Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat (PAMAS) e-ISSN : 2685-6301
Vol. 10, No. 4 Oktober 2026, *pp 440-452* p-ISSN : 2685-5968
https://ejournal.urindo.ac.id/index.php/PAMAS https://doi.org/10.52643/pamas.v10i4.6832

Pemberdayaan Ibu Balita melalui Pelatihan Massage Appetite Therapy di Puskesmas Karangdadap Pekalongan

Empowering Mothers of Toddlers through 'Appetite Therapy' Massage Training at the Karangdadap Community Health Center Pekalongan

Wahyu Ersila[1*], Lia Dwi Prafitri[1], Nur Chabibah[2], Fitriyani[2]
[1]Prodi Diploma Tiga Kebidanan, [2]Prodi Sarjana Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Email: ersila.chila88@gmail.com

Abstrak

Permasalahan gizi balita masih menjadi isu penting di masyarakat, salah satunya dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mendukung nafsu makan anak. Program pengabdian kepada masyarakat ini diarahkan untuk memperluas wawasan serta kemampuan para ibu yang memiliki balita melalui kegiatan pelatihan. *Massage Appetite Therapy* di Puskesmas Karangdadap, Pekalongan. Metode kegiatan meliputi sosialisasi, demonstrasi, praktik langsung, serta pendampingan. Pengukuran dilakukan melalui tes sebelum dan sesudah intervensi untuk menilai aspek pengetahuan, serta pemantauan langsung terhadap keterampilan praktik pijat. Hasil kegiatan menunjukkan pengetahuan ibu meningkat dari pengetahuan kurang 57% menjadi 63% berpengetahuan baik, serta skor nilai keterampilan ibu meningkat dari 50,67 menjadi 69,33 serta dalam melakukan pijat sudah sesuai prosedur. Pelatihan ini juga mampu memberdayakan ibu balita dalam menerapkan stimulasi sederhana dan terjangkau untuk mendukung optimalisasi status gizi anak. Dengan demikian, *Massage Appetite Therapy* dapat dijadikan salah satu strategi pemberdayaan masyarakat dalam upaya pencegahan masalah gizi balita di tingkat layanan primer.

Kata Kunci: Ibu balita, Massage appetite therapy, Pemberdayaan

Abstract

Nutritional problems among toddlers remain an important issue in society, one of which is influenced by the lack of mothers' knowledge and skills in supporting children's appetite. This community outreach program was designed to enhance the understanding and abilities of mothers with toddlers *Massage Appetite Therapy* training at Karangdadap Primary Health Center, Pekalongan. The methods included socialization, demonstration, hands-on practice, and mentoring. Knowledge was assessed through tests administered before and after the intervention, while massage abilities were evaluated through direct observation. The analysis showed that mothers gained additional awareness, from 57% with low knowledge to 63% with good knowledge, and an increase in skill scores from 50.67 to 69.33, with massage techniques performed according to the procedure. This training also empowered mothers of toddlers to apply simple and affordable stimulation techniques to support children's nutritional status. Therefore, *Massage Appetite Therapy* can be considered a community empowerment strategy in efforts to prevent toddler nutritional problems at the primary health care level.

Keywords: Empowerment, *Massage Appetite Therapy*, Mothers of toddlers

Article History:
Submitted: 23-08-2025, Revised: 17-10-2026, Accepted: 19-10-2026, Published 31-10-2026

CC BY SA

PENDAHULUAN

Permasalahan gizi pada balita hingga saat ini masih menjadi tantangan serius dalam bidang kesehatan masyarakat di Indonesia. Masa awal kehidupan anak adalah fase yang sangat menentukan bagi proses tumbuh kembangnya. Jika pada tahap ini anak tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup, maka kemungkinan munculnya masalah pada kondisi fisik akan meningkat, hambatan perkembangan kognitif, serta penurunan imunitas akan semakin besar [1]. Global Nutrition Report (2021) menunjukkan bahwa Indonesia masih masuk kategori lima negara dengan prevalensi stunting balita yang paling tinggi di dunia [2]. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 juga mencatat tingkat stunting di Indonesia hingga kini berada pada kisaran 21,6%, yang menandakan perlunya intervensi berkelanjutan untuk menurunkan kasus tersebut [3].

Perilaku makan memiliki kaitan erat dengan status gizi anak, sehingga menjadi aspek penting yang perlu mendapatkan perhatian[4]. Upaya perbaikan gizi dapat dilakukan melalui penerapan pola makan sehat yang tidak hanya memperhatikan kualitas makanan, tetapi juga variasi serta kecukupan jumlah asupan sesuai kebutuhan. Pola konsumsi yang baik akan lebih optimal apabila disertai dengan kebiasaan makan yang teratur dan benar, karena praktik tersebut berkontribusi pada pencapaian status gizi yang lebih baik. Intervensi gizi yang diberikan sejak fase 1000 hari sejak awal kelahiran menjadi penentu utama bagi optimalnya pertumbuhan serta perkembangan anak dan memberikan dampak jangka panjang hingga masa dewasanya. Pada fase sejak kelahiran hingga anak berusia 2 tahun, kecukupan kebutuhan zat gizi yang diawali ketika ibu memberikan makan pada anak secara tepat menjadi langkah strategis dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak[5].

Salah satu penyebab tidak optimalnya status gizi pada balita adalah kurangnya nafsu makan[6]. Banyak orang tua, khususnya ibu, menghadapi kesulitan ketika anak menolak makan atau hanya mengonsumsi sedikit makanan[7]. Situasi ini berimbas pada asupan gizi harian yang tidak terpenuhi. Kondisi tersebut tidak hanya terkait ketersediaan pangan, tetapi juga keterampilan ibu dalam memberikan rangsangan yang dapat meningkatkan minat makan anak[8].

Salah satu intervensi sederhana yang dapat dilakukan untuk dapat meningkatkan minat anak untuk makan adalah pijat stimulasi nafsu makan atau dikenal dengan *Massage Appetite Therapy* dan sering disebut dengan *Tui Na Massage*[9]. Terapi Pijat Nafsu Makan merupakan solusi yang dapat dilakukan untuk mengatasi anak sulit makan (picky eater) dan meningkatkan sintesis enzim pencernaan untuk membantu penyerapan makanan. Zat gizi yang telah diolah tubuh akan masuk ke peredaran darah, yang meningkat akibat aktivasi sistem saraf simpatik [6,10]. Teknik pijat ini menekankan pada pemijatan titik-titik tertentu yang berhubungan dengan fungsi pencernaan[11]. Melalui pelaksanaan yang tepat, pijat ini dapat membantu memperbaiki nafsu makan balita. Metode ini tergolong aman, mudah dipraktikkan, dan bisa dilakukan secara mandiri oleh ibu setelah mendapatkan pelatihan[6]

Ibu diharapkan memiliki kemampuan yang memadai dalam praktik pijat bayi sehingga mampu melakukannya secara mandiri kepada anaknya[12]. Kompetensi tersebut dapat ditingkatkan melalui proses pembelajaran yang berkesinambungan, salah satunya dengan latihan. Pelatihan merupakan suatu proses pendidikan yang memberikan pengalaman terstruktur kepada individu untuk mengembangkan aspek perilaku, yang meliputi aspek kognitif, aspek skill, dan aspek afektif, sehingga tujuan sebagaimana diharapkan akan tercapai. Keterampilan ibu balita dalam melakukan pijat masih relatif terbatas[13]. Kondisi ini dipengaruhi oleh minimnya pengetahuan, kurangnya pengalaman praktik, serta terbatasnya akses terhadap program edukasi maupun pelatihan yang terstruktur[12]. Ibu memiliki peran penting dalam pengasuhan sekaligus pemeliharaan kesehatan anak di lingkungan keluarga[14]. Oleh karena itu, diperlukan Ibu memiliki peran khusus dalam pengasuhan sekaligus pemeliharaan kesehatan anak di lingkungan keluarga. Sehingga diperlukan upaya pemberdayaan melalui program pelatihan ini yang dirancang bukan sekadar menambah pengetahuan, melainkan turut memperkuat kemampuan ibu dalam melakukan praktik nyata [12].

Sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama, Puskesmas memiliki peran penting dalam promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat, khususnya dalam mendukung pemenuhan kebutuhan gizi dan pemantauan pertumbuhan balita. Berdasarkan data Dinas Kesehatan tahun 2024, terdapat 340 balita stunting di wilayah kerja Puskesmas Karangdadap. Data tersebut menunjukkan bahwa stunting masih menjadi permasalahan kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian melalui upaya promotif dan preventif serta pemberdayaan keluarga.

Hasil wawancara awal yang dilakukan pada 10 ibu yang memiliki balita stunting menunjukkan bahwa 80% ibu menyampaikan anaknya mengalami kesulitan makan, 50% memberikan susu sebagai nutrisi tambahan, dan 20% memberikan suplemen makanan tambahan. Temuan ini memberikan gambaran awal mengenai permasalahan makan yang dihadapi sebagian ibu serta upaya yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Selain itu, berdasarkan pengamatan awal terhadap ibu-ibu yang berkunjung ke Posyandu, pengetahuan mengenai *Massage Appetite Therapy* atau pijat untuk merangsang nafsu makan pada balita masih terbatas. Ibu-ibu umumnya lebih mengenal pijat bayi secara umum, sedangkan sebagian ibu belum mengetahui teknik pijat yang diajarkan dalam program ini. Sebagian ibu juga merasa takut melakukan pemijatan secara mandiri karena khawatir melakukan penekanan yang tidak tepat, menyebabkan anak merasa sakit, atau membuat anak rewel. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan edukasi dan pendampingan praktik untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan ibu dalam melakukan pemijatan secara tepat dan aman.

Berdasarkan permasalahan tersebut, program pengabdian kepada masyarakat melalui pelatihan dan pendampingan pijat untuk merangsang nafsu makan pada balita dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mempraktikkan teknik pemijatan. Kegiatan

ini berpotensi menumbuhkan kemandirian ibu dalam menjaga gizi anak sekaligus menjadi langkah preventif terhadap permasalahan gizi [6]. Evaluasi program difokuskan pada perubahan pengetahuan dan keterampilan ibu setelah pelatihan dan pendampingan, sedangkan manfaat pemijatan terhadap nafsu makan dan status gizi balita masih memerlukan evaluasi lebih lanjut. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat di Puskesmas Karangdadap, Pekalongan dirancang untuk meningkatkan kapasitas ibu balita melalui pelatihan *Massage Appetite Therapy.* Harapannya, ibu tidak hanya mampu memahami konsep dasar terapi pijat ini, tetapi juga dapat menguasai keterampilan praktis yang dapat diterapkan sehari-hari, sehingga membantu optimalisasi status gizi balita dan mendukung tercapainya kesehatan masyarakat yang lebih baik.

METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dijalankan selama kurun waktu Januari-Juni dengan durasi enam bulan 2025 di Puskesmas Karangdadap Kabupaten Pekalongan. Metode pendekatan yang dilakukan dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi ibu balita di Puskesmas Karangdadap melalui ceramah, diskusi, demonstrasi dan pendampingan terdiri dari beberapa tahapan yaitu:

a. Forum Group Discussion (FGD)

   Kegiatan ini dilakukan sebagai awal pengabdian masyarakat ini yang dilaksanakan pada tanggal 24 Januari 2025. Melalui kegiatan ini, informasi yang dibutuhkan diharapkan dapat tersampaikan kepada pihak puskesmas diantaranya kepala puskesmas, bidan desa, perwakilan kader posyandu sebagai kesepakatan awal meliputi kesepakatan jadwal pertemuan dengan sasaran (ibu balita), tempat pelaksanaan kegiatan, materi yang akan diberikan, narasumber yang akan digunakan, sarana prasarana yang dibutuhkan serta penyampaian peran dari bidan dan kader dalam kegiatan. Dalam FGD ini diharapkan terjadi kesepakatan, motivasi dan dukungan pada setiap rencana kerja yang telah disusun dijalankan dengan semangat, keikhlasan, serta tanpa paksaan, agar seluruh kegiatan yang direncanakan dapat terlaksana dengan baik demi terwujudnya pelatihan *Massage Appetite Therapy.*



Gambar 1. FGD Bersama mitra

b. Pelaksanaan Kegiatan

Pelatihan dan pemberdayaan ibu balita di tahap pelaksanaan ini dilakukan di bulan Februari-April 2025. Jumlah peserta yang mengikuti pelatihan ini adalah 30 ibu dari balita yang berusia 12-59 bulan yang memiliki masalah nafsu makan, serta balita dengan berat badan yang tidak naik dalam 2 bulan terakhir. Narasumber dalam pelaksanaan PKM ini adalah tim pelaksan yang terdiri dari 4 bidan dengan latar belakang Pendidikan Magister dan seluruhnya sudah memiliki sertifikat pijat bayi dan mendapatkan gelar Certified Holistic Touch Therapy (CHTT) dari Indonesian Holistic Care Assotiation (IHCA) Institute, narasumber bukan hanya memberikan materi secara teori juga bertindak sebagai fasilitator saat praktik dan pendampingan pijat nafsu makan. Teknis tahap pelaksanaan yang dilakukan diantaranya:

1) Pemberian Edukasi mengenai Tumbuh kembang balita dan *Massage appetite therapy* dilakukan tanggal 7 Februari 2025. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada ibu melalui ceramah dan tanya jawab menggunakan media bantu LCD dan Leaflet.



Gambar 2. Pemberian Edukasi tentang tumbuh kembang dan konsep Massage Appetite

2) Praktik melakukan Massage Appetite Therapi pada anak dilakukan tanggal 28 Februari 2025. Kegiatan ini bertujuan untuk melatih keterampilan ibu dalam melakukan pijat nafsu makan secara benar melalui bimbingan langsung dari fasilitator. Dengan adanya praktik ini, diharapkan ibu tidak hanya memahami teori, tetapi juga mampu mengaplikasikan teknik pijat secara mandiri di rumah sebagai salah satu bentuk stimulasi untuk meningkatkan nafsu makan dan mendukung status gizi balita.



Gambar 3. Demonstrasi Massage Appetite

3) Pendampingan ibu balita agar mandiri dalam melakukan *Massage appetite therapy* dilakukan pada bulan April 2025 di rumah masing-masing ibu balita serta pemantauan melalui *WhatsApps Group*. Pendampingan ini dilakukan secara bertahap melalui observasi, koreksi teknik, serta pemberian umpan balik. Dengan adanya pendampingan ini, ibu diharapkan semakin percaya diri, konsisten, dan mampu menerapkan pijat nafsu makan secara mandiri di rumah sebagai upaya pencegahan masalah gizi pada balita terutama meningkatkan nafsu makan pada balita.



Gambar 4. Pendampingan Massage Appetite di rumah ibu balita

c. Evaluasi

Pada tahapan evaluasi tim pelaksana PKM telah menyusun kuesioner pengetahuan dan SOP pijat nafsu makan beserta lembar observasinya. Selanjutnya, instrumen tersebut digunakan untuk menilai tingkat pemahaman ibu serta keterampilan mereka dalam melakukan *Massage Appetite Therapy*. Sebelum program dimulai, peserta terlebih dahulu menjalani tes awal, kemudian setelah kegiatan berakhir dilakukan tes akhir, sehingga dapat diketahui adanya peningkatan pengetahuan

maupun keterampilan ibu. Output evaluasi ini berfungsi sebagai acuan dalam menilai keberhasilan program serta merumuskan langkah lanjutan yang diperlukan dalam mendukung kemandirian ibu dalam praktik pijat nafsu makan di rumah.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur pengetahuan menggunakan kuesioner sejumlah 10 pertanyaan tentang pijat nafsu makan yang meliputi pengertian, manfaat, langkah, sedangkan untuk mengukur ketrampilan menggunakan cheklist ketrampilan yang diobservasi oleh tim kepada ibu meliputi persiapan, langkah kerja dan teknik. Analisis untuk mengetahui pengetahuan dan sikap menggunakan distribusi frekuensi dan untuk mengetahui pengaruh pelatihan dalam meningkatkan ketrampilan menggunakan uji beda mean (*paired t test*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

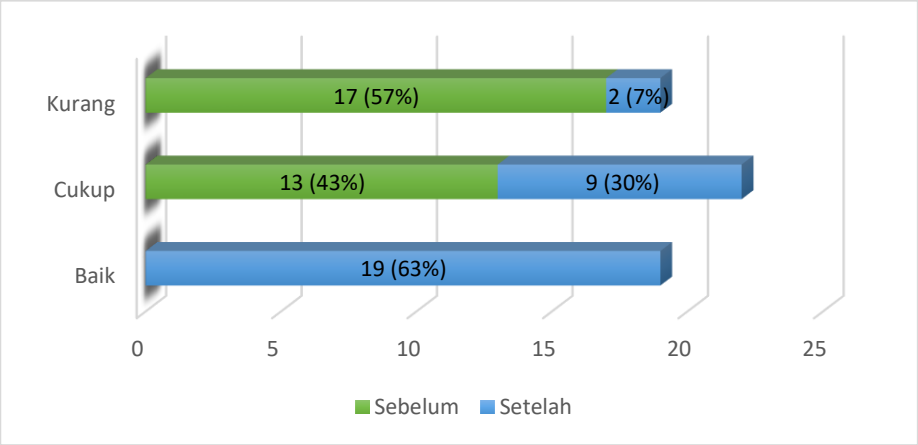
Dari pelaksanaan kegiatan ini, terkumpul informasi terkait tingkat pemahaman tentang pengetahuan tentang tumbuh kembang balita dan massage appetite dan ketrampilan ibu dalam melakukan pijat nafsu makan (*massage appetite*). Sebelumnya tim pengabdi melakukan pengolahan karakteristik ibu balita yang mengikuti pelatihan ini, hasil distribusi frekuensi usia bahwa sebagian besar 73,3% ibu memiliki usia reproduktif untuk hamil dan melahirkan, memiliki tingkat pendidikan menengah sebesar 46,7% dan Sebagian ibu tidak bekerja sebesar 53,3%. Hasil karakteristik ibu balita disajikan pada tabel 1. berikut ini.

Tabel 1 . Distribusi frekuensi karakteristik Ibu Balita (n=30)

Variabel	Frekuensi	Persentase
Usia Ibu		
20-35 tahun	22	73,3
>=35 tahun	8	26,7
Pendidikan		
Pendidikan Dasar	6	20,0
Pendidikan Menengah	14	46,7
Pendidikan Tinggi	10	33,3
Status Bekerja		
Bekerja	14	46,7
Tidak Bekerja	16	53,3

Hasil Pengabdian ini diperoleh data bahwa pengetahuan ibu balita sebelum dilakukan pelatihan masih berada dalam pengetahuan kurang sebesar 57% dan pengetahuan cukup 43%, namun setelah dilakukan pelatihan pengetahuan ibu meningkat menjadi 63% berpengetahuan baik, serta

tidak ada ibu yang memiliki pengetahuan kurang. Hasil pengetahuan ibu balita sebelum dan setelah pelatihan disajikan pada gambar 5. berikut ini.



Gambar 5. Pengetahuan ibu balita tentang tumbuh kembang balita dan pijat nafsu makan sebelum dan setelah pelatihan

Selain pengetahuan, Pengabdian ini juga melakukan pengukuran ketrampilan pijat nafsu makan, pengukuran menggunakan lembar observasi ketrampilan Pijat Nafsu makan. Nilai pre diambil dari hasil pengukuran lembar penilaian ketrampilan segera setelah ibu mendapatkan materi mengenai pijat nafsu makan. Hal ini dilakukan karena ibu sama sekali belum pernah terpapar mengenai pijat nafsu makan. Kemudian untuk nilai post test dilakukan setelah pendampingan pijat selama di rumah masing-masing selama 1 bulan. Hasilnya diperoleh bahwa rata-rata nilai ketrampilan sebelum pendampingan sebesar 50,67 dan setelah pendampingan selama 1 bulan menjadi 69,33. Hasil ketrampilan dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Pengaruh pelatihan pijat nafsu makan (*Massage Appetite therapy*) terhadap keterampilan ibu balita

Variabel	Mean±SD		p-value	Δ Mean	95%CI
	Sebelum	Setelah			Lower-Upper
Ketrampilan Pijat Nafsu makan	50,67±8,28	69,33±7,63	<,001	18,67	22,03-15,31

Peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif melalui pelatihan merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu terhadap aspek penting dalam tumbuh kembang balita. Pengetahuan yang baik pada ibu akan mendorong praktik pengasuhan yang lebih tepat, termasuk dalam aspek stimulasi dan pemberian pijatan sebagai upaya non-farmakologis untuk meningkatkan nafsu makan anak. Hasil temuan (Sari *et al*.) sejalan dengan hasil kegiatan ini, yang menyatakan bahwa penyuluhan dan pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan

ibu dalam merawat anaknya, terkhusus saat melakukan stimulasi pertumbuhkembangan dan pijat pada balita. Dalam penelitiannya, terjadi peningkatan signifikan pengetahuan ibu setelah diberikan pelatihan pijat bayi [15]. Hal ini juga sejalan dengan temuan (Astuti dan Ekawati) yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan pasca pelatihan berkontribusi terhadap peningkatan perilaku perawatan anak, terutama dalam aspek pemenuhan gizi dan stimulasi tumbuh kembang[16]. Adanya peningkatan pengetahuan dalam pengabdian masyarakat ini, ibu diharapkan dapat melakukan tindakan pencegahan terhadap masalah gizi seperti stunting dan wasting, serta membantu meningkatkan nafsu makan anak secara alami dan menyenangkan melalui metode pijat balita.

Pijat nafsu makan adalah upaya ibu dalam intervensi non-farmakologis pada balita yang dilakukan dengan memberikan rangsangan pada titik tubuh tertentu pada balita yang terhubung dengan kerja sistem pencernaan serta pengendalian minat makan pada anak. Titik-titik pijat yang umum digunakan antara lain: ST36 (Zusanli): berada di bawah lutut, berfungsi meningkatkan fungsi pencernaan dan nafsu makan. CV12 (Zhongwan): terletak di perut bagian atas, membantu merangsang lambung dan organ pencernaan. LI4 (Hegu): di tangan, membantu menstimulasi sistem saraf dan pencernaan. SP6 (Sanyinjiao): di kaki bagian dalam, berperan dalam memperkuat limpa dan lambung. Titik refleksi perut dan usus besar di telapak [4,6,9,11]. Keterampilan dalam melakukan pijat ini membutuhkan pengetahuan lokasi titik pijat, tekanan yang tepat, durasi, dan teknik yang sesuai. Oleh karena itu, peningkatan yang signifikan dalam skor keterampilan peserta menunjukkan bahwa proses pendampingan berperan penting dalam membentuk pemahaman dan praktik yang benar[10]. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa pelatihan pijat refleksi secara terstruktur dapat meningkatkan kemampuan kader dalam menerapkan pijat akupresur, termasuk pijat untuk meningkatkan nafsu makan pada balita. Dalam studinya, pelatihan selama beberapa minggu secara signifikan meningkatkan skor keterampilan kader dalam mengidentifikasi titik pijat dan melakukan teknik dengan benar. Pemberian pelatihan pijat akupresur dengan pendekatan partisipatif mampu meningkatkan keterampilan kader secara bermakna, terutama dalam aspek ketepatan teknik dan penempatan titik pijat[17]. Hasil penelitian lain juga menyatakan bahwa intervensi pijat tradisional dapat merangsang sistem saraf otonom dan pencernaan, yang berdampak pada peningkatan nafsu makan anak. Stimulasi melalui pijatan tertentu terbukti meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis dan memperbaiki kerja organ pencernaan, sehingga nafsu makan anak pun meningkat[18].

Peningkatan keterampilan ini tidak lepas dari peran pendampingan yang dilakukan secara berkelanjutan selama 1 bulan. Pendampingan memberikan kesempatan bagi peserta untuk mendapatkan latihan berulang, penguatan praktik, serta bimbingan langsung dari tenaga ahli. Proses ini memfasilitasi pemahaman mendalam terhadap teori dan praktik pijat, memperbaiki kesalahan teknik, serta meningkatkan kepercayaan diri peserta dalam melakukan tindakan. Pernyataan ini sesuai dengan teori tentang pembelajaran motorik menjelaskan bahwa kemampuan motorik dapat

meningkat optimal jika sering dilatih secara berulang. (repetisi), umpan balik langsung (*feedback*), dan bimbingan dari fasilitator. Tanpa pendampingan, keterampilan seringkali tidak berkembang secara maksimal karena tidak adanya penguatan dan koreksi terhadap kesalahan. Penelitian yang mendukung menyatakan bahwa pendampingan berbasis praktik lapangan secara rutin mampu meningkatkan keterampilan peserta secara signifikan, karena peserta mendapat arahan langsung, evaluasi, dan motivasi dari pendamping[19]. Pelatihan dan pendampingan pijat balita selama 4 kali meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu balita secara signifikan dengan nilai p-value 0,001 bahwa pendampingan berbasis praktik langsung selama beberapa minggu terbukti meningkatkan keterampilan pijat balita terutama jika dibarengi dengan evaluasi dan penguatan berkala [12].

Salah satu aspek penting dalam pelaksanaan program ini adalah pengenalan *Massage Appetite Therapy* kepada ibu balita yang sebelumnya belum familiar dengan teknik tersebut. Berdasarkan pengamatan awal, banyak ibu baru mengetahui teknik pijat untuk merangsang nafsu makan melalui kegiatan pelatihan ini. Sebagian ibu juga menyampaikan kekhawatiran untuk melakukan pemijatan secara mandiri karena takut melakukan penekanan yang tidak tepat atau menyebabkan anak merasa sakit. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan pengetahuan dan keterampilan yang menjadi dasar perlunya edukasi berbasis praktik. Pelatihan dan pendampingan memberikan kesempatan kepada ibu untuk mengenal teknik pemijatan, mengamati demonstrasi, serta mempelajari cara mempraktikkannya dengan arahan fasilitator. Peningkatan proporsi peserta dengan pengetahuan kategori baik menjadi 63% dan kenaikan rata-rata skor keterampilan dari 50,67 menjadi 69,33 menunjukkan perkembangan hasil belajar setelah kegiatan. Capaian ini menegaskan pentingnya pelatihan berbasis praktik dalam memperkenalkan pengetahuan dan keterampilan baru kepada masyarakat. Meskipun demikian, manfaat teknik tersebut terhadap nafsu makan dan status gizi balita masih perlu dievaluasi lebih lanjut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat melalui pelatihan dan pendampingan pijat untuk merangsang nafsu makan pada balita, terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu setelah mengikuti kegiatan. Sebelum pelatihan, sebanyak 57% peserta memiliki pengetahuan dalam kategori kurang dan tidak terdapat peserta dengan pengetahuan dalam kategori baik. Setelah pelatihan dan pendampingan, sebanyak 63% peserta mencapai kategori pengetahuan baik. Selain itu, rata-rata skor keterampilan ibu meningkat dari 50,67 sebelum pendampingan menjadi 69,33 setelah pendampingan. Hasil ini menunjukkan bahwa pelatihan dan pendampingan memberikan hasil positif terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mempraktikkan pijat untuk merangsang nafsu makan pada balita. Sebagai tindak lanjut, bidan dan puskesmas dapat mempertimbangkan edukasi dan pendampingan praktik pijat balita melalui Posyandu, kelas ibu balita,

atau pelayanan kesehatan ibu dan anak dengan memperhatikan aspek keamanan, kesesuaian kondisi balita, serta kompetensi tenaga kesehatan yang memberikan pendampingan. Evaluasi lebih lanjut diperlukan untuk menilai ketepatan praktik, keamanan, dan manfaat klinis pijat terhadap nafsu makan balita. Dengan demikian, penerapan praktik ini dalam pelayanan kesehatan dapat dilakukan secara terarah berdasarkan bukti yang memadai.

PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN (ARTIFICIAL INTELLIGENCE)

Penulis menggunakan teknologi kecerdasan buatan (Artificial Intelligence/AI) yaitu Chat GPT sebagai alat bantu dalam penerjemahan dan penyempurnaan bahasa naskah untuk meningkatkan kejelasan, keterbacaan dan kualitas penulisan. Seluruh isi naskah telah ditinjau dan diverifikasi oleh penulis. Penulis bertanggung jawab penuh atas keakuratan data, interpretasi hasil, orisinalitas, serta isi akhir artikel yang dipublikasikan.

KONTRIBUSI PENULIS

Konseptual (WE), Perancangan pengabdian (WE,NC), pelaksanaan kegiatan pengabdian (WE,LDP,F,NC), pengolahan data (NC,F), analisis dan penyusunan hasil pembahasan (WE,LD), Penulisan naskah artikel (WE,LD), revisi dan submitted (WE).

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ucapkan terimakasih kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, kemudian kepada pihak yang telah membantu dan berkontribusi diantaranya kepala Puskesmas Karangdadap, bidan desa dan kader yang telah membantu kelancaran pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dewi AP, Rahmadini A, Setiawati J, Wakhidah AZ. Analisis Dampak, Solusi serta Pencegahan Stunting: Literature Riview. Jurnal Riset Gizi 2024;12:64–71. https://doi.org/10.31983/jrg.v12i1.10943 .
2. Development Initiatives Poverty Research. 2021 Global Nutrition Report: The state of global nutrition. United Kingdom: 2022.
3. Kemenkes R. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Jakarta: 2023.
4. Setianingsih DH, Patimah S, Yuliastuti S. Pengaruh Pijat Tui Na Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Balita Usia Di Kota Tasikmalaya. Asian Research Midwifery and Basic Science Journal 2024;1:1–7. https://doi.org/10.37160/ARIMBI.V1I2.642

5. Novianti S, Nurjaman A. The Relationship Of Environmental Factors And A History Of Diarrhea To The Incidence Of Stunting In Baduta Aged 6-23 Months. International Journal of Health Science & Medical Research 2022;1:62–72. https://doi.org/https://doi.org/10.37905/ijhsmr.v1i2.12764
6. Wulaningsih I, Sari N, Wijayanti H. Pengaruh Pijat Tuina Terhadap Tingkat Nafsu Makan Balita Gizi Kurang. Jurnal EDUNursing 2022;6:33–8.
7. Rifani R, Ansar W. Faktor Penyebab Perilaku Makan Pada Anak, Universitas Negeri Makasar; 2021, p. 1988–95. https://ojs.unm.ac.id/semnaslemlit/article/view/25485
8. Rahmatika T, Pangestuti DR, Asna AF. Hubungan Ketahanan Pangan, Pola Asuh, dan Tingkat Kecukupan Gizi dengan Kejadian Stunting Balita 6-59 Bulan di Puskesmas Dawe, Kabupaten Kudus. Amerta Nutrition 2024;8:82–93. https://doi.org/10.20473/amnt.v8i3SP.2024.82-93
9. Himawati L, Wigati DN. Pengaruh Pemberian Tui Na Massage Terhadap Peningkatan Berat Badan Balita di Desa Selojari. Jambura Journal Of Health Science And Research 2023;5:1135–43. https://doi.org/https://doi.org/10.35971/jjhsr.v5i4.20997
10. Tiwery IB, Anggryni M. Tui Na Massage Terhadap Appetite: Literature Review. Nightingale: Journal of Nursing 2023;2:33–40.
11. Wijayanti T, Sulistiani A. Efektifitas Pijat Tui Na Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Usia 1 – 2 Tahun. Jurnal Kebidanan Indonesia 2019;10:60–5. https://doi.org/10.36419/JKEBIN.V10I2.280
12. Fatonah SH, Maryati S, Yanti D, Oktri Y. Upaya Peningkatan Keterampilan ibu dengan pelatihan Pijat Balita. Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo 2022;4:7–14. https://doi.org/10.32807/JPMS.V4I1.863
13. Prananingrum R, Untari I, Pertiwi D, Kusudaryati D, Kebidanan P, Pku S, et al. Peningkatan Pengetahuan dan Ketrampilan Kader Posyandu Balita Melalui Praktek Pijat Bayi Menuju Balita Sehat. URECOL 2017:249–54.
14. Windiastri F, Nurhaeni N. Hubungan Pola Asuh Ibu dan Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Prasekolah di Bogor. Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI) 2020;4:67–80. https://doi.org/10.32419/JPPNI.V4I2.180
15. Sa'diya LK. Pengaruh Pelatihan Pijat Bayi Terhadap Ketrampilan Ibu Dalam Melakukan Pijat Bayi Di Desa Sidorejo Kec. Jetis Mojokerto. Innovative: Journal Of Social Science Research 2025;5:1813–22. https://doi.org/10.31004/INNOVATIVE.V5I1.17821
16. Anggraini TNYA, Ekawati E. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Kader dalam Pemantauan Tumbuh Kembang Balita. Media Ilmu Kesehatan 2019;8. https://doi.org/https://doi.org/10.30989/mik.v8i3.343
17. Wulan R, Gunarmi G, Badi'ah A. Efektivitas pijat tuina terhadap peningkatan nafsu makan bayi. Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal 2025;16:174–9. https://doi.org/10.34305/JIKBH.V16I01.1558

18. Widaryanti R, Muflih M, Rahmayanti DR, Bora FA, Halmawati H. Upaya Meningkatkan Nafsu Makan Balita dengan Pijat Tuina dan Edukasi Pemanfaatan Herbal. I-Com: Indonesian Community Journal 2024;4:343–51. https://doi.org/10.33379/icom.v4i1.4051
19. Rohmatin E, Herliani Y, Diana H. Pendampingan Kader Dalam Meningkatkan Kemampuan Pemantauan Tumbuh Kembang Anak Di RW 11 Kelurahan Mulyasari Kota Tasikmalaya. Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat 2019;1:128–32. https://doi.org/10.37160/EMASS.V1I2.310