PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat
Volume 11, Issue 10, Pages 3069-3077 Oktober 2026 e-ISSN: 2654-4385 p-ISSN: 2502-6828
https://journal.umpr.ac.id/index.php/pengabdianmu/article/view/13111
DOI: https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v11i10.13111

Smart Touch: Edukasi Pijat Bayi untuk Memberdayakan Ibu dalam Pencegahan Stunting sejak Dini

Smart Touch: Baby Massage Education to Empower Mothers in Early Stunting Prevention

Dita Cahaya Ningrum

Noviyati Rahardjo Putri *

Ulinuha Aufa Rahmah

Department of Midwifery, Faculty of Medicine, Sebelas Maret University, Jawa Tengah, Indonesia

email: novirahardjo@staff.uns.ac.id

Kata Kunci
Pijat Bayi
Pengetahuan Ibu
Edukasi Kesehatan
Stunting
Stimulasi Tumbuh Kembang

Keywords:
Baby Massage
Maternal Knowladge
Health Education
Stunting
Growth Stimulation

Received: June 2026
Accepted: August 2026
Published: October 2026

Abstrak

Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat di Indonesia yang memerlukan intervensi promotif dan preventif berbasis komunitas. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui stimulasi tumbuh kembang bayi, seperti pijat bayi, namun pengetahuan ibu mengenai pijat bayi masih terbatas. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu bayi usia 0–12 bulan mengenai pijat bayi sebagai upaya mendukung pertumbuhan dan pencegahan stunting. Metode yang digunakan adalah pengabdian masyarakat dengan pendekatan edukasi kesehatan pada 16 ibu bayi usia 0–12 bulan di wilayah Ngoresan, Surakarta, melalui ceramah interaktif, demonstrasi, dan praktik langsung. Evaluasi dilakukan menggunakan pretest dan posttest yang dianalisis secara deskriptif dan menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank. Hasil menunjukkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 8,56 pada pretest menjadi 9,31 pada posttest, dengan peningkatan sebesar 0,75 poin. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan (p=0,022; p<0,05). Secara individual, sebagian besar peserta mengalami peningkatan skor, dengan peningkatan tertinggi sebesar 3 poin dan penurunan maksimal sebesar 1 poin. Dengan demikian, edukasi dan pelatihan pijat bayi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu serta berpotensi mendukung upaya pencegahan stunting melalui stimulasi tumbuh kembang yang optimal. Disarankan bagi pengabdi selanjutnya untuk melakukan pendampingan berkelanjutan dan evaluasi jangka panjang guna menilai perubahan perilaku serta dampak terhadap pertumbuhan bayi.

Abstract

Stunting remains a public health problem in Indonesia that requires community-based promotive and preventive interventions. One approach is to stimulate infant growth and development, such as through infant massage; however, mothers' knowledge of infant massage remains limited. This community service activity aimed to improve mothers' knowledge of infant massage for infants aged 0–12 months, as an effort to support growth and prevent stunting. The method used was a community-based health education approach involving 16 mothers of infants aged 0–12 months in Ngoresan, Surakarta, through interactive lectures, demonstrations, and hands-on practice. Evaluation was conducted using pretest and posttest scores, which were analyzed descriptively and using the Wilcoxon Signed-Rank test. The results showed an increase in the mean knowledge score from 8.56 on the pretest to 9.31 on the posttest, a gain of 0.75 points. The Wilcoxon test showed a significant difference in knowledge scores before and after the activity (p=0.022; p<0.05). Individually, most participants showed an increase in scores, with the largest increase of 3 points and the largest decrease of 1 point. Thus, infant massage education and training were effective in improving mothers' knowledge and have the potential to support stunting prevention by optimally stimulating infant growth and development. Future community service activities are recommended to provide continuous mentoring and long-term evaluation to assess behavioral changes and their impact on infant growth.

© 2026 Dita Cahaya Ningrum, Noviyati Rahardjo Putri, Ulinuha Aufa Rahmah. 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.v11i10.13111

How to cite: Ningrum, D, C., Putri, N, R., & Rahmah, U, A. (2026). Smart Touch: Edukasi Pijat Bayi untuk Memberdayakan Ibu dalam Pencegahan Stunting sejak Dini. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, **11**(10), 3069-3077. https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v11i10.13111

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia dan berdampak langsung terhadap kualitas sumber daya manusia di masa depan. Stunting merupakan kondisi anak dengan tinggi atau panjang badan berada di bawah -2 standar deviasi (SD) menurut umur dari median standar pertumbuhan anak yang dikeluarkan oleh *World Health Organization* (*World Health Organization*, 2024). Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2025, survei SSGI menunjukkan bahwa ada penurunan angka stunting secara nasional dari 21,5% di tahun 2023 menjadi 19,8% di tahun 2024. namun masih jauh dari target nasional sebesar 14,2% pada tahun 2029 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025). Meskipun terjadi penurunan persentase, diperlukan upaya yang lebih optimal untuk menurunkan angka tersebut secara lebih signifikan melalui pendekatan yang sesuai dengan karakteristik masyarakat. Di tingkat provinsi, Jawa Tengah mencatat prevalensi stunting sebesar 17,1% pada tahun 2024, lebih rendah dibandingkan rata-rata nasional, namun tetap menunjukkan adanya kasus yang memerlukan upaya promotif dan preventif lanjutan. Sementara itu, prevalensi stunting di Kota Surakarta sebesar 16,2% berdasarkan SSGI 2024 (Kemenkes, 2025). Angka ini lebih rendah dibandingkan rata-rata nasional dan provinsi, namun masih berada di atas target nasional, sehingga intervensi berbasis komunitas tetap diperlukan.

Stunting umumnya terjadi akibat kekurangan gizi yang berlangsung lama, terutama selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang merupakan fase krusial dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Dampak stunting tidak hanya bersifat jangka pendek berupa gangguan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan gangguan metabolisme tubuh, tetapi juga berdampak jangka panjang seperti penurunan kemampuan kognitif, gangguan sistem imun, serta peningkatan risiko penyakit tidak menular pada usia dewasa, termasuk diabetes, penyakit kardiovaskular, dan obesitas (Nisa, 2020; Yadika ADN *et al.,* 2019). Oleh karena itu, intervensi gizi pada periode 1.000 HPK menjadi sangat penting, karena kekurangan gizi pada fase ini cenderung bersifat permanen dan sulit diperbaiki pada tahap kehidupan selanjutnya (Agustin, 2024). Penelitian menunjukkan bahwa kurangnya stimulasi tumbuh kembang berhubungan signifikan dengan kejadian stunting, sehingga anak yang tidak mendapatkan stimulasi psikososial yang memadai berisiko lebih tinggi mengalami gangguan pertumbuhan linier (Sriwati *et al.,* 2022). Stimulasi sendiri merupakan serangkaian kegiatan rangsangan yang melibatkan penglihatan, pendengaran, bicara, dan sentuhan yang diberikan oleh lingkungan sekitar untuk membantu anak mencapai perkembangan optimal sesuai usianya (Sutarmi *et al.,* 2024).

Berbagai intervensi telah dikembangkan untuk mendukung peningkatan status gizi dan pertumbuhan bayi. Salah satu intervensi non farmakologis yang semakin banyak mendapat perhatian adalah pijat bayi, yaitu bentuk stimulasi sentuhan terstruktur yang dilakukan dengan teknik sistematis untuk merangsang respons neurologis dan fisiologis bayi. Dalam beberapa tahun terakhir, bukti ilmiah semakin memperkuat bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap pertumbuhan fisik, khususnya peningkatan berat badan sebagai salah satu indikator pertumbuhan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi, di mana bayi yang mendapatkan intervensi pijat mengalami peningkatan berat badan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol (Carolin, Bunga Tiara; Suprihatin; Agustin, 2020; Putri *et al.,* 2025). Temuan ini diperkuat oleh systematic review oleh Mrljak *et al.* (2022) yang menganalisis berbagai penelitian eksperimental dan menemukan bahwa sebagian besar studi melaporkan adanya peningkatan berat badan yang signifikan pada bayi yang diberikan pijat. Hasil tersebut menegaskan bahwa pijat bayi merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam mendukung pertumbuhan, khususnya peningkatan berat badan bayi (Mrljak *et al.,* 2022; Zübeyde Ezgi Erçelik; Hatice Bal Yilmaz, 2023).

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas pijat bayi dalam mendukung peningkatan berat badan dan pertumbuhan, implementasi praktik tersebut di tingkat masyarakat belum optimal. Di wilayah Ngoresan, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta, praktik stimulasi tumbuh kembang oleh ibu masih cenderung terbatas pada pemenuhan kebutuhan nutrisi, sementara stimulasi melalui sentuhan terstruktur seperti pijat bayi belum menjadi kebiasaan rutin. Selain itu, sebagian ibu belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai mengenai teknik pijat bayi yang benar dan aman. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara bukti ilmiah mengenai manfaat pijat bayi dengan praktik yang

diterapkan di masyarakat, sehingga diperlukan upaya pemberdayaan melalui pelatihan yang terstruktur dan berbasis edukasi. Pemberdayaan ibu melalui pelatihan pijat bayi diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga berkontribusi terhadap peningkatan pertumbuhan fisik bayi sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting.

METODE

Jenis kegiatan praktik dalam program ini merupakan kegiatan pengabdian masyarakat berbasis edukasi kesehatan dengan pendekatan promotif dan preventif. Kegiatan ini difokuskan pada pelatihan pijat bayi pada 16 ibu bayi usia 0-12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Ngoresan sebagai bentuk stimulasi tumbuh kembang yang mendukung peningkatan berat badan bayi dalam rangka pencegahan stunting. Langkah-langkah pelaksanaan kegiatan pemberdayaan masyarakat ini meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

Tahap persiapan diawali penyusunan materi edukasi mengenai pijat bayi yang mencakup pengertian, manfaat, kontraindikasi, waktu yang tepat melakukan pijat, serta langkah-langkah teknik pijat bayi yang aman dan sesuai standar. Materi disusun dalam bentuk presentasi dan leaflet agar mudah dipahami oleh peserta. Pada tahap ini juga disiapkan instrumen evaluasi berupa lembar pretest dan posttest untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan edukasi. Selanjutnya dilakukan dengan koordinasi bersama kader kesehatan dan pihak setempat di wilayah Ngoresan, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta. Koordinasi ini bertujuan untuk memperoleh izin pelaksanaan kegiatan, menentukan waktu dan tempat kegiatan, serta memastikan jumlah dan karakteristik peserta yang akan mengikuti pelatihan. Selain itu, koordinasi juga dilakukan untuk menyesuaikan kegiatan dengan kebutuhan masyarakat setempat agar pelatihan lebih tepat sasaran. Tahap persiapan diakhiri dengan menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan dalam demonstrasi dan praktik pijat bayi berupa tempat, alas pijat, dan baby oil. Untuk penyampaian materi disiapkan laptop, mikrofon, dan lembar *pretest posttest* . Kesiapan alat dan bahan menjadi faktor penting untuk mendukung kelancaran pelaksanaan kegiatan serta menciptakan suasana praktik yang kondusif dan aman.

Tahap pelaksanaan dilaksanakan hari Sabtu, 7 Februari 2026 yang dimulai dengan kegiatan pembukaan yang meliputi sambutan singkat. Kegiatan pembukaan bertujuan untuk menciptakan suasana yang nyaman dan membangun komunikasi yang baik antara pelaksana dan peserta. Setelah pembukaan, peserta diminta mengerjakan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai pijat bayi. Hasil pretest digunakan sebagai dasar untuk menilai peningkatan pengetahuan setelah intervensi edukasi diberikan. Kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi melalui metode ceramah interaktif. Dalam sesi ini, pelaksana menjelaskan konsep pijat bayi secara sistematis, disertai kesempatan tanya jawab untuk mendorong partisipasi aktif peserta. Pendekatan interaktif digunakan agar peserta lebih mudah memahami materi dan dapat mengaitkannya dengan pengalaman mereka dalam merawat bayi.

Setelah penyampaian materi, dilakukan demonstrasi teknik pijat bayi oleh pelaksana menggunakan boneka peraga. Demonstrasi dilakukan secara bertahap mulai dari pijatan pada bagian kaki, perut, dada, tangan, wajah, hingga punggung, dengan memperhatikan prinsip keamanan dan kenyamanan bayi. Pada tahap ini peserta dapat mengamati secara langsung teknik dan urutan pijat yang benar. Selanjutnya peserta dibagi dalam empat kelompok kecil dan diberikan kesempatan untuk melakukan praktik langsung pijat bayi dengan pendampingan. Praktik dilakukan secara bergiliran dengan supervisi dari pelaksana untuk memastikan teknik yang dilakukan sudah sesuai dengan prosedur yang diajarkan. Pendampingan ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan peserta serta membangun rasa percaya diri dalam melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah.

Tahap evaluasi dilakukan melalui pemberian posttest setelah edukasi dan sesi praktik selesai untuk mengatahui perubahan tingkat pengetauan peserta setelah mengikuti kegiatan. Setelah itu dilakukan pengolahan dan analisis hasil pretest dan posttest yng dilakukan langsung setelah edukasi selesai. Tujuannya adalah untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti pelatihan. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk melihat perubahan skor sebelum dan sesudah intervensi. Keterlibatan peserta selama praktik diamati secara umum berdasarkan

keikutsertaan dan keaktifan dalam mengikuti arahan pelaksana selama kegiatan, tanpa menggunakan instrument khusu untuk menilai keteramilan pijat bayi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan edukasi pijat bayi dalam rangka pemberdayaan masyarakat dilaksanakan di Ruang Kebugaran Lantai 2 Medical Center Universitas Sebelas Maret (UNS) pada tanggal hari Sabtu, 7 Februari 2026. Peserta kegiatan ini adalah ibu yang memiliki balita usia 0–12 bulan yang telah didata sebelumnya dan bersedia mengikuti kegiatan edukasi.



Gambar 1. Pengisian Pretest.

Kegiatan diawali dengan proses registrasi peserta yang datang ke lokasi kegiatan. Pada tahap ini peserta melakukan pendaftaran dan pendataan kehadiran sebagai bagian dari administrasi kegiatan. Setelah proses registrasi selesai, peserta kemudian diminta untuk mengisi pretest yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai pijat bayi sebelum diberikan edukasi.



Gambar 2. Kegiatan Edukasi dan Demonstrasi Pijat Bayi.

Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan atau penyampaian materi mengenai pijat bayi, yang meliputi pengertian pijat bayi, manfaat pijat bayi, tanda bayi siap dipijat, hal yang perlu diperhatikan dan disiapkan, serta teknik dasar pijat bayi yang benar. Setelah penyampaian materi selesai, kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab antara peserta dan pemateri.



Gambar 3. Praktik Pijat Bayi Mandiri.

Setelah sesi diskusi, peserta kemudian dibagi ke dalam beberapa kelompok kecil untuk mengikuti kegiatan praktik pijat bayi. Pada tahap ini peserta melakukan praktik pijat bayi secara mandiri pada bayi masing-masing dengan pendampingan dari fasilitator yang memberikan arahan dan koreksi terhadap teknik pijat yang dilakukan apabila terdapat teknik yang kurang tepat. Peserta tampak aktif mengikuti praktik, memperhatikan instruksi yang diberikan, serta mencoba mempraktikkan setiap langkah pijat bayi secara langsung. Namun, kegiatan ini belum dilengkapi dengan penilaian keterampilan menggunakan instrumen khusus untuk megukur ketepatan teknik pijat yang dilakukan peserta.



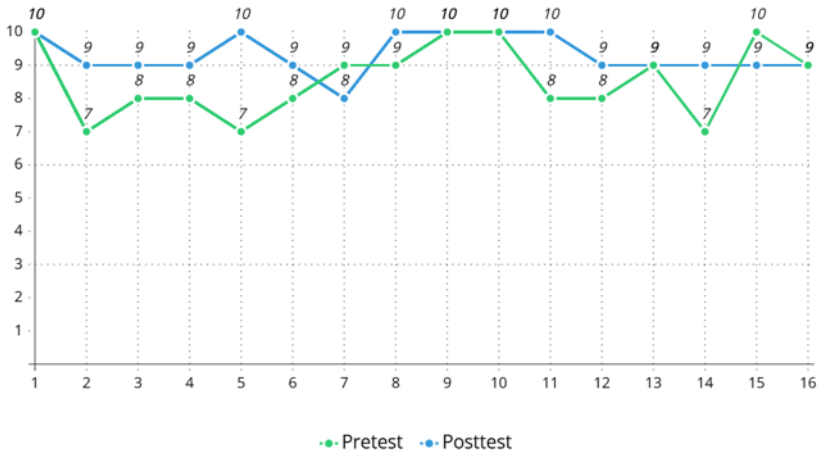
Gambar 4. Pengisian Posttest.

Setelah seluruh rangkaian praktik selesai, kegiatan ditutup dengan pengisian posttest oleh peserta. Posttest dilakukan untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi dan praktik pijat bayi, serta untuk mengevaluasi efektivitas pelaksanaan kegiatan yang telah dilakukan.

Tabel I. Evaluasi Keberhasilan Edukasi Pijat Bayi.

Kategori	Rerata	Minimum	Maksimum	p-value
Pretest	8,56	7	10	0,022*
Posttest	9,31	8	10	

Berdasarkan hasil pretest dan posttest yang diberikan kepada peserta sebelum dan setelah pelaksanaan edukasi dan praktik pijat bayi, diperoleh data bahwa terjadi peningkatan nilai pengetahuan peserta. Rata-rata nilai pretest peserta adalah 8,56, sedangkan rata-rata nilai posttest meningkat menjadi 9,31. Dari hasil tersebut terdapat kenaikan rerata sebesar 0,75 poin setelah dilakukan intervensi edukasi dan pelatihan praktik pijat bayi.



Gambar 5. Grafik Pretest dan Posttest.

Secara individual, sebagian besar peserta mengalami peningkatan skor setelah mengikuti kegiatan edukasi dan pelatihan pijat bayi. Dari total peserta, terdapat 5 peserta yang mengalami peningkatan sebesar 1 poin, 3 peserta meningkat sebesar 2 poin, dan 1 peserta mengalami peningkatan tertinggi sebesar 3 poin. Selain itu, terdapat 5 peserta yang tidak mengalami perubahan nilai karena telah mencapai atau mempertahankan nilai maksimal sejak pretest. Namun demikian, ditemukan pula sebagian kecil peserta yang mengalami penurunan skor, yaitu sebanyak 2 peserta dengan penurunan sebesar 1 poin. Meskipun demikian, secra keseluruhan terjadi peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan edukasi dan praktik pijat bayi. Secara keseluruhan, rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 8,56 pada pretest menjadi 9,31 pada posttest, dengan peningkatan rata-rata sebesar 0,75 poin. Hasil uji Wilcoxon Signed-Rank menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan ($p=0,022$; $p<0,05$). Dengan demikian, edukasi dan praktik pijat bayi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta secara statistik.

Secara keseluruhan, tidak ditemukan perubahan nilai yang bersifat ekstrem, baik peningkatan maupun penurunan. Peningkatan tertinggi sebesar 3 poin dan penurunan maksimum sebesar 1 poin. Hal ini menunjukkan bahwa distribusi perubahan nilai relatif stabil dan mengarah pada peningkatan pemahaman peserta. Selain itu, indikator keberhasilan kegiatan juga dapat dilihat dari partisipasi aktif peserta pada sesi demonstrasi dan praktik langsung dengan bayinya secara mandiri. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan edukasi dan pelatihan pijat bayi memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu bayi usia 0–12 bulan.

Hasil ini sejalan dengan konsep bahwa pengetahuan merupakan faktor penting dalam mendukung perubahan perilaku, dimana pengasuh memerlukan pengetahuan dan dukungan untuk dapat memberikan pengasuhan yang optimal (Unicef & World Health Organization, 2022). Sebelum ibu mengubah perilaku kesehatannya dalam merawat bayi, mereka harus terlebih dahulu memahami fakta dasar mengenai pijat bayi dan risiko stunting. Dengan demikian, pemberian materi mengenai mekanisme pijat bayi yang merangsang peristaltik usus dan nafsu makan merupakan strategi yang sesuai dalam mendorong penerapan rutin di rumah. Kemudian, edukasi kesehatan yang dilakukan melalui metode ceramah interaktif, demonstrasi langsung, serta penggunaan media leaflet sejalan dengan konsep promosi kesehatan sebagai proses pembelajaran yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kemampuan individu dalam mengubah perilaku kesehatannya. Pendidikan kesehatan sendiri merupakan proses memperoleh pengetahuan dan keterampilan untuk meningkatkan derajat kesehatan individu maupun masyarakat, dimana leaflet merupakan salah satu media promosi kesehatan yang efektif terutama jika dikombinasikan dengan metode edukasi lainnya(Barik *et al.*, 2019; Hasanica *et al.*, 2020; Shalahuddin *et al.*, 2025). Selain itu, pendidikan kesehatan berbasis praktik atau demonstrasi langsung pijat bayi meningkatkan kepercayaan diri ibu dan mendorong keberlanjutan praktik di rumah (Putri *et al.*, 2024). Pengetahuan yang meningkat diharapkan menjadi dasar terbentuknya perilaku pijat bayi harian yang konsisten di lingkungan keluarga.

Selain itu, teori mengenai pentingnya pijat bayi sebagai intervensi stimulasi dini juga mendukung hasil kegiatan ini. Berdasarkan tinjauan literatur, pijat bayi terbukti dapat meningkatkan berat badan, panjang badan, serta mendukung

perkembangan bayi pada masa 1000 hari pertama kehidupan melalui peningkatan aktivitas sistem saraf parasimpatis dan efisiensi metabolisme tubuh. Peningkatan aktivitas vagal akibat pijat bayi berperan dalam memperbaiki motilitas gastrointestinal dan penyerapan nutrisi sehingga berkontribusi terhadap pertumbuhan optimal bayi (Niemi, 2017). Selain itu, systematic review terbaru juga menunjukkan bahwa pijat bayi secara konsisten memberikan efek positif terhadap kenaikan berat badan dan kesehatan bayi secara keseluruhan (Mrljak *et al.*, 2022). Oleh karena itu, peningkatan pemahaman ibu terhadap konsep ini menjadi langkah penting dalam upaya pencegahan stunting sejak dini. Pembagian peserta dalam kelompok kecil memberikan kesempatan yang lebih luas bagi ibu untuk berinteraksi dengan fasilitator dan mengikuti latihan hands-on secara langsung pada bayi masing-masing. Kondisi tersebut memungkinkan peserta memperoleh pengalaman praktik yang lebih intensif selama kegiatan. Selain itu, leaflet yang diberikan berfungsi sebagai media penguatan visual yang dapat membantu peserta mengingat kembali tahapan pijat bayi setelah kegiatan. Pendekatan kelompok kecil dengan kombinasi demonstrasi, praktik langsung, dan media visual dapat mendukung proses pembelajaran yang lebih interaktif dan partisipatif.

Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan pengabdian yang telah dilakukan sebelumya yang melaporkan bahwa kegiatan edukasi pijat bayi yang bertujuan untuk memberi pemahaman kepada ibu agar dapat dilaksanakan secar mandiri terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu dari 55 menjadi 77,5 setelah kegiatan (Putri & Apriani, 2025). Kesamaan mendasar dengan kegiatan ini adalah pembentukan kelompok kecil berbasis praktik langsung serta evaluasi pretest-posttest sebagai tolak ukur keberhasilan. Selain itu, pengabdian masyarakat yan dilaksanakan di Posyandu Teratai V Kota Jambi juga melaporkan peningkatan skor pengetahuan dari rerata 7,9 menjadi 13 serta peningkatan skor ketrampilan memijat dari rerata 4,1 menjadi 28,6 setelah diberikan intervensi (Armina *et al.*, 2025). Peningkatan skor tersebut membuktikan bahwa edukasi pijat bayi melalui program pengabdian masyarakat terbukti efektif dilakukan. Secara keseluruhan, peningkatan skor pretest ke posttest menunjukkan bahwa kegiatan edukasi pijat bayi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu bayi sera memberikan nilai tambah sosial, yaitu meningkatkan keterlibatan ibu dalam pengasuhan bayi serta bonding antar ibu dan bayi. Namun, ada beberapa keterbatasan yaitu pelaksanaan praktik pijat bayi berlangsung dalam kondisi yang kurang kondusif pada beberapa peserta, khususnya ketika bayi tidak kooperatif, sehingga penilaian keterampilan ibu tidak dapat dilakukan secara maksimal. Meskipun media latihan (*phantom*) telah tersedia, jumlahnya masih terbatas. Oleh karena itu, pada beberapa kondisi, ibu yang bayinya tidak kondusif dapat melibatkan ayah/suami untuk berlatih menggunakan *phantom* sebagai alternatif agar proses pembelajaran tetap berjalan optimal.

Selain itu, durasi pelaksanaan kegiatan yang relatif singkat menyebabkan peneliti belum dapat memantau dampak jangka panjang dari intervensi, khususnya terhadap peningkatan berat badan bayi secara berkelanjutan. Dengan demikian, untuk mencapai perubahan perilaku yang lebih berkelanjutan dan pencegahan stunting efektif, diperlukan tindak lanjut berupa pendampingan praktik rumah tangga dan integrasi edukasi ke dalam kegiatan posyandu secara rutin. Disarankan pada pelaksanaan kegiatan selanjutnya untuk menciptakan suasana yang lebih kondusif selama praktik pijat bayi, misalnya dengan pengaturan lingkungan yang nyaman dan waktu yang lebih fleksibel sesuai kondisi bayi. Selain itu, perlu penambahan jumlah media latihan (*phantom*) agar seluruh peserta dapat berlatih secara optimal. Keterlibatan ayah atau suami juga dianjurkan, khususnya ketika bayi tidak kooperatif, sehingga praktik tetap dapat dilakukan menggunakan *phantom* dan meningkatkan dukungan keluarga dalam perawatan bayi. Selanjutnya, disarankan agar durasi pelaksanaan kegiatan diperpanjang atau dilakukan tindak lanjut (*follow-up*) secara berkala untuk memantau dampak jangka panjang dari intervensi, terutama terhadap peningkatan berat badan bayi secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi dan pelatihan pijat bayi yang dilaksanakan di wilayah Ngoresan, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta berhasil meningkatkan pengetahuan ibu bayi usia 0–12 bulan mengenai manfaat, teknik, dan penerapan pijat bayi sebagai stimulasi tumbuh kembang, sebagaimana dibuktikan dengan peningkatan rata-rata nilai dari 8,5 (pretest) menjadi 9,3 (posttest) atau kenaikan 0,8 poin. Pendekatan multi metode yang mengintegrasikan ceramah interaktif, demonstrasi hands-

on menggunakan boneka peraga, praktik langsung dalam kelompok kecil pada bayi masing-masing, serta leaflet sebagai penguatan visual terbukti efektif dalam memperkuat pemahaman konsep fisiologis pijat bayi untuk optimalisasi pencernaan dan peningkatan berat badan. Partisipasi aktif peserta, khususnya melalui pembagian kelompok kecil, memungkinkan ibu mempraktikkan teknik secara percaya diri dengan pendampingan langsung, sehingga menciptakan kesiapan untuk penerapan mandiri di rumah. Namun, pelaksanaan kegiatan masih menghadapi keterbatasan, seperti kondisi praktik yang belum sepenuhnya kondusif, keterbatasan jumlah media *phantom*, serta durasi kegiatan yang relatif singkat sehingga belum dapat memantau dampak jangka panjang. Selain itu, evaluasi kegiatan masih berfokus pada perubahan pengetahuan melalui pretest dan posttest, sedangkan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi belum dinilai secara terstruktur menggunakan lembar observasi atau checklist. Oleh karena itu, diperlukan pengoptimalan pelaksanaan dengan menciptakan suasana yang lebih kondusif, penyediaan media yang memadai, pelibatan ayah/suami dalam praktik, serta evaluasi keterampilan dan tindak lanjut untuk mengevaluasi keberlanjutan hasil intervensi. Secara keseluruhan, intervensi ini tidak hanya meningkatkan keterampilan praktik pijat bayi yang aman dan terstruktur, tetapi juga mendukung upaya pencegahan stunting melalui stimulasi dini yang berkontribusi pada akumulasi berat badan optimal, kelancaran peristaltik usus, serta bonding responsif selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan krusial..

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada peserta kegiatan Puskesmas Ngoresan atas arahan, dukungan dan Kerjasama, serta kepada pihak Medical Center Universitas Sebelas Maret yang telah memberikan izin penggunaan tempat pelaksanaan pengabdian. Ucapan terima kasih kuga disampaikan kepada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, serta dosen pembimbing mata kuliah Pemberdayaan Masyarakat yang telah memberikan arahan dalam pelaksanaan kegiatan maupun penyusunan ilmiah ini.

REFERENSI

Agustin, D., Fitri Andini, R., & Prastiwi, I. (2024). The differences about behaviour of providing breast milk's complementasry food by mother with under two years child stunting and non stunting in Kedungwaringin Health Centre Area. *Journal of Midwifery and Nursing*, **6**(1), 391–396. https://doi.org/10.35335/jmn.v6i1.4757

Armina, A., Nurfitriani, N., & Irlandes, C. (2025). Edukasi pijat bayi dengan metode demonstrasi dan simulasi melalui media video di Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, **7**(3), 509–516. https://doi.org/10.36565/jak.v7i3.851

Barik, A. L., Purwaningtyas, R. A., & Astuti, D. (2019). The effectiveness of traditional media (leaflet and poster) to promote health in a community setting in the digital era: A systematic review. *Jurnal Ners*, **14**(3 Special Issue), 76–80. https://doi.org/10.20473/jn.v14i3.16988

Carolin, B. T., Suprihatin, & Agustin, C. (2020). Pijat bayi dapat menstimulus peningkatan berat badan pada bayi. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, **10**(2), 28–33. https://doi.org/10.33221/jiki.v10i02.478

Erçelik, Z. E., & Yılmaz, H. B. (2023). Effectiveness of infant massage on babies growth, mother-baby attachment and mothers' self-confidence: A randomized controlled trial. *Infant Behavior and Development*, **73**, 101897. https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2023.101897

Hasanica, N., Ramic-Catak, A., Mujezinovic, A., Begagic, S., Galijasevic, K., & Oruc, M. (2020). The effectiveness of leaflets and posters as a health education method. *Materia Socio-Medica*, **32**(2), 135–139. https://doi.org/10.5455/msm.2020.32.135-139

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025a). *SSGI 2024: Prevalensi stunting nasional turun menjadi 19,8%*. https://kemkes.go.id/id/ssgi-2024-prevalensi-stunting-nasional-turun-menjadi-198

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025b). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 dalam angka*. https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/5861/

Mrljak, R., Danielsson, A. A., Hedov, G., & Garmy, P. (2022). Effects of infant massage: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **19**(11), 6378. https://doi.org/10.3390/ijerph19116378

Niemi, A. K. (2017). Review of randomized controlled trials of massage in preterm infants. *Children*, **4**(4), 21. https://doi.org/10.3390/children4040021

Nisa', N. S. (2020). Kejadian stunting pada balita di puskesmas. *HIGEIA: Journal of Public Health Research and Development*, **4**(Special 3), 595–605. https://doi.org/10.15294/higeia.v4iSpecial%203.34941

Putri, N. R., & Apriani, L. A. (2025). Kelas pijat bayi oleh ibu: Upaya stimulasi tumbuh kembang bayi. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, **9**(4), 3860–3870. https://doi.org/10.31764/jmm.v9i4.32652

Putri, N. R., Argaheni, N. B., Kusmawati, I. I., Nugraheni, A., & Sukamto, I. S. (2025). The impact of baby massage on the growth of children aged 0–2 years. *Jurnal Bidan Cerdas*, **7**(1), 15–22. https://doi.org/10.33860/jbc.v7i1.3881

Putri, N. R., Larasati, D., & Septiana, Y. C. (2024). A qualitative study on community service "Baby massage courses for mothers." *International Journal of Community Empowerment & Society Administration*, **1**(1), 41–46. https://www.espjournals.org/IJCESA/ijcesa-v1i1p108

Shalahuddin, I., Salsabila, S., Rukmasari, E. A., Rosidin, U., Eriyani, T., Pebrianti, S., & Maulana, I. (2025). The impact of health promotion using leaflet media on mothers' knowledge of the early stimulation of toddlers' development and growth. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, **18**, 113–122. https://doi.org/10.2147/JMDH.S427166

Sriwati, Hartotok, & Muawanah, S. (2022). Hubungan status gizi dan stimulasi tumbuh kembang anak usia 12–36 bulan terhadap stunting di Desa Karangawen, Kecamatan Tambakromo. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, **13**(2), 12–20. https://doi.org/10.52299/jks.v13i2.117

Sutarmi, S., Siswanto, J., Warijan, Indrayana, T., & Supriyo. (2024). Sentuhan cinta untuk cegah stunting melalui intervensi stimulasi pijat bayi dan baduta. *Jurnal Lintas Pengabdian Masyarakat*, **4**(1), 1–7. https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JLPM/article/view/11475

United Nations Children's Fund, & World Health Organization. (2022). *Nurturing care practice guide: Strengthening nurturing care through health and nutrition services*. World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/9789240058651

World Health Organization. (2024). *Child malnutrition: Stunting among children under 5 years of age*. https://www.who.int/data/gho/indicator-metadata-registry/imr-details/72

Yadika, A. D. N., Berawi, K. N., & Nasution, S. H. (2019). Pengaruh stunting terhadap perkembangan kognitif dan prestasi belajar. *Jurnal Majority*, **8**(2), 273–282. https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/2483