GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Volume 5, Nomor 2 Tahun 2025, pp 195-204
eISSN : 2798-4826, DOI: 10.36082/gemakes.v5i2.2178
Open Access: https://ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id/index.php/gemakes

PELATIHAN PIJAT BAYI SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU DENGAN BAYI *STUNTING* DI KELURAHAN BUMI

Lailatul salsabela[1)], Norman Wijaya Gati[2)]

Coreponding author: *lailatulsalsabela1512@gmail.com*

[1,2] Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Aisyiyah Surakarta, Indonesia

Genesis Naskah:
Accepted:04-03-2025, Revised: 10-06-2025, Accepted: 13-06-2025, Available Online: 26-06-2025

Abstrak
Stunting merupakan masalah gizi kronis yang dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan bayi. Di Kelurahan Bumi prevalensi *stunting* masih tinggi. Salah satu penanganan bayi *stunting* adalah pemberian stimulasi pijat bayi. Pijat bayi diketahui memiliki banyak manfaat untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Namun, masih banyak ibu dengan *stunting* di Kelurahan Bumi yang memiliki pengetahuan dan keterampilan kurang dalam melakukan pijat bayi. Oleh karena itu, pelatihan pijat bayi perlu dilakukan untuk mendukung tumbuh kembang anak. Hal ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan pijat bayi pada ibu dengan bayi *stunting* sebelum dan setelah dilakukan pelatihan pijat bayi di Kelurahan Bumi. Pelatihan pijat bayi pada ibu dengan bayi *stunting* di Kelurahan Bumi menggunakan metode ceramah, demonstrasi, dan *buzz group discussion*. Hasil Kegiatan pelatihan pijat bayi sebagai upaya meningkatkan pengetahuan pijat bayi pada ibu dengan bayi *stunting* di Kelurahan Bumi menunjukkan hasil yang signifikan. Terjadi peningkatan pengetahuan pijat bayi 73% dengan kategori baik, penurunan 4% kategori cukup, dan penurunan sebesar 69% kategori kurang setelah diberikan pelatihan pijat bayi. Maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan pijat bayi pada ibu dengan bayi *stunting* mampu meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pijat bayi, manfaat, dan teknik yang baik dan benar.

Kata Kunci : *Stunting, Tingkat Pengetahuan, Pijat Bayi.*

BABY MASSAGE TRAINING AS AN EFFORT TO IMPROVE MOTHERS' KNOWLEDGE OF STUNTED BABIES IN BUMI VILLAGE

Abstract
Stunting is a chronic nutritional problem that can have an impact on the growth and development of babies. In Bumi Village, prevalence of stunting is still high. One of the treatments for stunted babies is the provision of infant massage stimulation. Baby massage is known to have many benefits for the growth and development of babies. However, there are still many mothers with stunting in Bumi Village who lack knowledge and skills in performing baby massages. Therefore, baby massage training needs to be carried out to support children's growth and development. To determine level of knowledge of infant massage in mothers with stunted infants before and after infant massage training in Bumi village. Methods Infant massage training for mothers with stunted babies in Bumi village using the method of lectures, demonstrations, and buzz group discussions. Results Infant massage training activities as an effort to increase knowledge of infant massage in mothers with stunted babies in Bumi Village showed significant results. Conclusion There was an increase in infant massage knowledge of 73% with a good category, a decrease of 4% in the adequate category, and a decrease of 69% in the poor category after being given infant massage training. Therefore, it can be concluded that baby massage training for mothers with stunted babies is able to increase mothers' knowledge about baby massage, benefits, and good and correct techniques.

Keywords:. Stunting, Level of Knowledge, Baby Massage.

Pendahuluan

Masa bayi merupakan masa setelah dilahirkan sampai usia 11 bulan (Kementerian Kesehatan, 2024). Bayi memiliki tiga kebutuhan pokok yang saling terkait yaitu kebutuhan fisik-biologis untuk pertumbuhan, kebutuhan emosi untuk perkembangan psikologis dan kebutuhan stimulus untuk pengembangan kognitif (Damanik et al., 2022). Tiga kebutuhan pokok tersebut sangat bergantung pada kualitas gizi yang diberikan pada bayi. Bayi yang mendapatkan asupan gizi baik dapat berkembang dengan optimal, belajar dengan baik, serta memberikan kontribusi positif bagi masyarakat di masa depan. Secara global, gizi anak menjadi isu penting, termasuk di Indonesia, dan merupakan bagian dari komitmen pemerintah dalam *Sustainable Development Goals* (SDGs), khususnya dalam menangani masalah seperti berat badan lahir rendah dan angka kurang gizi yang masih tinggi (United Nations Children's Fund, 2020).

Kekurangan gizi dalam waktu yang cukup lama pada anak akan sangat berdampak pada petumbuhan dan perkembangannya atau biasa disebut dengan kondisi *stunting* (Febrianti, 2020). *Stunting* ditandai dengan tinggi badan anak kurang dari normal akibat kurang gizi yang berkepanjangan (Fauzi, 2024). *Stunting* pada anak dipengaruhi oleh faktor internal dari dalam diri ibu hamil atau bayi dan faktor eksternal yang meliputi faktor lingkungan (Kementerian Kesehatan, 2024).

Secara global, berdasarkan data United Nations Children's Fund (UNICEF) dan World Health Organization (WHO) angka prevalensi *stunting* Indonesia menempati urutan tertinggi ke-27 dari 154 negara yang memiliki data *stunting*, menjadikan Indonesia berada di urutan ke-5 diantara negara-negara di Asia (Kementerian Koodinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2023). Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi *stunting* di Indonesia mengalami sedikit penurunan dari 21,6% pada tahun 2022 (berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI)) menjadi 21,5% pada tahun 2023. Angka tersebut masih belum mencapai target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024 sebesar 14% pada tahun 2024 maupun standar WHO yang menetapkan angka di bawah 20% (Ditjen Bina Pembangunan Daerah, 2022). Dikutip dari Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk pada tahun 2024 jumlah kasus *stunting* di Surakarta pada tahun 2023 sebanyak 4,2 persen dari jumlah keseluruhan bayi balita di Surakarta. Berdasarkan data dari Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dalam Badan Pusat Statistik Kota Surakarta tahun 2023 memaparkan bahwa jumlah bayi dibawah dua tahun dengan kasus *stunting* yaitu kisaran 847 bayi. Sedangkan, di Kelurahan Bumi tahun 2022 keluarga beresiko *stunting* yaitu 439 dengan 37 bayi dibawah dua tahun, 104 balita, 435 pasangan usia subur, dan 13 pasangan usia subuh dalam kondisi hamil (Badan Pusat Statistik Kota Surakarta, 2023). Berdasarkan hasil riset dan data dari Kelurahan Bumi, Laweyan, Surakarta angka *stunting* di kelurahan tersebut per bulan Juli 2023 terdapat setidaknya 13 bayi dan 3 balita yang masih dinyatakan dalam kondisi *stunting*.

Prevalensi *stunting* di Surakarta yang masih jauh dari target pemerintah yaitu tidak ada lagi kasus *stunting* baru atau zero *stunting*, hal ini memerlukan intervensi kesehatan yang komprehensif (Badan

Pangan Nasional, 2022). Faktor penghambat percepatan penurunan angka *stunting* di Surakarta ini disebabkan karena rendahnya kesadaran masyarakat mengenai *stunting*, keyakinan beragama (banyak anak banyak rezeki), faktor ekonomi masyarakat yang mempengaruhi pemenuhan gizi, dan pola asuh masyarakat terhadap anak yang mayoritas masyarakatnya bekerja sehingga anak dititipkan pada nenek atau pengasuhnya yang minim pengetahuan mengenai pemenuhan gizi anak (Wijayanti et al., 2024).

Berdasarkan wawancara dengan kader Posyandu Balita di Kelurahan Bumi, masih tingginya *stunting* di daerah tersebut disebabkan oleh minimnya pengetahuan ibu mengenai bahaya dan faktor penyebab *stunting*. Hal ini terjadi karena keterbatasan akses informasi, baik melalui penyuluhan maupun pelatihan. Hasil survei tim PPK Ormawa menunjukkan bahwa mayoritas ibu yang memiliki bayi *stunting* kurang memahami tentang kondisi tersebut. Selain itu, masih banyak keluarga yang belum menyadari dampak asap rokok terhadap bayi mereka yang menyebabkan infeksi berulang dan menghambat pertumbuhan serta perkembangan anak. Faktor lain yang berkontribusi terhadap tingginya angka *stunting* adalah kelahiran prematur, yang sering kali disebabkan oleh aktivitas berlebihan ibu selama masa kehamilan dan kurangnya kesadaran ibu hamil terhadap pemenuhan gizi yang cukup pada masa kehamilannya. Hal ini mengakibatkan kekurangan gizi kronis yang berpengaruh terhadap tumbuh kembang bayi. Mayoritas ibu yang bekerja sehingga kurang memperhatikan pemenuhan gizi, stimulasi, dan pola asuh yang optimal pada bayi mereka juga menambah angka prevalensi disana. Berdasarkan hasil survei lahan tim PPK Ormawa, Kelurahan Bumi merupakan daerah yang padat penduduk sehingga sanitasi lingkungan disana kurang baik untuk perkembangan dan pertumbuhan anak karena beresiko memicu perkembangan virus, kuman, dan bakteri yang dapat menyebabkan infeksi khususnya pada bayi dengan imunitas rendah. Semua faktor tersebut menjadi alasan kuat tingginya prevalensi *stunting* di Kelurahan Bumi.

Stunting merupakan masalah serius yang mempengaruhi kualitas hidup anak dan masa depan bangsa. Hal ini disebabkan karena *stunting* memiliki konsekuensi jangka pendek yang dapat berpotensi sakit, kematian, keterlambatan tumbuh kembang, dan meningkatnya biaya kesehatan (Dinkes Kota Semarang, 2022). *Stunting* juga memiliki konsekuensi jangka Panjang yang meliputi hambatan pertumbuhan, peningkatan risiko penyakit serta gangguan perkembangan kognitif anak saat ini dan gangguan produktivitas di masa depan (Kementerian Kesehatan, 2024).

Banyaknya prevalensi dan bahaya dampak *stunting* untuk masa depan menyebabkan kasus *stunting* ini harus segera ditangani dengan cara melakukan pencegahan dan menghindari segala faktor resiko. Penanganan *stunting* dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti pemberian makanan tambahan (PMT) untuk membantu meningkatkan status gizi anak, pengobatan yang tepat untuk mengatasi infeksi yang dialami, serta stimulasi tumbuh kembang yang optimal untuk mendukung perkembangan otak dan fisiknya. Selain itu, pendampingan keluarga juga penting agar orang tua

dapat memberikan pengasuhan dan stimulasi yang tepat kepada bayi *stunting* (Tim Puskesmas, 2024).

Dari banyaknya penanganan *stunting* diatas, Tim PPK Ormawa telah mewujudkan upaya percepatan penurunan angka *stunting* dengan memberikan implementasi kesehatan yang menyeluruh baik nutrisi maupun non-nutrisi dari berbagai lapisan masyarakat, mulai dari remaja, calon pengantin, ibu hamil, ibu menyusui, bayi, dan balita. Implementasi yang berfokus pada bayi ini berupa penyuluhan *stunting* sebagai upaya peningkatan kesadaran masyarakat berkaitan dengan bahaya *stunting* untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi dan pemberian penyuluhan mengenai pemenuhan gizi yang baik dengan makanan tinggi protein hewani dan pemberian asi eksklusif. Selain itu, demonstrasi pengolahan MPASI (makanan pendamping air susu ibu) dan pelatihan pembuatan nuget daun kelor sebagai variasi dalam pemberian makanan bayi juga diberikan. Implementasi lainnya adalah pemberian susu formula, pemberian makanan tambahan pada bayi *stunting* setiap harinya dan pada bayi balita di posyandu setiap bulannya serta pemantauan terhadap tumbuh kembang bayi *stunting* di Kelurahan Bumi. Tim PPK Ormawa juga memfasilitasi konsultasi mengenai pemenuhan gizi, tumbuh kembang anak, dan informasi berkaitan dengan akses layanan kesehatan. Sebagai upaya melengkapi implementasi tersebut, pemberian intervensi dalam pemenuhan stimulasi pada bayi *stunting* ini perlu diberikan.

Pemberian stimulasi pada bayi *stunting* dapat dilakukan salah satunya dengan pijat bayi. Pijat bayi adalah suatu terapi sentuhan yang memberi banyak manfaat, termasuk menenangkan bayi, membantu tidur lebih nyenyak, dan meningkatkan kemampuan berkonsentrasi. Pijat bayi juga menjadi salah satu bentuk stimulasi yang efektif untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara menyeluruh. Pijat bayi mampu mengurangi gangguan pencernaan, dan meredakan tekanan emosional, dan mendukung perkembangan saraf dan otak, memperbaiki gerakan usus, menstimulasi aktivitas *nervus vagus*, serta memperkuat daya tahan tubuh bayi. Semua ini berkontribusi pada peningkatan berat badan, pertumbuhan yang optimal, dan perkembangan anak yang lebih baik (Nurseha *dan* Subagiyo, 2022). Pijat bayi memiliki peran signifikan dalam menurunkan risiko *stunting* melalui stimulasi fisiologis dan psikologis yang mendukung pertumbuhan anak secara optimal (Azwar *dan* Fikri, 2024).

Efektivitas pijat bayi yang tinggi terhadap penurunan angka *stunting* perlu disosialisasikan dengan baik kepada masyarakat agar meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan bayi baik secara fisik, psikis, maupun emosional. Keterbatasan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam melakukan pijat bayi secara benar dan efektif merupakan salah satu faktor penghambat pencegahan *stunting*. Hal tersebut banyak terjadi di beberapa daerah di Indonesia salah satunya adalah Kelurahan Bumi, Laweyan, Surakarta. Menurut kader posyandu balita di Kelurahan Bumi belum terdapat penyuluhan kepada ibu dengan bayi mengenai pijat bayi sehingga kurang terpapar informasi mengenai bagaimana teknik yang benar dan manfaat yang diperoleh. Pengetahuan ibu tentang *stunting* merupakan faktor determinan dalam

pencegahan *stunting* pada bayi (Ramadhoni et al., 2022). Oleh sebab itu, Implementasi pelatihan pijat bayi penting diberikan oleh tenaga kesehatan dan kader kepada ibu dengan bayi *stunting* agar meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi secara signifikan. Studi menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan ibu tentang pijat bayi berdampak positif pada keterampilan merawat bayi, yang berkontribusi pada penurunan prevalensi *stunting* (Widiani et al., 2024). Upaya nyata perlu dilakukan untuk meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan keterampilan ibu dengan bayi *stunting* dalam melakukan pijat bayi.

Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat yang digunakan adalah pemberian edukasi berupa penyuluhan sekaligus pelatihan pijat bayi. Pelatihan pijat bayi ini diberikan kepada kurang lebih 13 ibu dengan bayi stunting di Kelurahan Bumi dan kader posyandu setempat. Kegiatan ini dilaksakan pada hari Sabtu 28 Oktober 2023 di Pendopo Kelurahan Bumi. Proses pelaksanaan kegiatan ini dilakukan berdasarkan langkah berikut: a) Melakukan kontrak keterlibatan mitra; b) Melakukan analisis kebutuhan mitra; c) Melakukan deklarasi perencanaan kegiatan sebagai solusi atas dasar kebutuhan mitra; d) Menetapkan jadwal pelaksanaan dan menyebar undangan pada mitra; e) Melaksanakan penyuluhan pijat bayi melalui metode ceramah; f) Melaksanakan kegiatan pelatihan pijat bayi dengan mendemonstrasikan pijat bayi; g) Mengevaluasi Kegiatan dengan buzz group discussion atau pembentukan kelompok kecil dan post test.

Instrumen yang digunakan sebagai dasar penilaian berupa kuisioner pengetahuan pijat bayi pada ibu dengan bayi stunting. Penilaian kuesioner ini menggunakan skala *guttman* atau *dichotomous scale* dengan ketentuan pertanyaan *favorable*, jawaban "benar" diberi nilai 1 dan "salah" diberi nilai 0. Pertanyaan *unfavorable*, jawaban "benar" diberi nilai 0 dan "salah" diberi nilai 1 dengan kriteria penilaian:

Tabel 1 Kriteria Penilaian Hasil Kuesioner Pengetahuan Pijat Bayi

Klasifikasi Nilai	Kategori Pengetahuan
> 75% - 100%	Baik
56% - 75%	Cukup
< 56%	Kurang

Dalam pelatihan pijat bayi menggunakan media pendukung berupa modul panduan pelatihan pijat bayi yang berisi penjelasan lengkap mengenai pengertian, tujuan, manfaat, indikasi, dan kontraindikasi serta langkah-langkah pijat bayi secara lengkap.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pelatihan pijat bayi ini dilakukan pada hari sabtu, 28 Oktober 2023 pada pukul 09.00-10.30 WIB di Kelurahan Bumi, Laweyan, Surakarta. Kegiatan ini dihadiri oleh 13 ibu dengan bayi *stunting*, 7 kader posyandu, 14 tim PPK Ormawa, dua dosen dan satu perangkat kelurahan. Sebelum pelatihan pijat bayi dilaksanakan, 13 repsonden mengisi kuisioner pengetahuan pijat bayi sebanyak 23 pertanyaan melalui pre test. Sebagai evaluasi tingkat pengetahuan akan diukur kembali setelah pelatihan dengan kuisioner yang sama melalui post test. Adapun hasil perbedaan nilai pre test dan post test sebagai berikut:

Table 2 Pengetahuan Sebelum dan Setelah Pelatihan Pijat Bayi

Pengetahuan	Pre		Post	
	F	(%)	F	(%)
Baik	-	-	10	73
Cukup	4	31	3	27
Kurang	9	69	-	-
Total	**13**	**100**	**13**	**100**

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil *pre test* menunjukkan tingkat pengetahuan pijat bayi pada ibu dengan bayi *stunting* mayoritas memiliki tingkat pengetahuan kurang dengan prosentase 69%. Hasil post test menunjukkan peningkatkan dengan mayoritas responden mempunyai tingkat pengetahuan baik dengan prosentase 73%. Berdasarkan hasil yang diperoleh maka dapat diketahui bahwa pemberian pelatihan pijat bayi ini cukup efektif dan menunjukan hasil yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan responden.



Gambar 1. Pelatihan Pijat Bayi

Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pendidikan formal, akses terhadap informasi, pengalaman hidup, nilai budaya, dan status sosial-ekonomi (Susilawati et al., 2022). Salah satu penyebab utama kurangnya pengetahuan ibu dengan bayi *stunting* mengenai pijat bayi dan manfaatnya adalah minimnya informasi yang tersedia di posyandu balita Kelurahan Bumi. Kondisi ini sejalan dengan penelitian yang mengungkapkan bahwa orang tua yang belum mendapatkan informasi tentang pijat bayi untuk mengatasi *stunting* cenderung memiliki tingkat pengetahuan lebih rendah dibandingkan mereka yang telah memperoleh informasi melalui media sosial, radio, televisi, atau baliho (Rahmawati et al., 2019). Hasil wawancara menunjukkan mayoritas ibu yang bekerja, sehingga kurang memahami perkembangan bayi mereka secara mendalam. Selain itu, minimnya kesadaran ibu tentang bahaya *stunting* di masa depan menjadi salah satu penyebab rendahnya minat mereka untuk memperdalam pengetahuan terkait *stunting*, termasuk pencegahan, penanganan, dan alternatif penyembuhannya yang praktis dan mudah diterapkan seperti pijat bayi.

Hasil analisis situasi menunjukkan bahwa dalam beberapa waktu terdapat bayi yang menangis ditengah jalannya pelatihan pijat bayi, hal ini berdampak pada kurang optimalnya penerimaan informasi ibu dengan bayi *stunting* mengenai pelatihan tersebut. Akan tetapi, menurut hasil post-test menunjukkan angka keberhasilan yang cukup tinggi. Penerimaan informasi yang baik saat pelatihan pijat bayi didukung oleh penggunaan media dan metode yang sesuai. Penggunaan metode ceramah, demonstrasi dan *buzz group discussion* ini dinilai mampu membantu meningkatkan pengetahuan pijat bayi pada ibu dengan bayi *stunting* dalam kegiatan pelatihan pijat bayi.



Gambar 2. Penyuluhan Pijat Bayi

Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Nuraida *dan* Herawati pada tahun 2022 yang menunjukkan kegiatan pengabdian yang melibatkan 30 peserta, terdiri dari kader dan ibu bayi batita, menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan dan keterampilan tentang pijat bayi. Melalui metode ceramah, praktik dan diskusi. Penelitian tersebut juga didukung oleh Nazirah et al pada tahun 2020 yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan dengan metode diskusi kelompok memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap. Metode demonstrasi juga dinilai efektif terhadap peningkatan pengetahuan responden, hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Santy et al. pada tahun 2023 Keterampilan ibu pada kelompok demonstrasi pijat bayi meningkat sebesar 29,4%, dari 64,7% dalam kategori cukup menjadi 94,1% dalam kategori baik.

Hasil pelatihan pijat bayi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan pijat bayi pada ibu dengan bayi *stunting*, dengan kenaikan tingkat pengetahuan sebesar 73%. Hal ini memiliki persamaan dengan penelitian sebelumnya di Wilayah Kerja Puskesmas Pajangan Bantul, Rata-rata tingkat pengetahuan responden sebelum mengikuti pelatihan adalah 56,25, dan meningkat menjadi 87,5 setelah pelatihan pijat bayi diberikan. Peningkatan ini terbukti signifikan sehingga pelatihan pijat bayi sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan balita (Maryati, 2020).

Tingkat pengetahuan ibu tentang pijat bayi memiliki hubungan yang signifikan terhadap tumbuh kembang anak. Pengetahuan yang baik memungkinkan ibu untuk melakukan pijat bayi dengan teknik yang benar dan rutin, yang dapat meningkatkan stimulasi sensorik dan motorik pada anak. Hal ini berkontribusi pada perkembangan fisik, emosional, dan kognitif anak. Selain itu, pijat bayi juga membantu memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak, meningkatkan pola tidur, serta mendukung fungsi pencernaan dan sistem kekebalan tubuh, yang semuanya berperan penting dalam tumbuh kembang anak secara optimal. Hal ini di dukung oleh penelitian Merida dan Hanifa pada tahun 2022 pada seluruh bayi usia 6-12 bulan yang ada di PMB Hana sebanyak 50 bayi dengan hasil dari penelitian ini adalah ada pengaruh antara pijat bayi dengan tumbuh kembang bayi di PMB Hana (Merida *dan* Hanifa, 2022).

Pijat bayi memiliki hubungan signifikan dengan penurunan risiko *stunting* melalui stimulasi fisiologis dan psikologis yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal pada anak (Azwar *dan* Fikri, 2024). Pijat bayi merupakan kombinasi sentuhan dan tekanan yang dilakukan pada tubuh bayi. Tekanan pada tubuh memicu pelepasan *neurokimia beta-endorphin*, yang selanjutnya merangsang aktivitas *ornithine decarboxylase (ODC)* dan hormon pertumbuhan lainnya, sehingga menunjang tumbuh kembang anak secara maksimal (Shanty, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Airin, dkk, dapat disimpulkan bahwa sebelum bayi mendapatkan pijatan, pertumbuhan mereka cenderung berbeda dalam hal berat badan, panjang badan, dan lingkar kepala, yang disebabkan oleh kurangnya kadar enzim yang optimal untuk penyerapan nutrisi. Namun, setelah mendapatkan pijatan secara teratur, pertumbuhan bayi dalam

aspek-aspek tersebut mengalami peningkatan yang signifikan. Teknik pemijatan yang benar dalam pijat bayi mampu meningkatkan aktivitas saraf otak ke-10, yaitu nervus vagus, yang berperan dalam meningkatkan produksi enzim gastrin dan insulin. Kedua enzim ini membantu proses penyerapan nutrisi lebih efektif, sehingga berat badan anak bertambah secara proporsional. Selain itu, aktivitas nervus vagus juga terkait dengan peningkatan volume ASI yang dikonsumsi anak (Arini et al., 2023). Selain manfaat fisik, pijatan juga berdampak positif pada otak anak. Sensasi pijatan dapat mengubah pola gelombang otak dengan menurunkan gelombang alfa dan meningkatkan gelombang beta, yang membantu anak merasa tenang dan tidur lebih nyenyak. Ketika terbangun, anak menjadi lebih segar dan mampu berkonsentrasi dengan baik (Haryani et al., 2024).

Adanya peningkatan tumbuh kembang dengan alternative pijat bayi ini semakin mendukung program penurunan *stunting*. Pemberian intervensi pijat bayi berkelanjutan minimal satu kali sehari ini dapat mendukung tumbuh kembang yang maksimal pada bayi. Hal ini di dukung dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan dengan melakukan pijat bayi pada usia 3-12 bulan secara rutin seminggu sekali selama enam minggu, kemudian dilanjutkan secara mandiri oleh ibu di rumah, terbukti efektif dalam meningkatkan berat badan bayi secara signifikan (Purwanti *dan* Mildiana, 2021). Oleh karena itu penting bagi ibu bayi *stunting* untuk mengetahui secara baik dan benar tahapan pijat bayi sebagai upaya peningkatan pertumbuhan dan perkembangan bayi agar dapat membantu pemerintah menurunkan angka *stunting* dan menjadikan generasi emas untuk masa depan.

Kesimpulan dan Saran

Pelatihan pijat bayi sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu dengan bayi *stunting* di Kelurahan Bumi memberikan hasil yang sangat signifikan dengan rincian:

1. Tingkat pengetahuan ibu sebelum dilakukan pelatihan pijat bayi 69% ibu dengan bayi *stunting* memiliki kategori tingkat pengetahuan kurang, 31% kategori tingkat pengetahuan cukup, dan tidak ada yang memiliki kategori tingkat pengetahuan baik.
2. Setelah diberikan pelatihan pijat bayi, tingkat pengetahuan ibu dengan bayi *stunting* meningkat 73% yang memiliki kategori tingkat pengetahuan baik, 27% kategori tingkat pengetahuan cukup, dan tidak ada yang memiliki kategori tingkat pengetahuan kurang.
3. Terjadi peningkatan 73% kategori baik, penurunan 4% kategori cukup, dan penurunan sebesar 69% kategori kurang setelah diberikan pelatihan pijat bayi.

Maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan pijat bayi pada ibu dengan bayi stunting mampu meningkatkan tingkat pengetahuan ibu mengenai pijat bayi.

Dalam menindaklanjuti upaya penurunan angka stunting maka diperlukan kontribusi aktif dari berbagai pihak. Pelatihan pijat bayi menjadi salah satu langkah strategis yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu tetapi juga memberikan manfaat langsung bagi tumbuh kembang bayi. Oleh karena itu, berikut adalah beberapa saran yang ditujukan kepada

berbagai pihak untuk mendukung keberhasilan program ini:

1. Tenaga Kesehatan

   Tenaga kesehatan diharapkan dapat mengembangkan media edukasi dengan cara menciptakan booklet pijat bayi versi digital. Sehingga mampu dijangkau oleh masyarakat luas mengenai Teknik pijat bayi yang baik dan benar.

2. Kader Posyandu

   Kader posyandu dianjurkan untuk memberikan pelatihan kepada ibu dengan bayi balita di kelurahan bumi sehingga ilmunya dapat bermanfaat bagi banyak orang dan diharapkan mampu menjadi alternative untuk membantu penurunan angka *stunting* di kelurahan bumi. Selain itu selalu melakukan pemantauan terhadap tumbuh kembang bayi balita dikelurahan bumi agar kasus *stunting* mampu mencapai *zero point stunting*.

3. Bagi ibu dengan bayi *stunting*

   Setelah mengikuti pelatihan, ibu dengan bayi *stunting* diimbau untuk menerapkan teknik pijat bayi secara rutin di rumah. Konsistensi dalam melaksanakan pijat bayi dapat memberikan manfaat langsung terhadap kesehatan fisik dan emosional bayi. Selain itu, ibu dengan bayi *stunting* diharapkan dapat menyebarluaskan ilmu yang telah di dapat mengenai pijat bayi.

Daftar Pustaka

Arini, W., Herawati, Y., Trisiani, D., Suryani, I., *dan* Risyanti, B. (2023). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi Usia 1-3 Bulan Di Pmb Wilayah Desa Banyusari Kabupaten Bandung Tahun 2023. Jurnal Kebidanan, 1(1), 1–14.

Azwar, *dan* Fikri. (2024). Intervensi Pijat Bayi Sebagai Upaya Mencegah Stunting Pada Balita. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 31–39.

Badan Pangan Nasional. (2022). Dukung Zero New Stunting, Entaskan Rawan Pangan dan Gizi. Badan Pangan Nasional. https://badanpangan.go.id/blog/post/dukung-zero-new-stunting-entaskan-rawan-pangan-dan-gizi

Badan Pusat Statistik Kota Surakarta. (2023). Kecamatan Laweyan Dalam Angka 2023 (Istanti, Sutono, *dan* C. Mutiara (eds.); 1st ed.). Badan Pusat Statistik Kota Surakarta. file:///C:/Users/HP14/OneDrive/Desktop/laweyan-subdistrict-in-figures-2023.pdf

Damanik, N. S., Simanjunjak, P., *dan* Sinaga, P. N. febrina. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. Jurnal Keperawatan Bunda Delima, 4(1), 83–89. https://doi.org/10.59030/jkbd.v4i1.28

Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk, dan K. B. (2024). Pemkot Surakarta Raih "Extraordinary Commandable Stunting Control" di CNN Indonesia Award 2024. Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk, Dan Keluarga Berencana Kota Surakarta. https://dp3ap2kb.surakarta.go.id/pemkot-surakarta-raih-extraordinary-commandable-stunting-control-di-cnn-indonesia-award-2024/

Dinkes Kota Semarang. (2022). Pentingnya Kenali Resiko Stunting. Dinas Kesehatan Kota Semarang. https://dinkes.semarangkota.go.id/content/post/295#:~:text=Dampak stunting pada anak jangka,(3) Meningkatkan biaya kesehatan.

Ditjen Bina Pembangunan Daerah. (2022). KEMENDAGRI Mendukung Dalam Upaya Pencapaian Target Penurunan Stunting 14% Tahun 2024. Kementrian Dalam Negri. https://bangda.kemendagri.go.id/berita/baca_konten t/541/_kemendagri_mendukung_dalam_upaya_pencapaian_target_penurunan_stunting_14__tahun_2024

Fauzi, S. (2024). Mengenal Apa Itu Stunting dan Bagaimana Mencegahnya. Pemerintah Kabupaten Barito Kuala. https://anjirmuara.baritokualakab.go.id/mengenal-apa-itu-stunting/

Febrianti, Y. (2020). Gambaran Status Ekonomi Keluarga Terhadap Status Gizi Balita (BB/U) di Kecamatan Rumbai Pesisir Kota Pekanbaru [Poltekkes Kemenkes Riau]. http://repository.pkr.ac.id/

Haryani, S., Astuti, A. P., *dan* Sari, K. (2024). 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), 64–69. https://doi.org/10.35473/ijce.v6i1.3153

Kementerian Kesehatan. (2024). Stunting. Ayo Sehat Kemkes. https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-

penyakit/defisiensi-nutrisi/stunting
Kementerian Koodinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2023). Perlu Terobesan dan Intervensi Tepat Sasaran Lintas Sektor untuk Atasi Stunting. Kementerian Koodinator Bidang Pembangunan Manusia Dan Kebudayaan Republik Indonesia. https://www.kemenkopmk.go.id/perlu-terobosan-dan-intervensi-tepat-sasaran-lintas-sektor-untuk-atasi-stunting
Maryati, S. (2020). Pelatihan Pijat Bayi Efektif Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Ketrampilan Kader Balita Di Puskesmas Pajangan Bantul. Jurnal Kesehatan Karya Husada, 2(8), 1. https://pdfs.semanticscholar.org/b1a2/a1a0078ab9330c7db6d987e7c43cfc238db3.pdf

Merida, Y., *dan* Hanifa, F. N. (2022). Pengaruh PijatBayi Dengan Tumbuh Kembang Bayi. Jurnal Kesehatan, 11(1), 27–32. https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i1.424
Nazirah, Santy, P., Ramli, N., *dan* Purwita, E. (2020). Literature Review: Pendidikan kesehatan melalui diskusi kelompok dan curah pendapat terhadap pengetahuan dan sikap Pasangan Usia Subur (PUS) Akseptor KB AKDR. Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan, 2(1), 87. https://doi.org/10.30867/gikes.v2i1.510
Nuraida, *dan* Herawati, N. (2022). Sosialisasi dan Pelatihan Pijat Bayi Menuju Bayi SehatDesaPenyengat Olak. Journal of Community Engangement, 4(3). https://doi.org/https://doi.org/10.47679/ib.2022356
Nurseha, *dan* Subagiyo, S. U. (2022). Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Bayi (Motorik Kasar, Motorik Halus, Sosial Kemandirian dan Bahasa) Pada Bayi Usia 6-7 Bulan Di Desa Dermayon Kramatwatu. Jurnal Unived, 10(2), 149. file:///C:/Users/HP14/Downloads/3273-Article Text-11334-1-10-20221113.pdf
Purwanti, T., *dan* Mildiana, Y. E. (2021). Upaya Pencegahan Stunting pada Bayi Dengan Baby Massage. Abdi Medika, 1(57), 1–7.
Rahmawati, A., Nurmawati, T., *dan* Permata Sari, L. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Orang Tua tentang Stunting pada Balita. Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery), 6(3), 389–395. https://doi.org/10.26699/jnk.v6i3.art.p389-395
Ramadhoni, F. D., Kurniawan, R., Aziza, T. P., Martiany, D. N., Sari, R. A., Nurhayati, F. R., Annisa, S. B., Astuti, R. W., Saputri, E. Y., Nugrahwati, E., Nabrita, A. Y., Dhani, A. R., Fiqriyah, I. K., Sarbini, D., *dan* Yulian, V. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita dalam Pencegahan Stunting melalui Penyuluhan di Kelurahan Kartasura Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Jurnal Kesehatan, 211–223. https://proceedings.ums.ac.id/nhcos/article/view/1182/1156
Santy, G. W. A. D., Rumintang, B. I., Marliana, Y., *dan* Luthfia, E. (2023). Efektivitas Metode Demonstrasi dan Video tentang Pijat Bayi terhadap Keterampilan Ibu Post SC di Ruang Bersalin RSUD Provinsi NTB. Midwifery Student Journal, 2(2), 1–12. https://msj.poltekkes-mataram.id/index.php/home/article/view/15%0Ahttps://msj.poltekkes-mataram.id/index.php/home/article/download/15/7

Shanty, N. M. noveka. (2020). Efektivitas Baby Massage Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 5-6 Bulan [Stikes Insan Cendekia Medika Jombang]. In respiratori institut teknologi sains dan kesehatan insan cendekia medika jombang (Vol. 8, Issue 75). https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002%0Ahttp://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049%0Ahttp://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391%0Ahttp://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205%0Ahttp:
Susilawati, R., Pratiwi, F., *dan* Adhisty, Y. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Disminorhoe terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengena Disminorhoe di Kelas XI SMAN 2 Banguntapan. Jurnal Ilmu Kesehatan Mulia Madani Yogyakarta, 3(2), 37–54.
Tim Puskesmas. (2024). Pencegahan dan Penanganan Stunting PKM Anak Setatah. Puskesmas Anak Setatah Kabupaten Kepulauan Riau. https://pkmanaksetatah.merantikab.go.id/berita/19/Pencegahan-dan-Penanganan-Stunting-PKM-Anak-Setatah#:~:text=Anak yang sudah stunting perlu,stimulasi yang tepat kepada anak.
United Nations Children's Fund. (2020). Situasi Anak di Indonesia – Tren, Peluang, dan Tantangan Dalam Memenuhi Hak-Hak Anak. In QUO Bangkok (Ed.), UNICEF Indonesia. https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org.indonesia/files/2020-07/Situasi-Anak-di-Indonesia-2020.pdf
Widiani, N. N. A., Chania, M. P., *dan* Adnyani, N. W. S. (2024). Hubungan Pengetahuan Ibu Bayi Dengan Penerapan Terapi Komplementer Pijat Bayi Terkait Upaya Pencegahan Stunting. Jurnal Riset Kesehatan Nasional, 8(2), 104–109.
Wijayanti, Gunarmi, *dan* Hastuti, W. (2024). Program Pencegahan Dan Penanganan Stunting Di Kota Surakarta. Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan, 15(2), 4. https://doi.org/https://doi.org/10.26751/jikk.v15i2.2480