

PELATIHAN PIJAT CEGAH STUNTING KOMUNITAS IBU CERDAS ASI EKSKLUSIF DESA BIIH

Rida' Millati¹⁾, Milasari²⁾, Herda Ariyani³⁾, Nadya Puteri⁴⁾

^{1,2,4)}Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

³⁾ Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

rida.millati@umbjm.ac.id

Abstract

Stunting is a condition of chronic malnutrition that impedes the growth and development of children. In Biih Village in the Karang Intan subdistrict of the Banjar regency, the incidence of stunting remains relatively high. One intervention that can promote the growth and development of stunted infants is infant massage, which has been proven to provide various benefits. Additionally, postpartum massages, such as the Oketani massage, Oxytocin massage, and breast massage, are effective in increasing milk production, which supports the prevention of stunting. However, many breastfeeding mothers in the village, especially cadres, lack the knowledge and skills to perform massages properly. Therefore, the baby massage training program was conducted to increase the knowledge of cadre and mothers with stunted babies. The training used lecturing, demonstrations, and small group discussions. The results showed a significant increase in maternal knowledge after the training: the good category increased by 80%, while the moderate category decreased by 20%. In conclusion, this training effectively improves mothers' understanding of proper massage techniques and their benefits for infants and breastfeeding mothers.

Keywords: Stunting, Knowledge, Massage, Mother, Baby.

Abstrak

Stunting merupakan kondisi kekurangan gizi kronis yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Di desa Biih Kecamatan Karang Intan Kabupaten Banjar, angka kejadian stunting masih tergolong tinggi. Salah satu intervensi yang dapat mendukung tumbuh kembang bayi stunting adalah pijat bayi, yang terbukti memiliki berbagai manfaat. Selain itu, pijat pada ibu nifas yang disebut pijat Oketani, Oksitosin dan pijat payudara efektif dalam meningkatkan produksi ASI yang akan menunjang pencegahan stunting. Namun, banyak ibu menyusui di desa tersebut belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam melakukan pijat terutama kader dan ibu menyusui. Oleh karena itu, pelatihan pijat bayi dilakukan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan ibu kader dan ibu yang memiliki bayi stunting. Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan dengan metode ceramah, demonstrasi, dan diskusi kelompok kecil. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan ibu setelah pelatihan, dengan peningkatan kategori baik sebesar 80%, dan penurunan pada kategori cukup sebesar 20%. Kesimpulannya, pelatihan pijat ini efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai teknik pijat yang benar dan manfaatnya bagi bayi dan ibu menyusui.

Keywords: Stunting, Pengetahuan, Pijat, Ibu, Bayi.

PENDAHULUAN

Kabupaten Banjar saat ini masih berhadapan dengan masalah stunting. Untuk tahun 2024, data dari Kemenkes

bulan Mei 2024, untuk prevalensi stunting berdasarkan hasil SSGI 2024, berada di angka 32,3 persen (severely stunting 5,7 persen dan stunting 26,6 persen). Khususnya di desa binaan

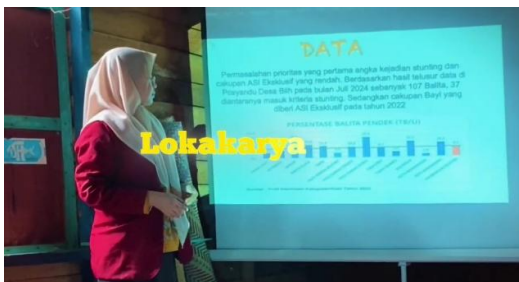
Universitas Muhammadiyah Banjarmasin yakni Desa Biih, hasil telusur data di Posyandu Desa pada bulan Juli 2024 sebanyak 107 Balita, 37 diantaranya masuk kriteria stunting.

Pimpinan Cabang Aisyiyah Desa Biih telah berupaya dalam menurunkan stunting sejak tahun 2021 melalui program Aisyiyah Pusat yakni INKLUSI. Program Inklusi ini fokus pada lima isu utama, yakni penurunan stunting, pemenuhan hak-hak kesehatan seksual dan reproduksi, pemberdayaan ekonomi, pencegahan perkawinan anak, dan kepemimpinan perempuan. Aisyiyah juga melakukan pemberdayaan melalui Balai Sakinah 'Aisyiyah, penurunan stunting melalui Program Rumah Gizi, pemberdayaan ekonomi melalui Bina Usaha Ekonomi Keluarga 'Aisyiyah (BUEKA) dan Koperasi Tani Perempuan, serta pendampingan keluarga melalui Biro Informasi dan Konsultasi Keluarga Sakinah 'Aisyiyah (BIKKSA).

Tim pengabdian dari Universitas Muhammadiyah Banjarmasin membantu mitra Pimpinan Cabang Aisyiyah berupa pemberian edukasi, pelatihan dan pendampingan untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif.

METODE

Pengabdian masyarakat di Desa Biih dilaksanakan dalam beberapa tahap yakni a) Lokakarya untuk penggalan data, b) Perencanaan, c) Pelaksanaan, d) Evaluasi e) Pendampingan.



Gambar 1. Lokakarya

Media Pelatihan yang digunakan ialah leaflet, power poin, dan video. Metode Pelatihan yang dipilih ialah ceramah, demonstrasi dan diskusi kelompok kecil. Alat, bahan, atau instrumen pelatihan menggunakan 10 pertanyaan untuk pre dan post kuisisioner.



Gambar 2. Demonstrasi Pijat Oketani



Gambar 3. Demonstrasi Pijat Oksitosin



Gambar 4. Demonstrasi Pijat Bayi

Instrumen terdiri dari 4 pertanyaan konsep ASI Eksklusif, 3 buah pertanyaan konsep pijat, 3 pertanyaan tentang teknis pijatan. Instrumen telah disusun berdasarkan materi yang disampaikan dan disesuaikan dengan bahasa agar mudah difahami oleh partisipan.



Gambar 5.. Pengisian Kuisisioner



Gambar 6. Pendampingan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat pengetahuan partisipan dibuat menjadi 3 kategori yakni Baik (skor 8-10), Cukup Baik (5-7) dan Kurang (1-4). Berdasarkan tabel hasil pengukuran pengetahuan menunjukkan adanya peningkatan sebanyak rata rata 1 skor setelah pelatihan. Terdapat 2 orang yang memiliki pengetahuan pada kategori Baik.

Tabel 1. Hasil Pengukuran Pengetahuan

No Partisipan	Hasil PreTest	Hasil Post Test	Peningkatan
1	9	9	0
2	6	7	1
3	6	7	1
4	7	8	1
5	7	8	1
6	7	9	2
7	7	8	1
8	7	8	1
9	8	9	1
10	7	9	2

11	7	8	1
12	8	8	0
13	6	7	1
14	7	9	2
15	9	9	0

Sumber: Data Primer (2025)

Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu setelah pelatihan, dengan peningkatan kategori baik dari 33,3 % menjadi 80%, dan penurunan pada kategori cukup dari 66,7% menjadi sebanyak 20% responden.

Tabel 1. Analisa Perubahan

No	Kategori	Nilai	
		Pre	Post
1	Baik	33,3%	80%
2	Cukup Baik	66,7%	20%
3	Kurang	0%	0%

Temuan ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat lain yang menekankan pentingnya pemberdayaan kader melalui pelatihan pijat oksitosin dan teknik terkait. Misalnya, penelitian di Banyuwangi menunjukkan peningkatan pengetahuan kader dan ibu hamil setelah pelatihan pijat oksitosin, yang berkontribusi pada peningkatan jumlah ibu yang memberikan ASI eksklusif (Christiana, 2024). Demikian pula, pengabdian masyarakat di Posyandu Poskesdes Dasan Cermen, Mataram, melaporkan bahwa pemberdayaan kader melalui kelas ASI eksklusif dengan metode ceramah dan media modul berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memberikan edukasi ASI eksklusif kepada ibu hamil (Najahah, 2022).

Pelatihan pijat yang dilakukan tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga keterampilan praktis kader dalam mendukung ibu menyusui. Keterampilan ini sangat penting karena pijat oksitosin, breast care, dan pijat

oketani dapat membantu memperlancar aliran ASI dengan merangsang hormon oksitosin, sehingga produksi ASI meningkat serta mencegah masalah seperti pembengkakan payudara atau mastitis (Pawestri dkk, 2023). Selain itu, pelatihan pijat bayi dan pijat tuina juga memberikan manfaat tambahan untuk kesehatan bayi, meningkatkan ikatan ibu dan bayi serta potensi pencegahan stunting seperti yang dilaporkan dalam program serupa di Desa Biih oleh Universitas Muhammadiyah Banjarmasin (Nadya, 2025).

Penggunaan media visual seperti power point dan leaflet serta metode demonstrasi merupakan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik pembelajaran kader yang praktis dan langsung dapat dipraktikkan. Hal ini didukung oleh literatur yang menyatakan bahwa keterlibatan langsung melalui demonstrasi membantu meningkatkan keterampilan teknis kader dalam program ASI eksklusif⁸⁹.

Secara keseluruhan, pelatihan yang dilaksanakan di Desa Biih mampu memberdayakan kader sebagai agen perubahan di masyarakat dalam meningkatkan cakupan ASI eksklusif. Keberhasilan ini penting untuk mendukung upaya nasional menurunkan angka kematian bayi dan meningkatkan status gizi melalui ASI eksklusif. Untuk keberlanjutan program, disarankan agar pelatihan serupa rutin dilakukan dan didukung dengan monitoring serta pendampingan yang berkelanjutan agar kader dapat mempertahankan dan meningkatkan kemampuan serta motivasi dalam memberikan edukasi kepada ibu menyusui.

SIMPULAN

Pelatihan pijat ini efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai teknik pijat yang benar dan manfaatnya bagi bayi dan ibu menyusui. Saran bagi kader kesehatan Aisyiyah Desa Biih agar dapat meneruskan kelas ASI Eksklusif bagi ibu-ibu yang belum melahirkan dan ibu menyusui hingga bayi berusia 2 tahun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Majelis Pendidikan Tinggi Penelitian & Pengembangan PP Muhammadiyah dan LPPM Universitas Muhammadiyah atas kesempatan dalam bantuan Hibah yang mendukung dana penuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Christiana, I., Nurul Eko Widiyastuti, & Diana Kusumawati. (2024). Pelatihan Pijat Oksitosin Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Kader Kesehatan dan Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 3(1), 50–57. <https://jurnal.stikesbanyuwangi.ac.id/index.php/judimas/article/view/362>
- Deswani, dkk. 2023. Pendampingan ibu menyusui oleh kelompok lansia peduli ASI (KLPASI) dalam mengatasi masalah menyusui untuk mencegah stunting di kelurahan lubang buaya kecamatan cipayung. *Jurnal pengabdian kepada masyarakat pusat unggulan IPTEK penanggulangan stunting berbasis Kesehatan ibu dan anak JPKM PUSTINGKIA*. Vol 2 No 2 e-ISSN: 2808-9235. DOI.

- Dina Ana Resa, dkk. 2023. EDUKASI PRAKTIK PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA BADUTA. *Abdimas Galuh*. Volume 5, Nomor 1, Maret 2023, 831-840 https://jurnal.unigal.ac.id/abdima_sgaluh/article/view/10082/6064
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI. <https://www.kompasiana.com/nadya33979/68108848c925c4616856c552/komunitas-ibu-cerdas-dorong-peningkatan-asi-eksklusif-untuk-cegah-stunting-di-desa-biih-karang-intan-kabupaten-banjar>
- Najahah, Imtihanatun. dkk. 2022. Pemberdayaan Kader Melalui Kelas ASI Eksklusif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasamdo*. <http://jkp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/PKS/index>
- Nordianiwati, dkk. 2024. Edukasi peran keluarga dalam pencegahan stunting pada balita. *Jurnal pengabdian kepada masyarakat. Abdimas polsaka*. ISSN: 2829-162X
- Pawestri, dkk. 2023. Pemberdayaan kader Dalam manajemen Penatalaksanaan ASI Eksklusif dengan Pijat Oksitosis, Pijat Endorpin dan nutrisi Ibu hamil Vol5 No 2. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JPMK/article/view/12730>
- Rufaida, 2023. Dukungan Sosial untuk Mendukung Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Indonesia. *Media Gizi Kesmas*.p-ISSN 2301-739, e-ISSN 2745-8598
- Yusni P, dkk. 2022. Pemberdayaan Kelompok Ibu Hamil, Nifas dan Menyusui dalam 1000 hari pertama kehidupan dengan demonstrasi gizi lengkap dan MP-ASI sesuai ISI Piringku sebagai upaya pencegahan stunting. *Jurnal stunting dan pesisir dan aplikasinya*. Vol 1 No. 2. DOI: 10.36990/jspa.v1i2.672
- Victoria,C. G., Adair, L., Fall, C., Hallal, P. C., Martorell, R., Richter, L., & Sachdev, H. S. (2008). *Maternal and child undernutrition: consequences for adult health and human capital*. *The Lancet*, 371(9609), 340-357. doi:10.1016/S0140-6736(07)61692-4.
- World Health Organization (WHO). (2014). *Global nutrition targets 2025: Stunting policy brief*. Geneva: WHO Press.
- World Health Organization (WHO). (2015). *Global strategy on human resources for health: Workforce 2030*. Geneva: WHO Press.