evaluasi

Pada akhir acara, tim pengabdian masyarakat melakukan evaluasi hasil kegiatan dengan cara mengisi kuesioner *posttest*. Tujuan dari kegiatan *posttest* ini adalah untuk menilai sejauh mana peningkatan pengetahuan ibu dalam upaya pencegahan stunting melalui pijat bayi. Evaluasi selanjutnya yaitu dengan menilai melalui ceklist pijat bayi saat kader melakukan demonstrasi dan simulasi. Evaluasi setelah kegiatan *home visit* selama 4 minggu adalah tim pengabdian masyarakat melakukan kegiatan pengukuran BB dan TB setelah dilakukan pijat bayi.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Tahap Persiapan

Sebelum kegiatan ini dilakukan, tim telah melakukan koordinasi dengan mitra terlebih dahulu. Melakukan perizinan terlebih dahulu ke Puskesmas, kader posyandu desa Dunggala wilayah kerja Puskesmas Tapa untuk terlaksananya kegiatan pengabdian Masyarakat ini. Hasil dari koordinasi mitra dan perizinan sangat memuaskan dalam memberikan izin, dan proses perizinan serta koordinasi mengambil waktu kurang lebih 1 minggu menyesuaikan jadwal kader dan ibu-ibu yang mempunyai bayi dan balita. Kemudian pembagian tugas kepada masing-masing tim dosen dan mahasiswa pengabdian Masyarakat.

### 2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dihadiri juga oleh 2 petugas kesehatan yaitu bidan dari Puskesmas Tapa. Sebelum kegiatan berlangsung, para peserta mengisi daftar hadir terlebih dahulu. Peserta yang sudah mengisi daftar hadir diberikan lembar kuesioner pretest terlebih dahulu kepada seluruh peserta yakni para kader yang datang

dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman kader tentang pijat bayi dalam upaya pencegahan stunting pada anak balita. Kegiatan pemberian edukasi di desa Dunggala diawali dengan perkenalan dari tim pengabmas yaitu 3 orang dosen dan 2 orang mahasiswa jurusan kebidanan semester V, yang membantu pelaksanaan kegiatan.

Demonstrasi pijat bayi dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat sebanyak dua kali pada manekin bayi, dan segera dipraktekkan oleh peserta ke masing-masing manekin bayi. Materi yang disampaikan dengan demonstrasi secara langsung menggunakan media poster dan didampingi oleh tim pengabdian masyarakat dapat memberikan peningkatan minat dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi, ibu bisa secara langsung mempraktikkan cara pijat bayi yang baik dan benar dan urutan melakukan pijat bayi, seperti pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Demostrasi Pijat Bayi oleh Tim Pengabmas

Dari hasil kegiatan pengabmas ini, 15 bayi/balita dengan usia 6-36 bulan diberikan pijat bayi setiap minggu selama 4 minggu secara berkelanjutan. Tim pengabdian masyarakat mendampingi kader dalam melakukan pijat bayi di rumah ibu yang mempunyai bayi dan balita, seperti Gambar 2.



**Gambar 2.** Pendampingan kader dalam melakukan Pijat Bayi

### 3. Tahap Evaluasi

Evaluasi hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan hasil pengetahuan para peserta kegiatan di desa Dunggala wilayah kerja Puskesmas Tapa, seperti terlihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Nilai rerata Pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan edukasi

No.	Pengetahuan sasaran	Rerata Nilai
1	Pre-test	65%
2	Post-test	85%

Hasil pretest menunjukkan rata-rata pengetahuan kader dan ibu-ibu rerata 65%, hal ini menunjukkan ibu-ibu peserta pengetahuannya masih kurang tentang cara pijat bayi. Setelah diberikan edukasi tentang cara pijat bayi, tingkat pengetahuan ibu-ibu mengalami peningkatan menjadi rerata 85%. Evaluasi selanjutnya yaitu dengan menilai melalui ceklist pijat bayi saat kader melakukan demonstrasi dan simulasi, hal ini terlihat dari hasil akhir keterampilan kader dan ibu dalam melakukan pijat bayi 96,6%.

Setelah kegiatan pelatihan, kader-kader yang dilatih sebelumnya, dimotivasi untuk mempraktekkan keterampilan yang didapatkan saat kegiatan di wilayah kerjanya masing-masing. Praktek langsung pada kader kesehatan, maka akan dapat memberikan manfaat khususnya pada balita yang dipijat. Pijat balita yang merupakan salah satu kearifan lokal yang dilakukan oleh kader ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan stimulasi pijat bayi terhadap perkembangan berat badan. Praktek pijat bayi ini juga dapat meningkatkan antusiasme para ibu bayi mempraktekkan sendiri pijat ini (Devriany et al., 2022; Nurhayati, 2022; Wijayanti et al., 2024).

**Tabel 2.** Nilai rerata pengukuran BB dan TB pada bayi dan balita

No.	Pengukuran	Jumlah Bayi dan Balita	Rerata		
			Sebelum	sesudah	Kenaikan rerata
1	Berat Badan (kg)	15	8.7	9.22	0.55
2	TB (cm)		74.25	75.3	1.09

Berdasarkan Tabel 2. menunjukkan bahwa terjadi peningkatan berat badan dan tinggi badan setelah dilakukan pijat bayi kepada bayi dan balita. Bayi yang mendapat pijatan secara teratur akan lebih rileks dan tenang karena adanya sentuhan dan rangsangan yang diberikan melalui pijatan (Anggraini & Sari, 2020; Gani et al., 2023; Kusumawati & Listiana, 2022; Sulastri et al., 2022).

#### 4. Kendala Pelaksanaan

Kendala yang dihadapi saat pelaksanaan kegiatan adalah kesibukan responden sebagai kader posyandu yang mempunyai tugas lain dari desa sehingga waktu berkumpul tidak secara bersamaan sehingga perlu komitmen dari kader posyandu dan kepala desa serta bidan desa untuk pelaksanaan kegiatan selanjutnya.

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian masyarakat ini diberikan kepada 5 orang kader dan 15 ibu yang memiliki bayi dan balita dilakukan dengan pemberian penyuluhan tentang cara pijat bayi, pemberian poster dan demonstrasi langsung pijat bayi dalam upaya pencegahan stunting. Semua ibu, bayi dan balita dalam keadaan baik selama pelaksanaan kegiatan, terdapat peningkatan rerata pengetahuan dari 65% menjadi 85%. Untuk ketrampilan semua sasaran yang sudah terampil dalam melakukan pijat bayi yaitu 96,5%. Harapannya kader yang sudah diberikan edukasi dan dilatih ketrampilan, akan mampu memberdayakan dirinya, keluarga dan orang lain disekitarnya sebagai upaya mencegah stunting.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian masyarakat Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Gorontalo mengucapkan Terima Kasih kepada Puskesmas dan pihak aparat desa yang telah memfasilitasi kegiatan ini sehingga bisa berlangsung dengan baik dan sukses, ucapan terima kasih untuk kader dan ibu-ibu yang disela-sela kesibukannya sudah bersedia berpartisipasi dalam kegiatan ini.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Abdul, N. A., Suherlin, I., Harun, D., Olli, N., & Astuti, S. C. D. (2023). Pemberdayaan Ibu Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(1), 462. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i1.12232>
- Adjid, A. A., Haji Jafar, C. P. S., & Mohamad, R. W. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang MP-ASI Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 2-5 Tahun Di Kecamatan Tapa Bone Bolango. *An Idea Health Journal*, 4(02), 105–112. <https://doi.org/10.53690/ihj.v4i02.315>
- Anggraini, R. D., & Sari, W. A. (2020). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi 0 - 6 Bulan. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 10(1), 25–32.
- Apriyani, T., & Rani Purwani. (2023). Edukasi Pijat Bayi Untuk Mendukung Tumbuh Kembang Bayi Dan Meningkatkan Pengetahuan Ibu. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(2), 437–442. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Apriyanti, T. (2021). Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Kejadian Stunting Anak Usia 12-59 Bulan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(1), 37–42. <https://doi.org/10.32584/jika.v4i1.959>
- ASEAN. (2022). *The 2022 ASEAN SDG Snapshot Report*. 1–24.
- Devriany, A., Handini, K. D., Emilia, & Febrianti, R. (2022). Sentra Backrolling Massage: Alternatif Pengembangan Sahabat-ASI Di Kelurahan Ketapan Kota Pangkalpinang. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 135–144. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v1i2.69>

- Fahrina, N., & Taupik, M. (2023). Implementasi Kebijakan Pencegahan Dan Percepatan Penurunan Stunting Dalam Perbaikan Gizi Anakdi Desa Simpung Layung Kecamatan Muara Uya Kabupaten Tabalong. *Japb*, 6(2), 1360–1379.
- Gani, M., Putri, C. P., Zakaria, R., Nurhidayah, N., Podungge, Y., & Claudia, J. G. (2023). Pencegahan Stunting Pada Bayi Usia 6 - 24 Bulan Dengan Pendekatan Humanis Melalui Teknik Baby Massage. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(2), 1910. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i2.13045>
- Islami, N. W., & Khourouh, U. (2021). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi balita stunting dan tantangan pencegahannya pada masa pandemi. *Karta Raharja*, 3(2), 6–19. <http://ejurnal.malangkab.go.id/index.php/kr>
- Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). *Kemenkes*, 235.
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
- Kusumawati, R. M., & Listiana. (2022). Gambaran Massage Bayi Sehat Dan Tumbuh Kembang Pada Bayi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 21(1), 14–19.
- Meliati, L. (2020). Edukasi Ibu Hamil dan Praktik Bayi dalam Upaya Penanggulangan Stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(6), 1323–1333.
- Nurhayati. (2022). *Penyuluham Praktek Pijat Bayi Pada Bayi Di Desa Manunggang Jae Kecamatan Padang Sidempuan Tenggara*. 4(3).
- Sulastri, D. A., Hartotok, & Muawanah, S. (2022). Hubungan Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Di RIU Mom Kids Baby SPA Sukoharjo Kbaupaten Pati. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 43–52.
- Sutanto, A. V., & Fitriana, Y. (2015). *Asuhan pada Kehamilan*.
- UNICEF, WHO, & WORLD BANK. (2023). Level and trend in child malnutrition. *World Health Organization*, 4. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240073791>
- Wijayanti, H. N., Setyaningsih, D., Masrurroh, M., Novika, A. G., Widayati, T., Susanti, S., Angelika, M. D., Sanusi, A., & Apriyani, D. (2024). Capacity Building Keluarga Rawan Stunting (Catyng Gawanting) melalui Asuhan Komplementer. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(5), 1998–2009. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i5.13765>