

**OPTIMALISASI PERAN KADER DALAM UPAYA PENCEGAHAN BALITA STUNTING  
MELALUI PIJAT TUINA DI DESA KAMPUNG DELIMA  
KABUPATEN REJANG LEBONG****Yenni Puspita<sup>1\*</sup>, Eva susanti<sup>2</sup>, Lydia Febrina<sup>3</sup>, Indah Fitri Andini<sup>4</sup>**<sup>1-4</sup>Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Email Korespondensi: itazubir91@gmail.com

Disubmit: 06 Mei 2026

Diterima: 21 Mei 2026

Diterbitkan: 01 Juni 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i6.25893>**ABSTRAK**

Stunting merupakan permasalahan gizi utama yang dialami anak. Stunting pada anak balita dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan. Kebutuhan gizi balita tidak akan terpenuhi jika balita mengalami masalah kesulitan makan. Kesulitan makan ini pada anak salah satunya dipengaruhi oleh kehilangan nafsu makan. upaya yang dapat secara langsung mengatasi masalah gangguan pertumbuhan ini yang bersifat safety dan meminimalkan dampak dari tehnik pijat bayi, yakni pijat Tui Na. Pijat Tuina, sebagai salah satu metode pengobatan tradisional Tiongkok, dikenal memiliki manfaat dalam meningkatkan kesehatan dan perkembangan anak, termasuk meningkatkan nafsu makan dan memperbaiki fungsi pencernaan. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk memberdayakan dan mengoptimalkan peran kader kesehatan di masyarakat dalam pencegahan stunting dengan memberikan pelatihan dan pengetahuan mengenai teknik Pijat Tuina yang efektif. Metode: Kegiatan ini melibatkan pelatihan kader kesehatan melalui workshop yang mencakup teori dan praktek Pijat Tuina. Selain itu, dilakukan monitoring dan evaluasi terhadap kemampuan kader dalam menerapkan Pijat Tuina serta dampaknya terhadap anak-anak yang menerima terapi pijat Tuina Sasaran Kegiatan adalah kader kesehatan di Desa kampung delima Kabupaten Rejang Lebong. Hasil: Kader yang telah dilatih menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan Pijat Tuina. Kader juga mampu mensosialisasikan manfaat Pijat Tuina kepada masyarakat, khususnya kepada orang tua balita yang berisiko stunting. Anak-anak yang mendapatkan intervensi Pijat Tuina menunjukkan peningkatan dalam nafsu makan dan status gizi yang lebih baik. Kesimpulan: Pengabdian ini berhasil meningkatkan kapasitas kader dalam upaya pencegahan stunting melalui Pijat Tuina. Kader yang terlatih dapat menjadi agen perubahan di masyarakat dalam mendukung kesehatan anak dan mencegah stunting secara berkelanjutan.

**Kata Kunci:** Optimalisasi Peran Kader 1, Pijat Tuina 2, dst.**ABSTRACT**

*Stunting is a major nutritional issue affecting children. Stunting in toddlers can impact their growth and development. A child's nutritional needs will not be met if they experience eating difficulties, one of which is often influenced by a loss of appetite. One direct method to address this growth disorder, which is*

*safe and minimizes risks, is through baby massage techniques, specifically Tui Na massage. Tui Na massage, as part of traditional Chinese medicine, is known to provide benefits in improving children's health and development, including enhancing appetite and improving digestive function. The goal of this community service project is to empower and optimize the role of health cadres in preventing stunting by providing them with training and knowledge on effective Tui Na massage techniques. Methodology: This activity involves training health cadres through workshops that include both theoretical and practical sessions on Tui Na massage. Additionally, monitoring and evaluation are conducted to assess the cadres' ability to apply Tui Na massage and its impact on the children who receive this therapy. The target audience of this activity is health cadres in Kampung Delima Village, Rejang Lebong Regency. Results: The trained cadres demonstrated an increase in knowledge and skills in performing Tui Na massage. They were also able to disseminate the benefits of Tui Na massage to the community, especially to parents of toddlers at risk of stunting. Children who received the Tui Na massage intervention showed improvements in appetite and better nutritional status. Conclusion: This community service successfully enhanced the capacity of health cadres in stunting prevention through Tui Na massage. The trained cadres can become agents of change in the community, supporting children's health and preventing stunting in a sustainable manner.*

**Keywords:** *Virtual Reality, Labor Pain, Primigravida.*

## 1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang masih banyak dihadapi di Indonesia, khususnya pada balita. Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi yang berkepanjangan, yang menyebabkan gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan anak. Balita yang mengalami stunting memiliki postur tubuh yang lebih pendek dari standar usianya, serta berisiko mengalami keterlambatan dalam perkembangan kognitif dan kesehatan secara keseluruhan (Kemenkes, 2021).

Data prevalensi balita stunting yang dikumpulkan World Health Organization (WHO), didunia sekitar 22% dari semua balita di bawah usia 5 tahun mengalami stunting pada tahun 2020, yang setara dengan lebih dari 149 juta anak. Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara/South-East Asia Regional (SEAR). Rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia tahun 2005-2017 adalah 36,4% (Kemenkes, 2021).

Pemantauan Status Gizi (PSG) pada 2019, prevalensi Balita stunting di Indonesia stunting di Indonesia tercatat sebesar 27,67%. Angka ini menunjukkan bahwa lebih dari satu dari empat balita di Indonesia mengalami kekerdilan (stunting), angka prevalensi stunting yang lebih tinggi dari rata-rata nasional, terutama di wilayah timur Indonesia, seperti Nusa Tenggara Timur (NTT) dan Papua. (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu tahun 2017 menunjukkan presentase balita pendek sebesar 22,9% dan presentase balita sangat pendek sebesar 11,4% (Kemenkes RI, 2017). Total prevalensi balita stunting (gabungan balita pendek dan sangat pendek) di Provinsi Bengkulu pada 2017 adalah 34,3%, (SUSENAS, 2019).

Kebutuhan gizi balita tidak akan terpenuhi jika balita mengalami masalah kesulitan makan. Kesulitan makan ini pada anak salah satunya dipengaruhi oleh kehilangan nafsu makan. Setelah melewati usia 1 tahun anak akan mulai pilih-pilih makanan dan kemampuan balita untuk menolak makanan yang diberikan orang tua kepada anaknya (Adriani,2012).

Salah satu intervensi yang dapat mendukung pencegahan stunting adalah dengan meningkatkan nafsu makan serta optimalisasi pencernaan pada balita. Di samping pemberian makanan bergizi, metode tradisional seperti Pijat Tuina juga dapat berperan dalam mendukung pertumbuhan dan kesehatan anak. Pijat Tuina adalah teknik pijat tradisional Tiongkok yang sudah lama digunakan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan, termasuk merangsang sistem pencernaan dan memperbaiki pola makan anak.

Pijat Tuina dilakukan dengan tehnik pemijatan meluncur (Effleurage atau Tui), memijat (Petrissage atau Nie), mengetuk (tapotement atau Da), gesekan, menarik, memutar, menggoyang, dan menggetarkan titik tertentu sehingga akan mempengaruhi aliran energi tubuh dengan memegang dan menekan tubuh pada bagian tubuh tertentu (Zhuan Huan Liu, 2011). Pijat Tui Na ini merupakan tehnik pijat yang lebih spesifik untuk mengatasi kesulitan makan pada balita dengan cara memperlancar peredaran darah.

Pijat Tui Na bekerja pada prinsip Traditional Chinese Medicine (TCM) untuk memengaruhi keseimbangan energi (Qi) dalam tubuh. Dalam konteks meningkatkan nafsu makan pada anak, Tui Na menargetkan meridian dan titik-titik akupresur yang berhubungan dengan pencernaan dan sistem gastrointestinal

Pijat Tui Na pada titik-titik tertentu, seperti titik akupresur perut dan limpa, dapat merangsang fungsi organ-organ pencernaan. Hal ini membantu memperbaiki proses pencernaan dan penyerapan nutrisi yang penting untuk meningkatkan nafsu makan. Pijatan Tui Na membantu memperlancar aliran Qi dalam meridian, khususnya yang terkait dengan lambung dan limpa. Hal ini membantu mengembalikan keseimbangan energi dan memperbaiki fungsi organ pencernaan pijat Tui Na membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh anak. Anak-anak yang sering sakit cenderung memiliki nafsu makan yang buruk, sehingga memperbaiki kesehatan secara keseluruhan bisa berdampak positif pada peningkatan nafsu makan.

Puskesmas kampung delima wlaayah kecamatan Curup Timur dengan prevalensi stunting sebesar 28,3% dimana angka stunting tertinggi pada kelompok balita usia 25 - 60 bulan.

## 2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan gizi kronis yang banyak terjadi pada balita dan berdampak terhadap pertumbuhan serta perkembangan anak. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka panjang, yang salah satunya dipengaruhi oleh rendahnya asupan nutrisi akibat gangguan nafsu makan. Pada balita, kesulitan makan sering terjadi terutama setelah usia satu tahun, sehingga kebutuhan gizi tidak terpenuhi secara optimal dan berisiko menyebabkan gangguan pertumbuhan.

Upaya penanggulangan stunting di masyarakat hingga saat ini masih belum optimal. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan pemanfaatan metode intervensi yang bersifat nonfarmakologis, aman, dan mudah diterapkan oleh masyarakat. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah pijat Tuina,

yaitu teknik pijat tradisional yang memiliki manfaat dalam meningkatkan nafsu makan dan memperbaiki fungsi pencernaan pada balita. Namun, pemanfaatan pijat Tuina di masyarakat masih terbatas dan belum dilakukan secara maksimal.

Peran kader kesehatan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan di masyarakat juga belum diberdayakan secara optimal. Kader kesehatan memiliki peran penting dalam memberikan edukasi, pendampingan, dan pemantauan kesehatan balita, namun masih terdapat keterbatasan dalam pengetahuan dan keterampilan kader terkait teknik pijat Tuina. Kondisi ini menyebabkan upaya pencegahan stunting berbasis masyarakat belum berjalan secara efektif.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan upaya pemberdayaan kader kesehatan melalui pelatihan teknik pijat Tuina untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader. Permasalahan yang dikaji dalam kegiatan ini meliputi bagaimana pemberdayaan kader dalam upaya pencegahan stunting melalui pijat Tuina, bagaimana peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader setelah pelatihan, serta bagaimana peran kader dalam mengaplikasikan teknik pijat Tuina dalam meningkatkan nafsu makan dan status gizi balita.

### 3. KAJIAN PUSTAKA

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang masih banyak dihadapi di Indonesia, khususnya pada balita. Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi yang berkepanjangan, yang menyebabkan gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan anak. Balita yang mengalami stunting memiliki postur tubuh yang lebih pendek dari standar usianya, serta berisiko mengalami keterlambatan dalam perkembangan kognitif dan kesehatan secara keseluruhan (Kemenkes, 2021).

4. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting adalah tidak terpenuhinya kebutuhan gizi pada balita akibat kesulitan makan. Kesulitan makan pada anak sering terjadi setelah usia satu tahun, yang ditandai dengan menurunnya nafsu makan dan kecenderungan memilih makanan tertentu (Adriani, 2012). Kondisi ini menyebabkan asupan nutrisi tidak terpenuhi secara optimal sehingga berdampak pada pertumbuhan anak.

Salah satu intervensi yang dapat mendukung pencegahan stunting adalah Pijat Tuina, Pijat Tuina adalah teknik pijat tradisional Tiongkok yang sudah lama digunakan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan, termasuk merangsang sistem pencernaan dan memperbaiki pola makan anak. Kader Posyandu merupakan kader yang telah terlibat secara langsung dalam kegiatan Posyandu di Wilayah Kecamatan Curup Timur berjumlah berjumlah 25 orang. Pengembangan media pendampingan berupa buku modul upaya pencegahan balita stunting dengan pijat tuina. Pelatihan dan Pembinaan Kader Posyandu dalam optimalisasi kader dalam upaya pencegahan balita stunting melalui pijat tuina.

### 4. METODE

Metode kegiatan pengabdian masyarakat menggunakan konsep pemberdayaan kader dengan melalui tahap-tahap: Sosialisasi dan

penandatanganan, Rekrutmen kader posyandu Kader Posyandu merupakan kader yang telah terlibat secara langsung dalam kegiatan Posyandu di Wilayah Kecamatan Curup Timur berjumlah 25 orang. Pengembangan media pendampingan berupa buku modul upaya pencegahan balita stunting dengan pijat tuina, Pelatihan dan Pembinaan Kader Posyandu dalam optimalisasi kader dalam upaya pencegahan balita stunting melalui pijat tuina. Pendampingan Kader dalam Pelaksanaan Posyandu. Kader dibagi menjadi 4 kelompok yang akan didampingi oleh Dosen dan mahasiswa dalam melaksanakan pijat tuina. Masing-masing kader dinilai kemampuannya mulai dari menyiapkan alat dan penguasaan dalam menyampaikan pijat tuina dan penguasaan dalam melakukan pijat tuina dengan menggunakan tilik pijat tuina, Pretest dan posttest pengetahuan kader posyandu dan keterampilan kader dalam optimalisasi kader dalam upaya pencegahan balita stunting melalui pijat tuina.

## 5. HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. Hasil

Pelatihan yang melibatkan 25 kader posyandu tersebut secara garis besar menunjukkan hal yang menggembirakan yaitu 100% peserta merespon positif dalam hal kemanfaatan yang sangat tinggi untuk melakukan pijat tuina dalam mengatasi gangguan nafsu makan pada anak balita stunting dan Praktik pemberian makan pada bayi dan anak.

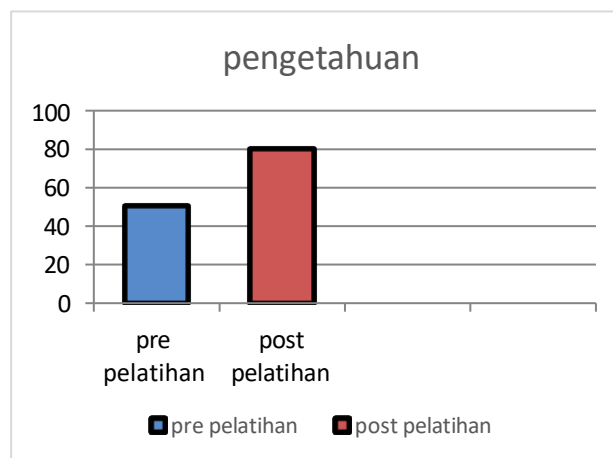


Diagram 1. Rerata Pengetahuan Sebelum dan Setelah pelatihan

Keterangan angka 1 rerata nilai pretest 60,0 dan angka 2 rerata nilai posttest 80,0. Menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 20,0 angka. Berarti hampir seluruh memiliki pengetahuan yang mengenai materi setelah mengikuti pelatihan optimalisasi kader dalam upaya pencegahan balita stunting melalui pijat tuina.

Pengetahuan diartikan sebagai kemampuan untuk mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Untuk mengukur bahwa seseorang dikatakan tahu terhadap apa yang pernah dipelajari adalah dengan melihat kemampuan menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan lain sebagainya. Semakin besar perhatian seorang

terhadap sesuatu materi, semakin lama materi itu disimpan dalam ingatan. Penilaian keberhasilan belajar kader dikatakan baik bila kader mampu mencapai nilai  $\geq 70\%$  dari materi yang diberikan.

Pelatihan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan dan respon positif peserta. Dari banyaknya pertanyaan peserta menunjukkan bahwa antusias, dan respon positif peserta mengikuti pelatihan. Ada peningkatan tentang Materi gangguan pertumbuhan (stunting), Pragnosis gangguan pertumbuhan Anak (stunting), Pengukuran antropometri dan kebutuhan gizi pada anak, Materi Pijat tuina, Praktik pemberian makan pada bayi dan anak Penilaian keterampilan Kader dalam pelaksanaan pijat tuina dalam melakukan pelatihan dilakukan dengan menggunakan daftar tilik pijat tuina. Kader di bagi menjadi 4 kelompok . 1 kelompok terdiri 6 dari dan hasil dalam bentuk skor ditampilkan dalam diagram berikut ini :

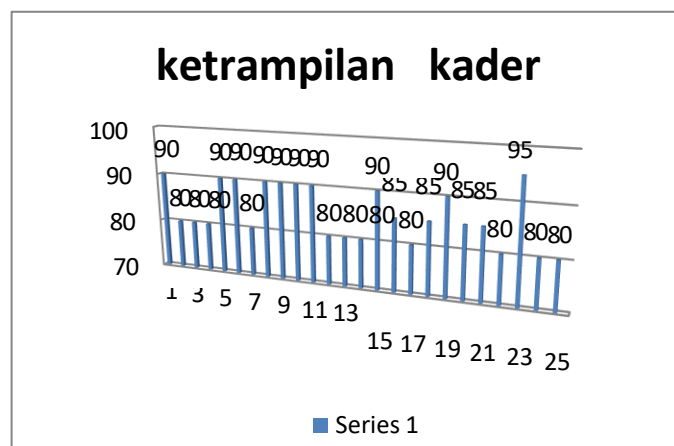


Diagram 2. ketrampilan kader

Berdasarkan diagram diatas nilai minimal 80 dan nilai maksimal 95, dengan rerata nilai keterampilan kader dengan melakukan pijat tuina adalah 88. Peningkatnya keterampilan kader dalam kegiatan ini adalah akibat dari adanya pengalaman belajar dalam pelatihan, sekaligus sebagai tolok ukur evaluasi pelaksanaan program pelatihan. Keterampilan yang dipelajari dengan baik akan berkembang menjadi kebiasaan.

#### b. Pembahasan

Terdapat hubungan yang saling mempengaruhi antara keterampilan dengan perkembangan kemampuan keseluruhan. Pelatihan adalah suatu proses yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan individu atau suatu proses penyampaian pengetahuan, keterampilan, dan pembinaan sikap kader (Yuliana; Astuti, 2021)

Pelatihan dapat dilaksanakan dengan menggunakan metode ceramah dan demonstrasi. Metode ceramah yang bervariasi dapat menyebabkan peningkatan pengetahuan dari individu sasaran pelatihan lebih optimal Kombinasi penggunaan metode ceramah dan demonstrasi dalam pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan (Purnama, 2021).

Keterampilan yang dipelajari dengan baik akan berkembang menjadi kebiasaan. Terdapat hubungan yang saling mempengaruhi antara

keterampilan dengan perkembangan kemampuan keseluruhan. Sebagai akibat dari adanya pengalaman belajar Pelatihan meningkatkan status gizi anak stunting melalui pijat tuina dilakukan dengan beberapa media yaitu power point, modul pelatihan, dan lefleat.

## 6. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam pemberdayaan kader posyandu dalam optimalisasi kader dalam upaya pencegahan balita stunting melalui pijat tuina di desa kampung delima Rejang lebong Bengkulu telah dilaksanakan secara offOnline berjalan dengan baik. Tujuan pelatihan adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tertentu agar peserta semakin terampil dan mampu melaksanakan tanggung jawabnya. Setelah dilakukan pelatihan kader, terdapat peningkatan pemahaman kader dan ketrampilan kader . Hasil pre test dan post test peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 27,0 dan hasil penilaian keterampilan dengan menggunakan daftar tilik diperoleh rerata nilai 88. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan memberdayakan Kader posyandu melalui pelatihan dan pendampingan Kader posyandu dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Kader posyandu dalam melakukan dalam melakukan pijat tuina. Kader posyandu diharapkan dapat menerapkan melakukan pijat tuina dan Pemberian Makan Bayi dan Anak pada anak bayi dan anak untuk upaya optimalisasi kader dalam upaya pencegahan balita stunting melalui pijat tuina di desa kampung delima Rejang lebong Bengkulu

### Saran

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

- 1) Kader posyandu diharapkan dapat menerapkan pijat Tuina secara berkelanjutan dalam kegiatan Posyandu sebagai upaya pencegahan stunting.
- 2) Puskesmas dan pemerintah desa diharapkan memberikan pembinaan dan pelatihan lanjutan kepada kader posyandu.
- 3) Orang tua balita diharapkan lebih aktif mengikuti edukasi kesehatan dan menerapkan praktik pemberian makan yang baik pada anak.
- 4) Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dan waktu penelitian yang lebih panjang untuk mengetahui efektivitas pijat Tuina terhadap status gizi dan pertumbuhan balita.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Arum, I., Satiti, D., & Amalia, W. (2021). Pelatihan Banting Tuna (Balita Anti Stunting Dengan Tui Na Massage) Pada Kader Posyandu. *Media Husada Journal Of Community Service*, 1(1), 19-25.
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas). (2018). *Situasi Balita Pendek (Stunting) Di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes Ri.
- Dewi. (2015). *Efektivitas Pijat Tuina Dalam Meningkatkan Nafsu Makan Pada Balita Usia 1-5 Tahun Di Bpm Marifatun M. Puring*.

- Dinas Kesehatan Rejang Lebong. (2018). *Profil Kesehatan Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2017*. Curup: Dinkes RI.
- Direktorat Gizi Masyarakat. (2018). *Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Dizzy, C., & Salafas, E. (2025). Peningkatan Kapasitas Ibu Dalam Pencegahan Stunting Melalui Teknik Pijat Tuina Dan Edukasi Gizi Seimbang. *Seminar Nasional Dan Call For Paper Kebidanan*, 4(2), 2408-2415.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Hasil Pemantauan Status Gizi (Psg) Tahun 2019*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Lasyati. (2016). *Studi Berat Badan Anak Balita Setelah Dilakukan Pijat Tuina Di Posyandu Dusun Kedung Klintar Desa Canggu Kecamatan Jetis Kabupaten Mojokerto*.
- Soetjiningsih. (2010). *Tumbuh Kembang Anak Dan Remaja*. Jakarta: Egc.
- El Taguri, A., Betilmal, I., Mahmud, S. M., Monem Ahmed, A., Goulet, O., Galan, P., & Hercberg, S. (2009). Risk Factors For Stunting Among Under-Fives In Libya. *Public Health Nutrition*, 12(8), 1141-1149.
- Grantham-Mcgregor, S., Cheung, Y. B., Cueto, S., Glewwe, P., Richter, L., & Strupp, B. (2007). Developmental Potential In The First 5 Years For Children In Developing Countries. *The Lancet*, 369(9555), 60-70.
- Sari, D. W., & Utamiyah, N. (2025). Optimalisasi Pengetahuan Ibu Melalui Pelatihan Pijat Tuina Dalam Peningkatan Nafsu Makan Balita Desa Jetak Kec . Getasan. *Seminar Nasional Dan Call For Paper Kebidanan*, 4(2), 1983-1988.
- Suherlin, I., Olii, N., Yulianingsih, E., & Abdul, N. A. (2024). Optimalisasi Kader Posyandu Melalui Pijat Bayi Dalam Pencegahan Stunting. *Jmm (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(5), 4215-4222.
- Willmart, A. C., Nimas, F., Krissandyani, R., & Nadhiroh, S. R. (2024). Edukasi Gizi Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Stunting Pada Kader Posyandu Dalam Program “ Desa Emas : Percepatan Penurunan Stunting ” Nutrition Education As An Effort To Increase Knowledge Relate To Stunting Prevention For Posyandu Cadres. *Media Gizi Kesmas*, 43-50.