



Enhancing the capability of posyandu cadres as an effort to improve toddler weight through tuina massage

Juni Sofiana✉, Hastin Ika Indriyastuti, Fitria Prabandari
Universitas Muhammadiyah Gombong, Gombong, Indonesia

✉ junisofiana@unimugo.ac.id

🌐 <https://doi.org/10.31603/ce.12521>

Abstract

Toddlerhood is a critical period for the development of feeding difficulties, which can have negative impacts on young children. These effects not only affect their health but also influence their daily activities and overall growth and development. The consequences of feeding difficulties can include weight loss, potentially leading to malnutrition and stunting. The objective of this community service initiative was to enhance the knowledge and skills of cadres at integrated health posts (posyandu) in Tuina massage as a strategy to improve the weight of toddlers. The method employed in this activity involved providing education and practical training in Tuina massage to health cadres within the working area of the Puring Community Health Center. The results of this community service project demonstrated significant differences between pre- and post-evaluation scores, in both knowledge and skill domains. Following the intervention, 90.5% of cadres exhibited good knowledge regarding Tuina massage, and 71.4% were able to competently perform the technique.

Keywords: Posyandu cadres; Weight; Toddlers; Tuina massage

Peningkatan kemampuan kader posyandu sebagai upaya peningkatan berat badan balita melalui pijat tuina

Abstrak

Usia balita merupakan usia rawan terjadinya masalah kesulitan makan yang berdampak negatif pada balita. Dampak ini tidak hanya mempengaruhi kesehatan, tetapi juga mempengaruhi aktivitas sehari-hari serta pertumbuhan dan perkembangan balita. Konsekuensi dari kesulitan makan antara lain penurunan berat badan, hingga menyebabkan malnutrisi dan stunting. Tujuan dari pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pijat tuina pada kader posyandu sebagai upaya meningkatkan berat badan balita. Metode kegiatan ini adalah dengan penyuluhan dan praktik pijat tuina pada kader kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Puring. Hasil pengabdian ini menunjukkan perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah evaluasi, baik dari sisi pengetahuan maupun keterampilan. Setelah kegiatan, 90,5% kader memiliki pengetahuan baik terkait pijat tuina dan 71,4% mampu mempraktikkannya dengan baik.

Kata Kunci: Kader posyandu; Berat badan; Balita; Pijat tuina

Contributions to
SDGs

3
GOOD HEALTH
AND WELL-BEING



16
PEACE, JUSTICE
AND STRONG
INSTITUTIONS



1. Pendahuluan

Usia balita khususnya pada usia 3-5 tahun merupakan usia rawan terjadinya masalah kesulitan makan. Kesulitan makan anak berdampak negatif pada anak. Efek ini tidak hanya mempengaruhi kesehatan, tetapi juga mempengaruhi aktivitas sehari-hari serta pertumbuhan dan perkembangan anak. Konsekuensi dari kesulitan makan antara lain malnutrisi. Data WHO (*World Health Organization*) tahun 2018, sekitar 52 juta anak berumur di bawah 5 tahun atau sekitar 7,7% secara global menghadapi peristiwa gizi kurang, persentase peristiwa gizi kurang pada anak umur balita tertinggi ada di Asia Selatan (15,4%), Oseania (9,4%), Asia Tenggara (8,9%), Afrika Barat (8,5%), dan persentase kejadian gizi kurang pada anak umur balita terendah terdapat di Amerika Utara (0,5%) (Melsi et al., 2022).

Banyak upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kesulitan makan pada anak, bisa menggunakan metode farmakologis maupun non farmakologis. Upaya farmakologi dapat dilakukan dengan pemberian vitamin, sedangkan upaya non farmakologis, menggunakan minuman jamu, pijat, akupresur ataupun akupunktur (Wong, 2011). Saat ini, pijat bayi atau teknik akupresur telah dikembangkan sebagai alternatif solusi kesulitan makan pada anak. Akupresur sendiri menurut definisi berarti suatu sistem pengobatan dimana titik-titik tertentu ditekan pada tubuh (meridian) untuk menimbulkan efek rangsangan pada daya hidup atau Chi untuk menyembuhkan penyakit atau meningkatkan kualitas kesehatan (Ikhsan, 2019).

Pijat tuina adalah salah satu teknik pijat yang memiliki manfaat untuk mengatasi masalah kesulitan nafsu makan. Pijat tuina berasal dari kata Tui dan Na. Tui artinya mendorong dan Na artinya ambil atau menggenggam. Jadi, mendorong, mendorong, menggenggam, mengetuk, memaku, memutar, mengetuk dan memijat tubuh adalah untuk merangsang sirkulasi, mengusir patogen (angin dan dingin), serta mengatur otot dan persendian (Widjaja, 2013). Pijat Tuina, yang merupakan salah satu teknik untuk menghilangkan rasa sakit dan meningkatkan mobilitas tubuh dengan meningkatkan sirkulasi darah, memberi efek tubuh menerima lebih banyak nutrisi untuk membantu penyembuhan area yang terluka atau sakit. Pijat yang dilakukan juga akan memberikan efek menenangkan karena mampu melemaskan otot-otot yang tegang, terutama di punggung atas, leher, dan bahu.

Pada observasi awal di wilayah kerja Puskesmas Puring bulan Maret 2024, Puskesmas Puring merupakan kecamatan dengan cakupan stunting tertinggi di Kabupaten Kebumen. Dari 23 desa di wilayah Puskesmas Puring, 19 desa (82,6%) memiliki balita yang mengalami stunting. Stunting dan masalah gizi yang lainnya dapat terjadi akibat penurunan berat badan/tidak naiknya berat badan seiring bertambahnya umur. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa kader wilayah Puring sudah pernah mendapatkan penyuluhan terkait kesehatan balita diantaranya mengenai stunting, pemberian makanan tambahan (PMT) pada balita, tetapi belum efektif untuk meningkatkan berat badan balita.

Kader kesehatan merupakan salah satu kelompok yang dapat membantu petugas kesehatan dalam pemberdayaan masyarakat untuk mendukung peningkatan kesehatan. Pengetahuan kader posyandu dalam pijat tuina masih kurang, maka dari itu perlu adanya tindakan penyuluhan sebagai bentuk upaya peningkatan pengetahuan kader posyandu. Penyuluhan kesehatan merupakan media promosi kesehatan yang

dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu (Notoatmodjo, 2018). Maka, kegiatan ini perlu dilakukan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pijat tuina pada kader kesehatan sebagai upaya meningkatkan berat badan pada balita.

2. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Puskesmas Puring Kabupaten Kebumen. Peserta pengabdian adalah kader posyandu sejumlah 42 orang. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dimulai dengan beberapa tahap:

2.1. Tahap persiapan

Tahap persiapan dilakukan dari tanggal 4 Mei 2024 yaitu melakukan koordinasi serta permohonan izin kepada Puskesmas Puring. Setelah mendapatkan izin, pada tanggal 15 Mei 2024 dilakukan persiapan teknis pelaksanaan edukasi meliputi persiapan materi, tempat pelaksanaan, dan lembar kuesioner.

2.2. Tahap pelaksanaan

Pada tanggal 29 Mei 2024 dilakukan penyuluhan terkait pijat tuina. Metode yang digunakan berbentuk ceramah dan diskusi. Media yang digunakan adalah PowerPoint, standar operasional, phantom bayi sebagai sarana penyampaian materi dan gambar. Materi yang disampaikan meliputi pengertian pijat tuina, manfaat pijat, kapan waktu untuk melakukan pijat, serta langkah-langkah pijat tuina. Setelah penyuluhan dilanjutkan ke praktik pijat tuina.

2.3. Tahap evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan keterampilan peserta. *Pre-test* dilakukan sebelum kegiatan edukasi menggunakan lembar kuesioner dan *post-test* dilakukan setelah kegiatan edukasi. *Post-test* menggunakan lembar kuesioner yang sama dengan *pre-test*. Indikator keberhasilan dalam penyuluhan ini adalah dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan pijat tuina sebelum dan serta setelah kegiatan dapat mengajarkan kepada sesama kader posyandu dan ibu balita.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan peningkatan kemampuan kader posyandu dilakukan dengan pemberian materi melalui penyuluhan mengenai pijat tuina. Dengan diberikannya penyuluhan, diharapkan kader posyandu yang mengikuti kegiatan semakin paham mengenai pijat tuina, serta bisa melakukan pijat tuina dengan baik dan benar sehingga dapat menularkan ilmunya kepada sesama kader dan ibu balita sebagai upaya meningkatkan berat badan balita. Proses penyuluhan dan pelatihan ini diikuti dengan baik oleh kader posyandu sebanyak 42 orang. Peserta sangat antusias dan aktif dalam mengikuti edukasi dan pelatihan. Dokumentasi kegiatan penyuluhan pijat tuina diperlihatkan pada [Gambar 1](#), dalam kegiatan penyuluhan ini menjelaskan materi terkait pengertian pijat tuina, manfaat, waktu pijat, serta langkah-langkah pijat tuina. Setelah kegiatan penyuluhan dilanjutkan dengan kegiatan pelatihan pijat tuina menggunakan phantom

bayi yang ditunjukkan pada [Gambar 2](#). Pada sesi ini peserta belajar praktik langsung pijat tuina menggunakan phantom bayi didampingi dengan tim pengabdian masyarakat.



[Gambar 1](#). Penyuluhan terkait materi pijat tuina pada kader posyandu



[Gambar 2](#). Pelatihan dan pendampingan praktik langkah-langkah pijat tuina

Ketercapaian hasil pengabdian dapat diukur melalui penilaian sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan pengabdian. Berdasarkan [Tabel 1](#), hasil *pre-test* menunjukkan bahwa dari 42 kader, 33 kader (76,8%) memiliki pengetahuan kurang, dan 9 kader (21,4%) mempunyai pengetahuan yang cukup. Hasil *post-test* yang dilakukan setelah penyuluhan, yaitu 38 kader (90,5%) memiliki pengetahuan baik dan 4 kader (9,5%) memiliki pengetahuan cukup. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan yang signifikan pada pengetahuan kader, sehingga kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan pijat tuina.

[Tabel 1](#). Hasil *pre-test* dan *post-test* pengetahuan kader posyandu tentang pijat tuina

No	Kategori Pengetahuan	<i>Pre-test</i>	%	<i>Post-test</i>	%
1	Baik	0	0	38	90,5
2	Cukup	9	21,4	4	9,5
3	Kurang	33	76,8	0	0
Total		42	100	42	100

Lebih lanjut, dari sisi keterampilan pijat tuina, hasil evaluasi pada [Tabel 2](#) menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa dari 42 kader, 39 kader (92,8%) memiliki keterampilan kurang dan 3 kader (7,4%) mempunyai keterampilan cukup, sedangkan hasil *post-test* yang dilakukan setelahnya yaitu 30 kader (71,4%) memiliki keterampilan baik.

Tabel 2. Hasil *pre-test* dan *post-test* keterampilan pijat tuina

No	Kategori	<i>Pre-test</i>	%	<i>Post-test</i>	%
1	Baik	0	0	30	71,4
2	Cukup	3	7,4	12	28,6
3	Kurang	39	92,8	0	0
Total		42	100	42	100

Faktor yang berpengaruh dalam tingkat pengetahuan seseorang antara lain, tingkat pendidikan, sumber informasi, budaya, pengalaman, dan sosial ekonomi ([Wawan & Dewi, 2014](#)). Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan penelitian [Ratnaningsih et al. \(2021\)](#) yang mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh pelatihan pijat tuina terhadap peningkatan pengetahuan. [Asih & Mugiati \(2018\)](#) juga mengungkapkan bahwa pemberian pijat tuina pada anak balita lebih efektif untuk mengatasi kesulitan makan dari pada pemberian multivitamin. Hal ini menunjukkan bahwa kader dengan pengetahuan yang bagus akan bisa berpengaruh terhadap praktik pijat tuina serta perubahan perilaku aktivitasnya, yang kemudian dapat meningkatkan berat badan balita.

Lain daripada itu, hasil pengabdian masyarakat ini juga sejalan dengan temuan [Munjidah \(2015\)](#) bahwa pijat tuina efektif dalam mengatasi kesulitan makan pada balita. Kesimpulannya adalah edukasi dan penyuluhan sangat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan serta keterampilan, yang nantinya dapat meningkatkan berat badan balita. Hal ini didukung dengan pernyataan [Melly et al. \(2024\)](#) yang menyebutkan bahwa pengetahuan serta keterampilan akan meningkat melalui edukasi. Kader yang mendapatkan informasi atau penyuluhan, maka akan diimbangi dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan kader.

4. Kesimpulan

Pengabdian masyarakat ini menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam pijat tuina. Hasil *post-test* sebesar 90,5% untuk pengetahuan baik menunjukkan efektivitas pijat tuina dalam mengatasi kesulitan makan pada balita. Secara keseluruhan, edukasi dan penyuluhan terbukti meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader, yang berdampak positif pada peningkatan berat badan balita. Dengan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan terkait pijat tuina, kader menjadi lebih terampil, mandiri dalam melakukan pijat tuina serta bisa mengajarkan kepada sesama kader dan ibu balita.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih disampaikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah mendukung secara materiil dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Konflik Kepentingan

Seluruh penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan finansial atau non-finansial yang terkait dengan artikel ini.

Daftar Pustaka

- Asih, Y., & Mugiati. (2018). Pijat Tuna Efektif dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak Balita. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1). <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1015>
- Ikhsan, M. N. (2019). *Dasar Ilmu Akupresur dan Moksibusi (E-Book)*. Bimaristan Press.
- Melly, Magdalena, Vitriani, O., & Asnaty, E. (2024). The Empowerment of Posyandu Cadres in Promoting Exclusive Breastfeeding to Prevent Stunting in Sukajadi Subdistrict. *Community Empowerment*, 9(9), 1348–1349. <https://doi.org/10.31603/ce.11750>
- Melsi, R., Sudarman, S., & Syamsul, M. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Status Gizi Kurang pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Panambungan Kota Makassar. *JPP: Jurnal Promotif Preventif*, 5(1), 23–31.
- Munjidah, A. (2018). Efektifitas Pijat Tui Na dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Balita di RW 02 Kelurahan Wonokromo Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 8(2), 193–199. <https://doi.org/10.33086/jhs.v8i2.204>
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Ratnaningsih, E., Riska, H., & Azmy, I. F. (2021). Efektivitas Pelatihan Pijat Tuina Terhadap Pengetahuan Ibu Balita di Dusun Setan Desa Maguwoharjo, Kelurahan Depok, Kabupaten Sleman. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 12(2), 31–38. <https://doi.org/10.52299/jks.v12i2.87>
- Wawan, A., & Dewi, M. (2014). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia (C. II (ed.))*. Nuha Medika.
- Widjaja, B. S. (2013). *Kurapuntur Menyembuhkan Penyakit dengan Akupuntur Perut (e-Book)*. Kawan Pustaka.
- Wong, M. F. (2011). *Panduan Lengkap Pijat*. Penebar Plus.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)