



Penguatan Kader Tanggap Gizi dalam Upaya Meningkatkan Nafsu Makan Anak Melalui Pelatihan Pijat Komplementer

Linda Yanti¹, Fauziah Hanum Nur Adriyani¹, Surtiningsih¹

¹Universitas Harapan Bangsa, Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia

ARTICLE INFO

Volume 12 Issue 1 (April 2026) e-ISSN 2550-1143 doi: 10.30997/gh.v12i1.23363	Corresponding Author: Linda Yanti lindayanti@uhb.ac.id	Article history: Received: 01-07-2026 Accepted: 02-23-2026 Available online: 03-02-2026
---	---	---

How to Cite:

Yanti, L., Adriyani, F. H. N., & Surtiningsih, S. (2025). Penguatan Kader Tanggap Gizi dalam Upaya Meningkatkan Nafsu Makan Anak Melalui Pelatihan Pijat Komplementer. *Qardhul Hasan: Media Pengabdian Kepada Masyarakat*, 12(1), 102-113. <https://doi.org/10.30997/gh.v12i1.23363>

ABSTRACT

Stunting remains a significant nutritional problem among children under five in Banyumas Regency, influenced in part by poor appetite in children and limited capacity of health cadres to implement promotive interventions. This activity aimed to enhance the capacity of nutrition-responsive cadres through complementary massage training as a non-pharmacological intervention to stimulate children's appetite. The implementation methods included lectures, discussions, demonstrations, and hands-on practice, accompanied by assessments of cadres' knowledge and skills before and after the training. A total of 81 health cadres from the service area of Sokaraja I Primary Health Center participated in the activity. The evaluation results demonstrated a substantial increase in the mean knowledge score from 46.55 to 78.28, as well as an improvement in skills from 59.97 to 84.34. Training that applied demonstration and direct practice approaches proved effective in improving cadres' competence in applying complementary massage techniques safely and appropriately. Overall, strengthening cadre capacity through evidence-based complementary massage training not only enhanced cadre competence but also contributed to the optimization of promotive and preventive child nutrition practices in the community, thereby potentially supporting stunting prevention efforts.

Keywords: children, community health cadres, appetite, complementary massage, stunting.

ABSTRAK

Stunting masih merupakan permasalahan gizi yang signifikan pada kelompok balita di Kabupaten Banyumas, yang antara lain dipengaruhi oleh rendahnya nafsu makan anak serta keterbatasan kapasitas kader kesehatan dalam melaksanakan intervensi promotif. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas kader tanggap gizi melalui pelatihan pijat komplementer sebagai bentuk intervensi nonfarmakologis dalam menstimulasi nafsu makan anak. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi ceramah, diskusi, demonstrasi, dan praktik langsung, yang disertai dengan pengukuran tingkat pengetahuan dan keterampilan kader sebelum dan sesudah pelatihan. Kegiatan ini diikuti oleh 81 kader kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Sokaraja I. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang bermakna pada nilai rata-rata pengetahuan kader, dari 46,55 menjadi 78,28, serta peningkatan keterampilan dari 59,97 menjadi 84,34. Pelatihan yang menerapkan pendekatan demonstrasi dan praktik langsung terbukti efektif dalam meningkatkan kompetensi kader dalam mengaplikasikan pijat komplementer secara tepat dan aman. Dengan demikian, penguatan kapasitas kader melalui pelatihan pijat komplementer berbasis bukti dalam kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kompetensi kader, tetapi juga berdampak pada optimalisasi praktik promotif dan preventif gizi anak di masyarakat, sehingga berpotensi mendukung pencegahan stunting.

Kata Kunci: anak, kader, nafsu makan, pijat komplementer, stunting.



Available online at <https://ojs.unida.ac.id/QH/>

Copyright (c) 2026 by Qardhul Hasan: Media Pengabdian kepada Masyarakat



1. Pendahuluan

Di Indonesia, salah satu permasalahan gizi yang masih banyak ditemukan pada balita dan anak-anak adalah stunting (Sutarto et al., 2018). Prevalensi stunting di Indonesia masih tergolong tinggi, dengan data menunjukkan sebesar 24,4% pada tahun 2021 dan menurun menjadi 21,6% pada tahun 2022. Meskipun terdapat tren penurunan, capaian tersebut masih belum memenuhi target nasional yang menetapkan angka stunting turun hingga 14% pada tahun 2024 (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2023; Kementrian Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, 2023). Di Provinsi Jawa Tengah, prevalensi stunting pada balita berdasarkan tinggi badan menurut umur (TB/U) tercatat sebesar 20,9% pada tahun 2022. Pemerintah provinsi menetapkan target penurunan hingga mencapai 14% pada tahun 2023 dan 2024 (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2023). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, stunting dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pernikahan usia dini, rendahnya tingkat pendidikan, ketidakstabilan pekerjaan, serta keterbatasan pendapatan keluarga (Ulfah & Nugroho, 2020).

Stunting dapat menimbulkan berbagai dampak negatif pada anak, antara lain keterlambatan dalam perkembangan kognitif, peningkatan kerentanan terhadap infeksi, serta melemahnya sistem kekebalan tubuh. Dalam jangka panjang, stunting juga dikaitkan dengan peningkatan risiko terjadinya penyakit tidak menular seperti diabetes, hipertensi, dan gangguan jantung pada usia dewasa. Selain itu, stunting berkontribusi terhadap penurunan produktivitas yang pada akhirnya dapat memengaruhi kondisi ekonomi dan kesejahteraan individu maupun masyarakat secara luas (Erwina Sumartini & Keb, 2020).

Data tahun 2023 menunjukkan bahwa di Kabupaten Banyumas, dari total 37.536 anak usia di bawah dua tahun (Baduta, 0–23 bulan) yang dinilai status gizinya, sebanyak 760 anak (2,02%) tergolong sangat pendek, 2.412 anak (6,42%) tergolong pendek, dan 7.760 anak (20,67%) teridentifikasi mengalami stunting. Sementara itu, dari 96.276 balita (0–59 bulan), tercatat 2.092 anak (2,17%) sangat pendek, 8.840 anak (9,18%) pendek, dan 10.932 anak (11,35%) mengalami stunting. Pada kelompok usia 24–59 bulan, dari total 58.740 balita yang dilakukan penilaian status gizi, sebanyak 1.332 anak (2,26%) teridentifikasi sangat pendek, 6.428 anak (10,94%) pendek, dan 7.760 anak (13,21%) mengalami stunting (DPPKBP3A & Banyumas, 2023).

Di wilayah kerja Puskesmas Sokaraja 1, jumlah kasus stunting tercatat sebanyak 43 anak pada kelompok usia Baduta (0–23 bulan), 117 anak pada kelompok balita (0–59 bulan), dan 128 anak pada kelompok usia balita 24–59 bulan (DPPKBP3A & Banyumas, 2023). Berbagai langkah telah diupayakan untuk menanggulangi masalah stunting melalui program-program kolaboratif, salah satunya adalah pembentukan Forum Jaga Stunting Banyumas (Jatingmas) yang melibatkan tujuh Organisasi Perangkat Daerah (OPD), termasuk Dinas Kesehatan, Dinas Pendidikan, Dinsospermasdes, Bappedalitbang, DPPKBP3A, Dinas Pertanian dan Ketahanan Pangan, serta Dinas Permukiman. Forum ini bertujuan untuk mendorong sinergi lintas sektor dalam penanganan stunting. Selain itu, berbagai inisiatif juga dilakukan untuk



meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya gizi seimbang dan perilaku hidup bersih, khususnya selama periode 1.000 hari pertama kehidupan anak. Meskipun demikian, Pemerintah Kabupaten Banyumas masih menargetkan penurunan prevalensi stunting hingga mencapai angka 14% pada tahun 2024.

Tingginya prevalensi stunting masih berkaitan erat dengan rendahnya tingkat literasi gizi ibu serta keterbatasan ekonomi keluarga, sehingga pemberdayaan kader kesehatan menjadi strategi kunci dalam upaya pencegahan stunting. Kader memiliki peran strategis dalam meningkatkan pemahaman gizi masyarakat melalui kegiatan edukasi, pendampingan, skrining dini, dan intervensi awal terhadap kasus stunting (Marni & Ratnasari, 2021). Namun demikian, meskipun berbagai program telah diimplementasikan, angka stunting di Kabupaten Banyumas pada balita usia 0–59 bulan masih tercatat sebesar 11,35% pada tahun 2023, yang mengindikasikan adanya kesenjangan dalam efektivitas penanggulangan stunting. Kondisi tersebut menegaskan perlunya pendekatan yang tidak hanya bersifat programatik, tetapi juga menekankan penguatan keterampilan praktis yang aplikatif dan mudah diterapkan di tingkat komunitas.

Sebagai solusi atas permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada penguatan kapasitas kader tanggap gizi melalui pelatihan pijat komplementer berbasis bukti sebagai intervensi promotif dan preventif yang aplikatif. Kader dilibatkan secara strategis karena kedekatannya dengan masyarakat serta perannya sebagai penghubung layanan kesehatan dengan keluarga balita. Pelatihan ini membekali kader dengan keterampilan nonfarmakologis yang aman dan berbasis praktik untuk menstimulasi nafsu makan anak, sehingga dapat diterapkan dalam kegiatan posyandu dan pendampingan keluarga, serta mendukung pencegahan stunting di tingkat komunitas.

Kebaruan kegiatan ini terletak pada pemberdayaan kader posyandu melalui pelatihan keterampilan pijat komplementer untuk meningkatkan nafsu makan anak, yang merupakan intervensi promotif dan preventif yang jarang dijadikan fokus utama dalam program pencegahan stunting. Kader posyandu, sebagai garda terdepan dalam pelayanan kesehatan, memiliki potensi besar dalam pencegahan stunting namun belum dilengkapi dengan keterampilan praktis berbasis bukti, seperti pijat komplementer untuk meningkatkan nafsu makan anak. Dengan pemberdayaan kader melalui pelatihan pijat komplementer, yang bersifat promotif dan preventif, diharapkan dapat memperkuat peran mereka dalam deteksi dini stunting dan edukasi gizi di tingkat rumah tangga, sehingga secara langsung mendukung upaya pengurangan angka stunting di wilayah ini.

Kegiatan memiliki tujuan utama yaitu meningkatkan kapasitas kader dalam mencegah stunting melalui pelatihan keterampilan pijat komplementer, edukasi gizi, dan penguatan komunikasi edukatif kepada keluarga dengan balita, guna meningkatkan nafsu makan anak secara alami.



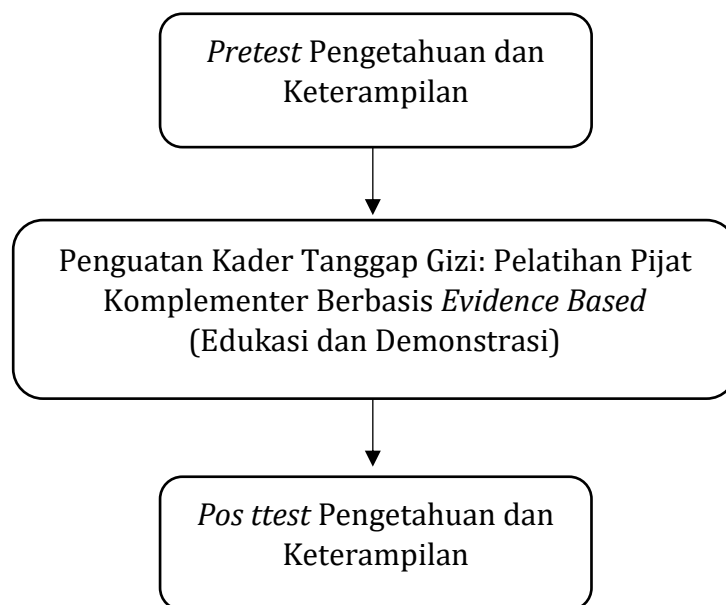
2. Metode

2.1 Lokasi dan Waktu

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema Penguatan Kader Tanggap Gizi Dalam Upaya Meningkatkan nafsu Makan Anak Melalui Pelatihan Pijat Komplementer berlokasi di Balai Desa Wilayah Puskesmas Sokaraja I di laksanakan Pada Hari Rabu 27 Agustus 2025, Pukul 08.00-12.00 WIB dengan Jumlah Peserta sebanyak 81 Kader Kesehatan.

2.2 Metode Pelaksanaan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup ceramah, diskusi, pengukuran pengetahuan dan keterampilan, serta pelatihan. Ceramah dilakukan untuk menyampaikan materi dasar mengenai terapi komplementer, manfaat pijat, dan teknik stimulasi nafsu makan anak. Diskusi memberikan kesempatan bagi kader untuk mengajukan pertanyaan dan memperdalam pemahaman tentang topik yang dibahas. Pengukuran pengetahuan dan keterampilan dilakukan sebelum dan setelah pelatihan untuk mengevaluasi peningkatan pemahaman peserta. Pelatihan praktis diberikan melalui demonstrasi dan latihan pijat komplementer, dengan bimbingan langsung dari instruktur untuk memastikan teknik yang benar dan efektif.



Gambar 1 Diagram alir kegiatan pengabdian masyarakat

2.3 Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Peserta dalam kegiatan ini adalah Kader kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Sokaraja I. Berikut ini adalah langkah- langkah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang meliputi pengukuran pengetahuan dan keterampilan sebelum pelatihan, pemberian pelatihan (edukasi dan demonstrasi), dan evaluasi pengetahuan dan keterampilan kader setelah pelatihan Penguatan Kader Tanggap Gizi: Pelatihan Pijat Komplementer Berbasis *Evidence Based*.



Tabel 1 Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat

Kegiatan	Metode	Target
Pengukuran Pengetahuan dan Keterampilan Sebelum Pelatihan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengukuran pengetahuan kader kesehatan tentang konsep, manfaat pijat komplementer berbasis <i>Evidence Based</i> menggunakan kuesioner. 2. Pengukuran keterampilan kader kesehatan tentang teknik pijat komplementer berbasis <i>Evidence Based</i>. 	Mengetahui tingkat pemahaman dan keterampilan kader sebelum pelatihan
Pelatihan Pijat Komplementer Berbasis Evidence-Based	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ceramah tentang pengantar konsep terapi komplementer, penjelasan fisiologi sistem pencernaan, manfaat pijat, titik pijat yang direkomendasikan, indikasi, kontraindikasi, serta tahapan pemijatan 2. Demonstrasi tentang pijat komplementer berbasis <i>Evidence Based</i> untuk meningkatkan nafsu makan anak. 3. Kader kesehatan mempraktikkan teknik pijat pada bayi menggunakan alat bantu phantom bayi, dibimbing oleh instruktur untuk memastikan teknik yang benar dan aman. 4. Diskusi dan tanya jawab untuk memperdalam pemahaman terkait teknik, manfaat, dan keamanan pijat bayi, serta mengklarifikasi kesalahpahaman umum. 	Meningkatkan pemahaman dan keterampilan kader mengenai pijat komplementer
Pengukuran Pengetahuan dan Keterampilan Setelah Pelatihan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengukuran pengetahuan kader kesehatan tentang konsep, manfaat pijat komplementer berbasis <i>Evidence Based</i> menggunakan kuesioner. 2. Pengukuran keterampilan kader kesehatan tentang teknik pijat komplementer berbasis <i>Evidence Based</i>. 	Menilai efektivitas kegiatan pelatihan

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan yang diharapkan dapat memberikan gambaran tentang kontribusi yang telah diberikan dan dampaknya

bagi masyarakat yang tidak hanya fokus pada peningkatan kualitas hidup masyarakat dalam aspek kesehatan, pendidikan, dan kesejahteraan sosial, tetapi juga memperkuat hubungan antara perguruan tinggi dengan komunitas sekitar. Berikut ini merupakan sajian dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat.



Gambar 2 Kegiatan pelatihan pelatihan pijat komplementer berbasis *evidence-based*

3.1.1 Pengetahuan Kader Sebelum dan Setelah Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Hasil pengukuran pengetahuan *pretest* dan *posttest* kader sebelum dan sesudah kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan tema Penguatan Kader Tanggap Gizi Dalam Upaya Meningkatkan nafsu Makan Anak Melalui Pelatihan Pijat Komplementer dapat terlihat pada table berikut:

Tabel 2 Pengetahuan kader sebelum dan sesudah kegiatan pengabdian masyarakat

Kategori	Pengetahuan Pre			Pengetahuan Post		
	Frekuensi	%	Mean	Frekuensi	%	Mean
Baik	0	0	46,55	20	68,96	78,28
Cukup	5	17,24		9	31,03	
Kurang	24	82,75		0	0	
Total	29	100		29	100	

Pada Tabel 2 menunjukkan hasil evaluasi adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan kader setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Sebelum kegiatan, sebagian besar kader (82,75%) memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang, sementara hanya 17,24% yang berada pada kategori cukup, dan tidak ada kader yang termasuk kategori baik. Nilai rata-rata pengetahuan sebelum pelatihan (*pre-test*) adalah 46,55 atau kurang.



Setelah mengikuti kegiatan pelatihan, terjadi peningkatan yang sangat berarti. Sebagian besar kader (68,96%) mencapai kategori baik, dan 31,03% berada pada kategori cukup, dengan tidak ada lagi kader yang termasuk kategori kurang. Nilai rata-rata pengetahuan sesudah pelatihan (post-test) meningkat menjadi 78,28 atau baik. Hasil ini menunjukkan bahwa pelatihan pijat komplementer yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran kader mengenai pentingnya pijat sebagai upaya nonfarmakologis dalam menstimulasi nafsu makan dan mendukung tumbuh kembang anak.

3.1.2 Keterampilan Kader Sebelum dan Setelah Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Hasil pengukuran keterampilan *pretest* dan *posttest* kader sebelum dan sesudah kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan tema Penguatan Kader Tanggap Gizi Dalam Upaya Meningkatkan nafsu Makan Anak Melalui Pelatihan Pijat Komplementer dapat terlihat pada tabel 3.

Tabel 3 Keterampilan kader sebelum dan sesudah kegiatan Pengabdian Masyarakat

Kategori	Keterampilan Pre			Keterampilan Post		
	Frekuensi	%	Mean	Frekuensi	%	Mean
Sangat Terampil	0	0	59,97	14	48,27	84,34
Terampil	0	0		15	51,72	
Cukup terampil	16	55,17		0	0	
Tidak Terampil	13	44,82		0		
Total	29	100		29	100	

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan hasil evaluasi keterampilan kader menunjukkan peningkatan yang signifikan setelah mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat. Pada pengukuran keterampilan sebelum kegiatan (*pre-test*), mayoritas kader (55,17%) memiliki keterampilan dalam kategori cukup terampil, dan 44,82% berada pada kategori tidak terampil dan tidak ada kader memiliki kategori terampil atau sangat terampil. Nilai rata-rata keterampilan pada *pre-test* adalah 59,97.

Setelah kegiatan pelatihan, terjadi peningkatan yang sangat signifikan dengan 51,72% kader masuk dalam kategori terampil, dan 48,27% dalam kategori sangat terampil. Tidak ada lagi kader yang masuk dalam kategori cukup terampil atau tidak terampil. Nilai rata-rata keterampilan sesudah pelatihan (*post-test*) meningkat menjadi 84,34 atau terampil. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pelatihan pijat komplementer terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam upaya meningkatkan nafsu makan anak.

3.1.3 Pendampingan dan Evaluasi

Setelah pelatihan dan penerapan awal teknik pijat bayi, dilakukan pendampingan berkala selama satu bulan melalui forum diskusi daring untuk memastikan kader mengimplementasikan keterampilan secara konsisten dan efektif, sekaligus sebagai sarana konsultasi, evaluasi, dan berbagi pengalaman. Monitoring dilakukan dengan mencatat jumlah anak yang menerima pijat secara rutin, perubahan nafsu makan, serta



peningkatan berat badan anak sebagai indikator keberhasilan implementasi pijat bayi dalam menstimulasi nafsu makan dan mendukung pertumbuhan anak.

3.2 Pembahasan

Peningkatan pengetahuan kader yang signifikan setelah pelaksanaan pelatihan pijat komplementer merupakan hasil dari pendekatan pembelajaran yang tepat sasaran dan relevan dengan konteks tugas kader di masyarakat. Sebelum intervensi, rendahnya tingkat pengetahuan kader mencerminkan keterbatasan akses terhadap pelatihan berbasis praktik dan bukti ilmiah, sebagaimana dilaporkan dalam studi terbaru yang menunjukkan bahwa kader kesehatan sering kali hanya menerima edukasi teoretis umum tanpa pendalaman keterampilan spesifik yang aplikatif dalam konteks pengasuhan dan gizi anak (Kok et al., 2017; Scott et al., 2018).

Salah satu faktor utama yang menjelaskan peningkatan pengetahuan adalah penggunaan metode pelatihan berbasis pembelajaran aktif (*active learning*), yang mengombinasikan penyampaian materi, demonstrasi, dan praktik langsung pijat komplementer. Pendekatan ini terbukti lebih efektif dalam meningkatkan retensi pengetahuan dibandingkan metode ceramah konvensional, karena memungkinkan peserta membangun pemahaman melalui pengalaman langsung dan refleksi praktik. Penelitian terkini menunjukkan bahwa pelatihan yang melibatkan simulasi dan praktik langsung dapat meningkatkan pemahaman konseptual dan kepercayaan diri kader secara signifikan (Olaniran et al., 2019; Perry, 2021).

Peningkatan pengetahuan kader juga dipengaruhi oleh relevansi materi dengan peran dan kebutuhan kader di lapangan. Pelatihan pijat komplementer memberikan keterampilan yang dapat langsung diterapkan dalam kegiatan posyandu dan pendampingan keluarga, sehingga meningkatkan motivasi belajar kader. Studi terbaru menegaskan bahwa pembelajaran orang dewasa (*adult learning*) akan lebih efektif apabila materi pelatihan dirasakan memiliki manfaat langsung terhadap tugas dan tanggung jawab peserta (Knowles, M. S., Holton, E. F., & Swanson, 2020; Nair et al., 2017). Dalam konteks ini, kader tidak hanya memahami konsep pijat komplementer, tetapi juga mampu mengaitkannya dengan upaya peningkatan nafsu makan dan pencegahan masalah gizi anak.

Dari sisi ilmiah, pemahaman kader diperkuat oleh penjelasan mengenai mekanisme fisiologis pijat komplementer, khususnya stimulasi sistem saraf parasimpatis melalui aktivasi nervus vagus. Aktivasi ini berperan dalam meningkatkan motilitas gastrointestinal dan efisiensi pencernaan, yang berdampak pada peningkatan nafsu makan anak. Pada studi mutakhir menunjukkan bahwa pijat bayi yang dilakukan secara tepat dan rutin berhubungan dengan peningkatan berat badan, kualitas tidur, dan perilaku makan anak, sehingga memperkuat rasional ilmiah dari materi pelatihan yang diterima kader (Diego et al., 2007; Field, 2019).

Lebih lanjut, peningkatan pengetahuan kader juga berkaitan dengan proses penguatan peran (*role empowerment*). Pelatihan tidak hanya mentransfer informasi, tetapi juga meningkatkan rasa kompetensi dan legitimasi kader sebagai agen promosi kesehatan di masyarakat. Pada beberapa literatur menyebutkan bahwa kader yang



merasa kompeten dan dihargai cenderung menunjukkan peningkatan kapasitas kognitif yang berkelanjutan serta lebih aktif dalam menyebarkan pengetahuan kepada keluarga sasaran (Britto et al., 2017; Perry, 2021). Dengan demikian, peningkatan pengetahuan yang terukur pada post-test mencerminkan keberhasilan pelatihan dalam membangun kapasitas kader secara holistik.

Metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan kader karena memungkinkan penyampaian informasi dasar secara sistematis, terstruktur, dan seragam kepada seluruh peserta, sehingga membangun kerangka kognitif awal yang kuat sebelum kader menerapkan pengetahuan tersebut dalam praktik lapangan. Pada kelompok kader kesehatan dengan latar belakang pendidikan yang beragam, ceramah berperan efektif dalam menyederhanakan konsep, memperjelas terminologi, serta menyatukan persepsi terkait tujuan dan manfaat intervensi kesehatan yang diberikan. Selain itu, ceramah yang bersifat kontekstual dan dikaitkan dengan pengalaman kader di lapangan sejalan dengan prinsip pembelajaran orang dewasa, di mana peserta lebih mudah memahami dan menginternalisasi informasi yang relevan dengan perannya. Literatur terbaru juga menunjukkan bahwa ceramah yang dikemas secara interaktif, didukung media visual dan sesi tanya jawab, mampu meningkatkan perhatian, retensi informasi, dan skor pengetahuan secara signifikan, terutama pada evaluasi *pre-test dan post-test* dalam kegiatan pelatihan kader (Harden, R. M., & Lauder, 2019; Knowles, M. S., Holton, E. F., & Swanson, 2020)..

Peningkatan keterampilan kader setelah pelaksanaan pelatihan terutama mencerminkan keberhasilan metode demonstrasi dalam membangun keterampilan pijat komplementer sebagai intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan nafsu makan anak. Keterampilan pijat komplementer yang dimaksud meliputi kemampuan kader dalam melakukan teknik pijat secara benar dan aman, termasuk penguasaan urutan gerakan, tekanan sentuhan, durasi, serta penyesuaian teknik dengan kondisi anak. Metode demonstrasi memungkinkan kader mengamati secara langsung praktik pijat komplementer yang sesuai standar, sehingga membentuk pemahaman prosedural yang lebih akurat dibandingkan pembelajaran teoretis semata. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa keterampilan berbasis sentuhan, seperti pijat bayi dan anak, lebih efektif dipelajari melalui observasi langsung dan pemodelan keterampilan oleh instruktur yang kompeten (Febriyanti et al., 2020; Rahmatnezhad et al., 2018).

Selain aspek observasional, peningkatan keterampilan pijat komplementer kader juga dipengaruhi oleh praktik langsung yang dilakukan secara berulang selama pelatihan. Praktik ini memungkinkan kader mengintegrasikan pengetahuan dengan kemampuan motorik halus yang dibutuhkan dalam pijat komplementer, sekaligus menerima umpan balik langsung dari fasilitator terkait ketepatan teknik dan keamanan tindakan. Studi terbaru menunjukkan bahwa pelatihan berbasis demonstrasi dan *hands-on practice* secara signifikan meningkatkan kompetensi tenaga kesehatan komunitas dalam melakukan intervensi promotif dan preventif, termasuk pijat untuk stimulasi nafsu makan dan tumbuh kembang anak (Elendu et al., 2024).



Lebih lanjut, dari perspektif pembelajaran sosial, metode demonstrasi berperan dalam memperkuat kepercayaan diri kader untuk menerapkan keterampilan pijat komplementer di lingkungan posyandu dan rumah tangga (Jafar et al., 2025; Pratama et al., 2025). Fasilitator berfungsi sebagai role model yang memberikan standar praktik pijat yang benar, aman, dan efektif dalam meningkatkan nafsu makan anak melalui stimulasi sistem saraf parasimpatis dan fungsi pencernaan. Literatur terbaru menegaskan bahwa kader yang dilatih melalui pendekatan demonstratif tidak hanya menunjukkan peningkatan keterampilan teknis, tetapi juga konsistensi dalam penerapan praktik pijat komplementer serta kemampuan mengedukasi orang tua secara tepat. Dengan demikian, peningkatan nilai rata-rata keterampilan kader dari 59,97 menjadi 84,34 mencerminkan keberhasilan pelatihan dalam membangun keterampilan pijat komplementer yang aplikatif dan berkelanjutan sebagai upaya peningkatan nafsu makan anak.

Monitoring dilakukan dengan mencatat jumlah anak yang menerima pijat komplementer secara rutin selama pendampingan sebagai indikator keberhasilan kader dalam mengimplementasikan keterampilan pijat, serta mengevaluasi perubahan nafsu makan anak melalui pencatatan adanya peningkatan atau penurunan nafsu makan setelah pijatan rutin.

4. Kesimpulan

Pelatihan pijat komplementer dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader tanggap gizi, yang ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata pengetahuan dari 46,55 menjadi 78,28 dan keterampilan dari 59,97 menjadi 84,34, sehingga memperkuat peran kader dalam upaya nonfarmakologis meningkatkan nafsu makan anak.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Harapan Bangsa atas dukungan dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, Kepala Puskesmas Sokaraja I beserta jajaran yang telah memberikan izin, dukungan, dan kerja sama selama pelaksanaan kegiatan dan seluruh kader kesehatan yang telah berpartisipasi aktif, berkomitmen dalam keberhasilan pelaksanaan program penguatan kader tanggap gizi melalui pelatihan pijat komplementer.

Daftar Pustaka

Britto, P. R., Lye, S. J., Proulx, K., Yousafzai, A. K., Matthews, S. G., Vaivada, T., Perez-Escamilla, R., Rao, N., Ip, P., Fernald, L. C. H., MacMillan, H., Hanson, M., Wachs, T. D., Yao, H., Yoshikawa, H., Cerezo, A., Leckman, J. F., & Bhutta, Z. A. (2017). Nurturing care: promoting early childhood development. *Lancet (London, England)*, 389(10064), 91–102. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)31390-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31390-3)



- Diego, M. A., Field, T., Hernandez-Reif, M., Deeds, O., Ascencio, A., & Begert, G. (2007). Preterm infant massage elicits consistent increases in vagal activity and gastric motility that are associated with greater weight gain. *Acta Paediatrica (Oslo, Norway: 1992)*, 96(11), 1588–1591. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2007.00476.x>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2023). *Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2023*.
- DPPKBP3A, & Banyumas, K. (2023). *Data Status Gizi Menurut Kabupaten/ Kota Berdasarkan Hasil penimbangan Serentak Bulan Februari 2023*.
- Erwina Sumartini, S. S. T., & Keb, M. (2020). Studi literatur: Dampak stunting terhadap kemampuan kognitif anak. *Jurnal Seminar Nasional*, 2(01), 127–134.
- Field, T. (2019). Infant massage therapy research review. *Clinical Research in Pediatrics*, 2(1), 1–5.
- Harden, R. M., & Lauder, H. (2019). The lecture as a teaching method: Effective use of lectures. *Association for Medical Education in Europe*.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. In *Kemenkes*.
- Kementrian Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. (2023). *Perkawinan Anak Di Indonesia Sudah Mengkhawatirkan*. Kemen PPPA. <https://www.kemenpppa.go.id/index.php/page/read/29/4357/kemen-pppa-perkawinan-anak-di-indonesia-sudah-mengkhawatirkan>
- Knowles, M. S., Holton, E. F., & Swanson, R. A. (2020). The adult learner: The definitive classic in adult education and human resource development (9th ed.). *Routledge*.
- Kok, M. C., Ormel, H., Broerse, J. E. W., Kane, S., Namakhoma, I., Otiso, L., Sidat, M., Kea, A. Z., Taegtmeier, M., Theobald, S., & Dieleman, M. (2017). Optimising the benefits of community health workers' unique position between communities and the health sector: A comparative analysis of factors shaping relationships in four countries. *Global Public Health*, 12(11), 1404–1432. <https://doi.org/10.1080/17441692.2016.1174722>
- Marni, M., & Ratnasari, N. Y. (2021). Penyuluhan Pencegahan Risiko Stunting 1000 Hari Pertama Kehidupan pada Generasi Muda. *Indonesian Journal of Community Services*, 3(2), 116–125.
- Nair, N., Tripathy, P., Sachdev, H. S., Pradhan, H., Bhattacharyya, S., Gope, R., Gagrai, S., Rath, S., Rath, S., & Sinha, R. (2017). Effect of participatory women's groups and counselling through home visits on children's linear growth in rural eastern India (CARING trial): a cluster-randomised controlled trial. *The Lancet Global Health*, 5(10), e1004–e1016.



- Olaniran, A., Madaj, B., Bar-Zev, S., & Van Den Broek, N. (2019). The roles of community health workers who provide maternal and newborn health services: case studies from Africa and Asia. *BMJ Global Health*, 4(4).
- Perry, H. B. (2021). Health for the People: National Community Health Programs from Afghanistan to Zimbabwe. 2020. URL: <https://Tinyurl.Com/43vwaymh> [Accessed 2021-04-05].
- Scott, K., Beckham, S. W., Gross, M., Pariyo, G., Rao, K. D., Cometto, G., & Perry, H. B. (2018). What do we know about community-based health worker programs? A systematic review of existing reviews on community health workers. *Human Resources for Health*, 16(1), 39.
- Sutarto, S. T. T., Mayasari, D., & Indriyani, R. (2018). Stunting, Faktor Resikodan Pencegahannya. *Agromedicine Unila*, 5(1), 540–545.
- Ulfah, I. F., & Nugroho, A. B. (2020). Menilik Tantangan Pembangunan Kesehatan di Indonesia: Faktor Penyebab Stunting di Kabupaten Jember. *Jurnal Sosial Politik*, 6(2), 201–213.