



Pemberdayaan Kader dengan Pelatihan Pencegahan Stunting melalui Pijat Bayi dan Anak

**Dewy Haryanti Parman¹, Nikmah Fitria Hanif², Tyas Restiana³, Hikma Yanti⁴,
Siti Nurjanna Agung⁵, Yuni Susmianingsih⁶, Triayunisa⁷, Ayu Olivia
Marwinda⁸, Melly Marchelin⁹, Julita¹⁰, Roland Kahang¹¹, Indra Muharam¹²,
Heskel Gracia Loti¹³**

Program Studi Keperawatan^{1,4}, Program Studi Teknologi Hasil Perikanan², Program
Studi Manajemen³, Program Studi Ilmu Hukum^{5,9}, Program Studi Ekonomi
Pembangunan⁶, Program Studi Pendidikan Matematika⁷, Program Studi Pendidikan
Biologi⁸, Program Studi Agribisnis¹⁰, Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar¹¹,
Program Studi Pendidikan Bahasa Indonesia¹², Program Studi Bimbingan dan
Konseling¹³

Universitas Borneo Tarakan

e-mail: tyasrestiana9@gmail.com

Abstrak

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga diperlukan upaya pencegahan melalui pemberdayaan kader kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh mahasiswa KKN Universitas Borneo Tarakan dan Dosen Pendamping Lapangan di Desa Malinau Kota bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam pencegahan stunting melalui pelatihan pijat bayi dan anak di Posyandu Kusuma Jaya. Kegiatan diikuti 54 peserta yang terdiri atas kader posyandu dan mahasiswa. Metode meliputi penyuluhan, diskusi, demonstrasi, dan praktik menggunakan phantom serta bayi. Materi mencakup stunting, teknik pijat bayi, Resusitasi Jantung Paru (RJP), serta penanganan tersedak pada bayi dan anak. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman dan keterampilan peserta dalam melakukan pijat bayi dan penanganan tersedak. Kegiatan ini mendukung pemberdayaan kader dalam meningkatkan kesiapan memberikan edukasi dan pelayanan kesehatan kepada Masyarakat

Kata Kunci: *Kader Kesehatan, Pelatihan, Pemberdayaan Masyarakat, Pijat Bayi, Stunting.*

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that affects children's growth and development; therefore, preventive efforts are necessary through the empowerment of health cadres. This community service activity, conducted by students participating in the Community Service Program (KKN) of the University of Borneo Tarakan and their field supervisor lecturers in Malinau Kota Village, aimed to enhance the knowledge and skills of cadres in stunting prevention through baby and child massage training at the Kusuma Jaya Integrated Health Post (Posyandu). A total of 54 participants, consisting of posyandu cadres and students, took part in this activity. The methods employed included health education sessions, group discussions, demonstrations, and hands-on practice using mannequins and actual infants. The training materials covered stunting, baby massage techniques, Cardiopulmonary Resuscitation

(CPR), and choking management for infants and children. The results indicated a significant improvement in the participants' understanding and skills in performing baby massage and managing choking incidents. Ultimately, this activity supports the empowerment of health cadres by enhancing their preparedness to provide health education and services to the community.

Kata Kunci: *Community Empowerment, Training, Health Volunteers, Infant Massage, Stunting.*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada balita akibat kekurangan gizi kronis, terutama pada masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan. Balita dikategorikan mengalami stunting apabila memiliki nilai indeks panjang badan menurut umur (PB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 standar deviasi berdasarkan standar pertumbuhan WHO (Panggalo et al., 2020). Permasalahan stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga memengaruhi perkembangan otak, kemampuan belajar, sistem kekebalan tubuh, serta produktivitas ketika memasuki usia dewasa. Oleh karena itu, stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang menjadi prioritas penanganan di Indonesia.

Upaya pencegahan stunting tidak hanya berfokus pemenuhan kebutuhan gizi, stimulasi yang diberikan sejak dini juga berperan penting dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Stimulasi yang dilakukan secara tepat dan berkesinambungan dapat mengoptimalkan perkembangan motorik, kognitif, bahasa, serta sosial emosional anak (Soetjiningsih & Ranuh, 2018). Salah satu bentuk stimulasi yang dapat dilakukan sejak dini adalah pijat bayi (Kumaladewi & Kusumah, 2023). Pijat bayi merupakan stimulasi sentuhan yang mampu memberikan manfaat fisiologis maupun psikologis, seperti melancarkan sirkulasi darah, meningkatkan fungsi pencernaan, memperbaiki kualitas tidur, serta mempererat ikatan emosional (*bonding attachment*) antara ibu dan bayi (Sukamti et al., 2024). Dengan demikian, pijat bayi dapat menjadi salah satu upaya pendukung dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak dan mendukung pencegahan stunting apabila dilakukan secara rutin (Mopangga et al., 2024). Implementasi pijat bayi sebagai bagian dari stimulasi tumbuh kembang terbukti mampu meningkatkan pengetahuan ibu mengenai teknik pijat bayi sekaligus mendukung upaya pencegahan stunting pada balita (Haryani et al., 2023). Penerapan pijat bayi secara rutin dapat membantu meningkatkan berat badan bayi, memperbaiki kualitas tidur, serta mendukung pertumbuhan yang optimal sehingga menjadi salah satu upaya pendukung dalam pencegahan stunting (Purwanti & Mildiana, 2021).

Keberhasilan pencegahan stunting juga dipengaruhi oleh peran kader kesehatan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan di masyarakat. Kader memiliki peran dalam memberikan edukasi, pendampingan, serta menyampaikan informasi kepada keluarga mengenai upaya pencegahan stunting (Juniarti et al., 2025). Oleh karena itu, peningkatan kapasitas kader

melalui pelatihan menjadi salah satu strategi penting untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan di tingkat masyarakat. Sejalan dengan yang dilakukan oleh Erlina et al. (2025) setelah dilakukan edukasi tentang pijat bayi, pengetahuan kader terjadi peningkatan menjadi katagori baik 91%, cukup 9 % dibandingkan sebelum edukasi pengetahuan pada katagori baik hanya 9% dan cukup 27%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pelatihan dan pembekalan keterampilan pijat bayi efektif dalam meningkatkan kompetensi kader sehingga mereka lebih siap memberikan edukasi dan pendampingan kepada ibu balita.

Berdasarkan hasil observasi dan koordinasi dengan pemerintah desa serta kader kesehatan di Desa Malinau Kota, masih diperlukan peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader mengenai praktik pijat bayi sebagai salah satu bentuk stimulasi tumbuh kembang anak. Selain itu, edukasi kepada ibu balita mengenai manfaat pijat bayi belum dilakukan secara optimal sehingga diperlukan kegiatan pemberdayaan kader melalui pelatihan yang bersifat praktis dan aplikatif. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan kemampuan kader dalam memberikan edukasi, pendampingan, serta praktik pijat bayi kepada masyarakat sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting. Kegiatan edukasi yang dipadukan dengan teknik *baby massage* memberikan kesempatan kepada ibu dan kader untuk memahami manfaat stimulasi dini serta mempraktikkan teknik pijat bayi secara mandiri sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting pada usia 6–24 bulan (Gani et al., 2023). Berbagai intervensi stimulasi, termasuk *baby massage*, berkontribusi terhadap upaya pencegahan stunting melalui peningkatan pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal (Sutrisna et al., 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan melalui pelatihan pijat bayi sebagai salah satu upaya stimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak dalam mendukung pencegahan stunting di Desa Malinau Kota.

METODE

Kegiatan ini merupakan Pengabdian kepada Masyarakat yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan kader kesehatan dalam upaya pencegahan stunting melalui pelatihan pijat bayi dan anak. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Kusuma Jaya, Desa Malinau Kota, dengan melibatkan 54 peserta yang terdiri atas kader posyandu dan mahasiswa dari 11 program studi Universitas Borneo Tarakan. Metode yang digunakan meliputi pendidikan masyarakat dan pelatihan. Pendidikan masyarakat dilaksanakan melalui penyuluhan mengenai stunting, manfaat pijat bayi, Basic Life Support (BLS), Resusitasi Jantung Paru (RJP), serta penanganan tersedak (*choking*). Selanjutnya, pelatihan dilakukan melalui demonstrasi teknik pijat bayi menggunakan *phantom* yang dilanjutkan dengan praktik langsung pada bayi di

bawah pendampingan tenaga kesehatan. Tahapan kegiatan meliputi persiapan, penyampaian materi, diskusi, demonstrasi, praktik, dan evaluasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun materi yang dipaparkan meliputi edukasi mengenai stunting meliputi pengertian pijat bayi, pengaruh pijat bayi terhadap anatomi fisiologi tubuh, kulit & syaraf, sistem peredaran darah, fisiologi tubuh yang terpengaruh, efek terhadap sistem pencernaan, efek terhadap hormon pertumbuhan, efek terhadap hormon tubuh, efek terhadap gelombang otak, manfaat stimulasi pijat untuk orang tua, persiapan pijat bayi, dan posisi memijat. Sebelum mengikuti kegiatan, sebagian besar kader dan peserta masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai manfaat pijat bayi sebagai salah satu upaya pendukung pencegahan stunting. Sebagian peserta menganggap pijat bayi hanya bertujuan membuat bayi lebih rileks dan belum mengetahui manfaatnya terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Edukasi mengenai pijat bayi memberikan pemahaman kepada peserta bahwa stimulasi dini berperan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga dapat menjadi salah satu upaya preventif terhadap stunting (Oktaviana et al., 2024).

Melalui kegiatan penyuluhan dan diskusi interaktif, peserta memperoleh pemahaman mengenai pentingnya stimulasi tumbuh kembang melalui pijat bayi. Selain meningkatkan pengetahuan mengenai teknik pijat yang benar, peserta juga memahami bahwa pijat bayi dapat membantu meningkatkan kualitas tidur, memperlancar sirkulasi darah, meningkatkan aktivitas nervus vagus, serta mendukung peningkatan frekuensi menyusui.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi teknik pijat bayi menggunakan *phantom* sebagai media pembelajaran. Selanjutnya, peserta mempraktikkan teknik pijat bayi secara langsung pada bayi di bawah pendampingan tenaga kesehatan. Tahapan praktik meliputi persiapan alat, posisi bayi, teknik pijatan pada kaki, perut, dada, tangan, wajah, dan punggung sesuai prosedur yang benar. Pelatihan yang disertai demonstrasi dan praktik langsung terbukti efektif meningkatkan kemampuan kader kesehatan dalam melakukan pijat bayi sesuai prosedur sehingga keterampilan tersebut dapat diterapkan kembali kepada masyarakat (Taqwin et al., 2022).

Selain edukasi mengenai pencegahan stunting, kegiatan ini juga memberikan edukasi tambahan tentang *Basic Life Support* (BLS), Resusitasi Jantung Paru (RJP), dan choking management sebagai upaya meningkatkan kapasitas kader dalam menghadapi kondisi kegawatdaruratan pada bayi dan anak. *Basic Life Support* (BLS) merupakan tindakan pertolongan dasar yang bertujuan mempertahankan jalan napas, pernapasan, dan sirkulasi korban hingga memperoleh penanganan medis lebih lanjut (Pujianto et al., 2022). Salah satu tindakan utama dalam BLS adalah Resusitasi Jantung Paru (RJP), yaitu pemberian kompresi dada yang dikombinasikan dengan bantuan napas pada

korban yang mengalami henti jantung atau henti napas guna mempertahankan aliran darah dan oksigen ke organ vital (Musniati et al., 2023). Selain itu, choking management merupakan penanganan awal pada kondisi tersedak akibat sumbatan benda asing di jalan napas dengan teknik yang disesuaikan berdasarkan usia korban, sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi yang lebih berat



Gambar 1. Sambutan Kepala Desa Malinau Kota



Gambar 2. Praktik Pijat Bayi



Gambar 3. Foto Bersama Kader Desa Malinau Kota

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pemberdayaan kader melalui pelatihan pijat bayi merupakan salah satu strategi yang efektif dalam mendukung upaya pencegahan stunting di tingkat masyarakat. Selain meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader, kegiatan ini juga

memperkuat peran kader sebagai edukator dalam memberikan informasi kepada keluarga mengenai stimulasi tumbuh kembang anak. Keberhasilan kegiatan tidak terlepas dari kolaborasi antara pemerintah desa, kader posyandu, tenaga kesehatan, dan mahasiswa KKN. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan agar pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh dapat diterapkan secara optimal dalam mendukung pencegahan stunting.

SIMPULAN

Pelatihan pencegahan stunting melalui pijat bayi dan anak berhasil meningkatkan pengetahuan serta keterampilan kader kesehatan mengenai teknik pijat bayi yang benar sebagai salah satu bentuk stimulasi tumbuh kembang anak. Kegiatan yang dilaksanakan melalui penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung juga meningkatkan kesiapan kader dalam memberikan edukasi kepada keluarga mengenai pencegahan stunting. Selain itu, pemberian materi Resusitasi Jantung Paru (RJP), dan penanganan tersedak turut memperkuat kapasitas kader dalam menghadapi kondisi kegawatdaruratan pada bayi dan anak. Kolaborasi antara pemerintah desa, kader posyandu, tenaga kesehatan, dan mahasiswa menjadi faktor pendukung keberhasilan kegiatan. Oleh karena itu, pelatihan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan untuk mendukung upaya pencegahan stunting di tingkat masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Erlina, Fitriyani, A., & Fatiyani. (2025). Edukasi kader Ceting Depiting (Cegah Stunting dengan Pijat Bayi Stunting) pendamping keluarga stunting di wilayah kerja Puskesmas Muara Satu Kota Lhokseumawe. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 7(1), 67–77. <https://doi.org/10.36565/jak.v7i1.837>
- Gani, M., Putri, C. P., Zakaria, R., Nurhidayah, 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), 1910–1917. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i2.13045>
- Haryani, S., Astuti, A. P., & Sari, K. (2023). Implementasi pijat bayi sebagai upaya pencegahan stunting pada anak balita di wilayah Kelurahan Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 6(1). <https://doi.org/10.35473/ijce.v6i1.3153>
- Juniarti, R. A., Darwis, A., Ali, S. A., & Putri, I. P. (2025). Peran ibu dalam penerapan pijat bayi sebagai upaya pencegahan stunting. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 15(1). <https://doi.org/10.35328/kebidanan.v15i1.3220>
- Kumaladewi, F., & Kusumah, D. F. (2023). Efektivitas pijat bayi, baby gym dan baby swim terhadap tumbuh kembang bayi usia 6–12 bulan. *Health Research Journal of Indonesia*, 1(3), 116–122. <https://doi.org/10.63004/hrji.v1i3.101>
- Mopangga, N., Suherlin, I., Porouw, H. S., Amu, M., Rasyid, P. S., Mohamad, S., Yulianingsih, E., Violentina, Y. D. S., Olii, N., & Podungge, Y. (2024). Pencegahan stunting melalui pengaplikasian *baby massage*. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(1), 1021–1030.

<https://doi.org/10.31764/jmm.v8i1.20386>

- Musniati, M., Aisyah, S., Sulastien, H., Pujiningsih, E., & Zulfa, E. (2022). Pengenalan Bantuan Hidup Dasar (BHD) dengan Resusitasi Jantung Paru (RJP) pada Masyarakat Awam. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(4), 761-766.
- Oktaviana, F., Widyawati, E., & Handayani. (2024). Health education of parents about baby massage for stunting toddler in the working area of the Sumbergempol Puskesmas 2024. *Journal of Community Service for Health*, 5(1).
- Panggalo, Z.S., Darwis., & Hasriana, (2020). Faktor yang mempengaruhi kejadian stunting pada anak di wilayah kerja Puskesmas Taraweang Kabupaten Pangkep. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(4), 350-355.
- Pujianto, A., Ose, M. I., Wahyudi, D. T., Hidayat, N., Handayani, F., & Lestari, E. M. (2022). Pelatihan bantuan hidup dasar untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penanggulangan gawat darurat pada relawan Palang Merah Indonesia. *Borneo Community Health Service Journal*, 2(2), 29-33. <https://doi.org/10.35334/neotyce.v2i2.2724>
- Purwanti, T., & Mildiana, Y. E. (2021). Upaya Pencegahan Stunting Pada Bayi dengan Baby Massage. *Jurnal Abdi Medika*, 1(1), 1-7.
- Soetjiningsih, Ranuh, G. (2018). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sukamti, S., Junengsih., Aticeh., & Sriwenda, D. (2024). *Baby massage is useful in stunting prevention*. *Women, Midwives and Midwifery*, 4(1), 1-7. <https://doi.org/10.36749/wmm.4.1.1-7.2024>
- Sutrisna, E., Maulida, H., Saputra, F., Yunitasari., Ardila, A., Suriani, & Ristiani. (2025). *Moringa leaves-added food, baby massage, and Tui Na massage to reduce stunting rate on young children in Indonesia*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 21(2). <https://doi.org/10.15294/kemas.v21i2.24094>
- Taqwin, T., Linda, L., Suryani, L., & Sulistiani, I. (2022). Pelatihan pijat bayi sehat pada kader kesehatan di Loli Kecamatan Banawa Kabupaten Donggala. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 926-932. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i4.1336>