

# Protein Probiotik dan Pijat Oksitosin dalam Pencegahan Stunting di Desa Kedung Pengawas, Kabupaten Bekasi

## *The Role of Probiotic Protein and Oxytocin Massage in Stunting Prevention in Kedung Pengawas Village*

Umi Salamah<sup>1</sup>

Endang Purwanti<sup>2\*</sup>

Siti Muslima W. Udi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Department of Midwifery Diploma, STIKes Prima Indonesia, Bekasi, West Java, Indonesia

<sup>2</sup>Department of Pharmacy, STIKes Prima Indonesia, Bekasi, West Java, Indonesia

email: [umi\\_rafa20@yahoo.com](mailto:umi_rafa20@yahoo.com)

### Kata Kunci

Pijat Oksitosin  
Teknik Marmet  
Protein Probiotik

### Keywords:

Oxytocin Massage  
Marmet Technique  
Probiotic Protein

Received: December 2025

Accepted: February 2026

Published: April 2026

### Abstrak

Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan di Desa Kedung Pengawas Kabupaten Bekasi, ditandai dengan masih ditemukannya kasus meskipun angka stunting daerah telah mengalami penurunan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu serta mendukung pemenuhan gizi balita melalui inovasi pelatihan pijat oksitosin, teknik marmet, dan pemberian protein probiotik berbasis susu kedelai. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung, serta monitoring dan evaluasi terhadap pengetahuan ibu dan pertumbuhan anak. Kegiatan ini dilakukan selama 2 bulan dan diikuti oleh ibu menyusui, ibu dengan balita, dan kader yang berjumlah 20 orang, dengan pendekatan one-group pretest-posttest, tanpa kelompok kontrol. Secara statistik deskriptif, hasil pre-test dan post-test pengetahuan ibu menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata pengetahuan setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan pijat oksitosin, teknik marmet, serta edukasi gizi. Selain itu, konsumsi susu kedelai probiotik tiga kali per minggu selama satu bulan memberikan perubahan positif pada pertumbuhan, anak mengalami kecenderungan kenaikan berat badan dan tinggi badan setelah periode intervensi dibandingkan dengan pengukuran awal, meskipun besarnya peningkatan bervariasi antar individu. Pelatihan pijat oksitosin dan teknik marmet juga meningkatkan keterampilan ibu dalam menstimulasi produksi ASI dan mengatasi kendala menyusui secara mandiri. Kegiatan ini memberikan manfaat nyata bagi masyarakat dalam upaya pencegahan stunting melalui edukasi, peningkatan kapasitas, dan dukungan nutrisi tambahan yang mudah diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

### Abstract

Stunting remains a public health problem in Kedung Pengawas Village, Bekasi Regency, as indicated by the continued presence of stunting cases despite a regional decline in prevalence. This community service program aimed to improve maternal knowledge and skills and to support adequate nutritional intake among toddlers through innovative training in oxytocin massage and the Marmet technique, and the provision of soy milk-based probiotic protein. The methods included health education sessions, demonstrations, hands-on practice, and monitoring and evaluation of maternal knowledge and child growth. The program was conducted over a 2-month period and involved 20 participants, including breastfeeding mothers, mothers with toddlers, and community health cadres. A one-group pretest-posttest design, without a control group, was used for evaluation. Descriptive statistical analysis showed an increase in the mean maternal knowledge scores from the pretest to the posttest following counseling, training in oxytocin massage and the Marmet technique, and nutrition education. In addition, consumption of probiotic soy milk three times per week for one month was associated with positive growth-related trends, as children tended to show increases in body weight and height after the intervention period compared with baseline measurements. However, the magnitude of change varied among individuals. Training in oxytocin massage and the Marmet technique also enhanced mothers' skills in stimulating breast milk production and independently addressing breastfeeding challenges. Overall, this program provided tangible benefits to the community in stunting prevention through education, capacity building, and practical nutritional support that can be easily applied in daily life.



© 2026 Umi Salamah, Endang Purwanti, Siti Muslima W. Udi. Published by [Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya](#). This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v11i4.11751>

## PENDAHULUAN

Desa Kedung Pengawas, Kecamatan Babelan, Kabupaten Bekasi merupakan wilayah dengan karakteristik sosial ekonomi menengah ke bawah, di mana sebagian besar masyarakat bekerja sebagai petani dan pedagang dengan tingkat pendidikan yang relatif rendah. Berdasarkan laporan tingkat RT ditemukan 2-3 anak mengalami gizi kurang yang dapat berpotensi berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak, meski angka stunting telah menurun, upaya penanganan dan pencegahan terus dilakukan untuk mencapai angka terendah. Data Pemerintah Kabupaten Bekasi menunjukkan penurunan prevalensi stunting dari 21,5% pada tahun 2021 menjadi 17,8% pada tahun 2022, angka tersebut masih berada di atas target RPJMN, sehingga dibutuhkan penguatan intervensi berbasis keluarga, dan komunitas untuk mencapai percepatan penurunan stunting secara berkelanjutan (Kementerian PDDT, 2017). Periode 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK) merupakan fase kritis sebagai awal terjadinya stunting dan dampak jangka panjang terhadap kesehatan, perkembangan kognitif dan produktivitas anak (Harini *et al.*, 2020).

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan dan dilanjutkan hingga usia dua tahun menjadi salah satu intervensi kunci pencegahan stunting (Salamah *et al.*, 2019). Namun, dalam praktiknya banyak ibu mengalami kendala menyusui, terutama akibat faktor psikologis, kurangnya kepercayaan diri terhadap produksi ASI, stres, serta minimnya stimulasi hormon oksitosin, sehingga kegagalan ASI eksklusif sering terjadi bukan karena faktor fisiologis, melainkan keterbatasan intervensi edukatif dan dukungan yang tepat (Salamah *et al.*, 2019). Tujuan dari pengabdian ini yaitu Kegiatan ini berkaitan erat dengan peningkatan kualitas kesehatan ibu dan bayi, yang secara langsung mendukung beberapa poin dalam *Sustainable Development Goals* (SDG's) diantaranya Kehidupan Sehat dan Sejahtera (*Good Health and Well-being*) kegiatan ini berkontribusi langsung pada target menurunkan angka kematian ibu dan bayi dengan meningkatkan kualitas perawatan pascapersalinan dan menyusui. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini berangkat dari hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kegagalan pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui (Irma, 2024). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa kegagalan ASI eksklusif umumnya dipengaruhi oleh beberapa aspek penting, seperti kurangnya pengetahuan ibu, minimnya dukungan keluarga, stres dan kelelahan, ketidakpercayaan diri terhadap produksi ASI, serta kurangnya stimulasi hormon oksitosin yang berperan dalam proses *let-down reflex*.

Hingga saat ini, belum ditemukan program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) di Desa Kedung Pengawas yang mengintegrasikan stimulasi laktasi melalui pelatihan pijat oksitosin dan teknik marmet dengan intervensi probiotik berbasis pangan lokal sebagai upaya pencegahan stunting. Selain itu, kebiasaan konsumsi pangan tinggi protein, khususnya sumber protein nabati yang mengandung probiotik, masih sangat terbatas, padahal ketidakseimbangan asupan protein berimplikasi pada kualitas ASI dan status gizi balita. Oleh karena itu, kegiatan PKM ini menawarkan solusi inovatif melalui integrasi edukasi dan pelatihan stimulasi laktasi (pijat oksitosin dan teknik marmet) dengan pemberian protein probiotik berbasis susu kedelai yang mengandung *Weissella confusa* (nomor paten sederhana IDS000008154) (Indri *et al.*, 2024)

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Kedung Pengawas, kabupaten Bekasi. Metode yang digunakan dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat ini meliputi pendekatan atau observasi yang merupakan base-line dalam kegiatan ini, kemudian diberikan penyuluhan dan pembinaan serta terakhir adanya monitoring dan evaluasi. Evaluasi pengetahuan ibu dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur yang disusun oleh tim, pengukuran BB dengan menggunakan timbangan digital, sedangkan tinggi badan menggunakan microtoise atau length board yang dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Seluruh peserta kegiatan diberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, manfaat, serta potensi risiko kegiatan sebelum pelaksanaan (Purwati *et al.*, 2024). Partisipasi bersifat sukarela, dan persetujuan tertulis (*informed consent*) diperoleh dari seluruh ibu peserta. Kerahasiaan data peserta dijaga dan digunakan hanya untuk kepentingan evaluasi dan pelaporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (Suliyanto, 2010). Penyuluhan kepada masyarakat setempat tentang pentingnya pencegahan stunting salah satunya dengan pemberian ASI eksklusif dan susu

kedelai probiotik. Metode pelatihan meliputi pelatihan pijat oksitosin dan teknik marmet, Pelatihan kedua teknik ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengatasi kendala menyusui secara mandiri (Jannah *et al.*, 2021), serta pemberian susu kedelai probiotik tiga kali dalam seminggu menggunakan bakteri *Weissella Confuse* dengan nomor paten sederhana IDS000008154 (Indri *et al.*, 2024) memiliki potensi dalam meningkatkan kesehatan pencernaan, memperbaiki metabolisme, serta mendukung kualitas dan kuantitas ASI melalui peranannya dalam keseimbangan mikrobiota usus ibu menyusui dan balita. Probiotik yang digunakan untuk susu kedelai yaitu diberikan 3 tetes probiotik setiap 200 ml susu kedelai (Mardiyarningsih & Setyowati, 2011). Probiotik *Weissella confusa* dilaporkan berperan dalam meningkatkan kesehatan pencernaan, efisiensi penyerapan nutrisi, dan metabolisme, yang secara tidak langsung mendukung kualitas gizi ibu menyusui dan balita (Zhai *et al.*, 2019). Kegiatan ini merupakan Pengabdian kepada Masyarakat yang berfokus pada monitoring hasil program, bukan uji klinis atau penelitian eksperimental. Evaluasi dilakukan secara deskriptif untuk menilai perubahan pengetahuan dan kecenderungan pertumbuhan anak sebagai indikator keberhasilan program

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan, pelatihan pijat oksitosin, teknik marmet telah dilaksanakan, serta pemberian susu kedelai probiotik telah diberikan 3 kali dalam seminggu selama 1 bulan penuh telah terlaksana dengan baik. Kegiatan ini diikuti oleh 20 peserta yang terdiri dari ibu menyusui, ibu yang memiliki balita, serta kader kesehatan.



Gambar 1. Pemberian Penyuluhan.



Gambar 2. Pelatihan Pijat Oksitosin dan Teknik Marmet.

Pada gambar 1 dan 2, peserta diberikan materi mengenai pentingnya ASI eksklusif, faktor-faktor yang memengaruhi produksi ASI, serta manfaat pijat oksitosin dalam melancarkan ASI, metode yang digunakan yaitu ceramah interaktif.

Pelatihan pijat oksitosin dan teknik marmet dilakukan dengan cara demonstrasi langsung, serta simulasi yang memungkinkan peserta untuk memahami tidak hanya teori, tetapi juga praktik nyata. Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya, berdiskusi dan praktik langsung sehingga tercipta suasana belajar yang partisipatif dan mendalam. Dukungan visual dari media presentasi dan alat bantu praktik juga meningkatkan efektivitas pelatihan. Hasil pretest menunjukkan hanya 7 (35%) peserta yang mengetahui manfaat dan cara pijat oksitosin. Setelah penyuluhan, hasil post-test meningkat hingga 17 (85%) peserta memahami dengan baik. Peserta menyatakan materi mudah dipahami dan sangat relevan dengan permasalahan yang mereka alami.



Gambar 3. Demonstrasi pembuatan susu kedelai probiotik.

Gambar 3 yaitu kegiatan demonstrasi pembuatan susu kedelai probiotik kepada ibu-ibu dan kader kesehatan di wilayah desa kedung pengawas. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan keterampilan praktis mengenai penyediaan minuman sehat berbasis bahan lokal yang mudah diperoleh, ekonomis, dan bernilai gizi tinggi. Melalui demonstrasi, masyarakat dapat memahami bahwa kedelai merupakan sumber protein nabati yang murah, mudah diperoleh, dan kaya manfaat. Pengetahuan ini menumbuhkan kesadaran bahwa kebutuhan gizi keluarga tidak harus selalu dipenuhi dari produk hewani yang relatif lebih mahal. Dengan pengalaman langsung, peserta akan lebih percaya diri untuk membuat sendiri di rumah tanpa ketergantungan pada produk pabrikan dan masyarakat berpeluang menjadikan susu kedelai sebagai usaha kecil rumahan. Hasil olahan bisa dipasarkan di sekitar lingkungan, sekolah, atau posyandu sebagai minuman sehat dengan harga terjangkau.

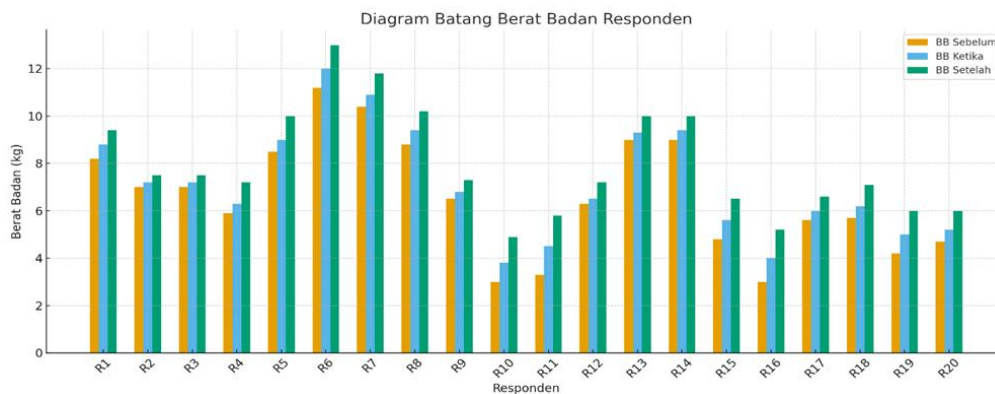


Gambar 4. Peserta Kegiatan.

Tabel I. Distribusi Frekuensi Hasil Pre-Test dan Post-Test

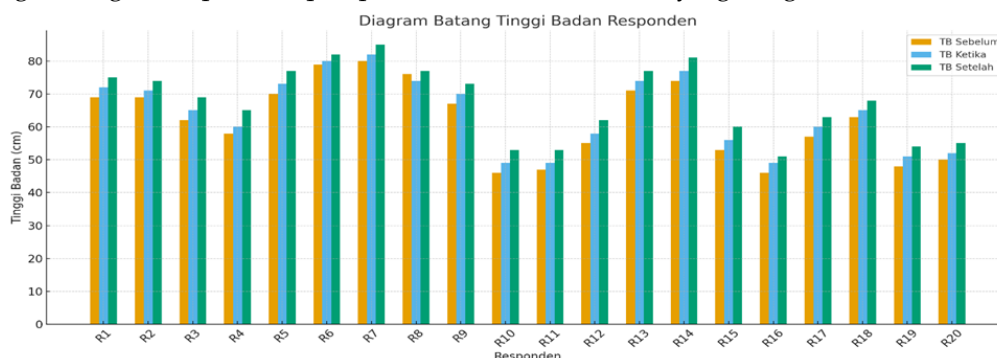
Kategori	Pretest		Posttest	
	n	%	n	%
Baik	2	10	14	70
Cukup	11	55	6	30
Kurang	7	35	0	0
Total	20	100	20	100

Berdasarkan tabel 1 pada pretest Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori baik sebanyak 2 orang (10%), kategori cukup sebanyak 11 (55%) dan kategori kurang sebanyak 7(35%). Setelah mengikuti edukasi (posttest) jumlah responden memiliki tingkat pengetahuan kategori baik sebanyak 14 orang (70%), kategori cukup sebanyak 6 (30%) dan kategori kurang sebanyak 0 (0%).



Gambar 5. Data Berat Badan Anak.

Berdasarkan hasil pengukuran berat badan pada 20 responden yang dilakukan pada tiga tahap, sebelum intervensi, ketika intervensi, dan setelah intervensi, diperoleh gambaran bahwa terjadi tren pertumbuhan positif yang konsisten pada hampir seluruh anak. Data tersebut menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan selama program berlangsung memberikan kontribusi terhadap stimulasi pertumbuhan anak, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui perbaikan status nutrisi dan kesehatan. Mayoritas responden mengalami kenaikan berat badan meskipun besarnya bervariasi. Responden dengan peningkatan signifikan pada tahap ini pada R5, R6, R7, R8, R13, R14, yang mengalami kenaikan sebesar ±0,5-1 kg.



Gambar 6. Data Berat Badan Anak.

Berdasarkan hasil pengukuran tinggi badan pada 20 responden yang dilakukan pada tiga tahap, sebelum intervensi, ketika intervensi, dan setelah intervensi diperoleh gambaran bahwa terjadi tren pertumbuhan positif yang konsisten pada hampir seluruh anak. Data tersebut menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan selama program berlangsung memberikan kontribusi terhadap stimulasi pertumbuhan anak, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui perbaikan status nutrisi dan kesehatan.

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pelatihan pijat oksitosin dan pemberian protein probiotik berbasis susu kedelai telah berhasil dilaksanakan dengan baik serta memberikan manfaat nyata bagi ibu menyusui, balita yang dapat dilihat dari kenaikan Berat Badan dan Tinggi Badan. Melalui pelatihan pijat oksitosin, ibu dan keluarga memperoleh keterampilan praktis dalam menstimulasi produksi ASI secara alami, aman, dan tanpa biaya tinggi. Keterlibatan suami dan keluarga

dalam praktik pijat oksitosin terbukti meningkatkan rasa percaya diri ibu serta memperkuat dukungan emosional, sehingga berdampak positif pada kelancaran pemberian ASI eksklusif.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terimakasih kepada Direktorat Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Direktorat Jenderal Riset Dan Pengembangan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains Dan Teknologi Republik Indonesia atas pendaan terhadap kegiatan Skema Pemberdayaan Berbasis Masyarakat Ruang Lingkup Pengabdian Masyarakat Pemula dengan Surat Keputusan Nomor: 0070/C3/AL.04/2025 mendapatkan anggaran Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul Inovasi Teknik Pijat Oksitosin dan Marmet serta Pemberian Protein Probiotik untuk Pencegahan Terjadinya Stunting di Desa Kedung Pengawas Kabupaten Bekasi. Terimakasih kepada LPPM (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat) STIKes Prima Indonesia dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan Nomor SK: 01/PKM/LPPM/V/2025.

## REFERENSI

- Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. (2017). *Buku saku desa dalam penanganan stunting*. Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi.
- Harini, I. M., Lestari, D. W. D., Agustina, N. N., Gumilas, N. S. A., Nafiisah, N., Ernawati, D. A., & Wicaksono, R. B. (2020). Pemberdayaan kader kesehatan Desa Sokaraja Tengah dalam pencegahan stunting pada anak melalui pemberian pengetahuan tentang pentingnya masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK). *Prosiding Seminar Nasional LPPM Unsoed*, **10**.
- Salamah, U., & Prasetya, P. H. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam kegagalan pemberian ASI. *5*(3), 199–204.
- Irma. (2024). Cegah stunting pada periode 1000 hari pertama kehidupan. 137–155.
- Indri, J., Hidayatul, J., Endang, P., & Yudha, E. O. R. (2024). Suatu produk susu kambing fermentasi dengan penambahan ekstrak kulit buah manggis (*Garcinia mangostana* L.).
- Purwati, E., & M. R. (2024). Aplikasi probiotik *Weissella confusa* untuk meningkatkan kadar N, P, dan K pupuk organik kotoran sapi di Wirausaha Tani Bekasi.
- Suliyanto. (2010). *Studi kelayakan bisnis pendekatan praktis*. Andi Offset.
- Jannah, H., & Purwati, E. (2021). Chemical analysis of fermented milk during refrigerator storage with the addition of mangosteen rind extract (*Garcinia mangostana* L.). *8*(8), 77–81. <https://doi.org/10.22219/fths.v8i8.17922>
- Mardiyarningsih, E. S., & Setyowati. (2011). Efektivitas kombinasi teknik Marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post seksio di rumah sakit wilayah Jawa Tengah. *Soedirman Journal of Nursing*, *6*(1), 31–38. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2011.6.1.321>
- Zhai, Q., et al. (2019). Probiotics for improving gut health and metabolic function. *Journal of Functional Foods*, *56*, 26–35. <https://doi.org/10.1016/j.jff.2019.02.028>