



Education and Training on Tui Na Massage, Chicken Nugget PMT to Prevent Stunting and Degenerative Diseases in the Community

Edukasi dan Pelatihan Pijat Tui Na, PMT Nugget Ayam Untuk Pencegahan Stunting dan Penyakit Degenerative di Masyarakat

Darini Kurniawati^{1*)}, Fitri Yuliana², Raihana³, Viviana⁴, Via Octaviani⁵, Melsandra Ciky⁶, Adelia Leluni⁷, Cesilia Isana Pituwat⁸

Published online: 28 July 2025

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem caused by a long-term lack of nutritional intake, resulting in impaired child growth and becoming one of the causes of stunted height in children, making them shorter than their peers. The objectives and focus of this activity are: To enhance the knowledge of health workers about diseases and stunting, To improve the skills of health workers in anthropometric measurements for stunting detection, To provide training in the preparation of child-friendly PMT to meet the nutritional needs of infants, To introduce Tui Na massage and enhance the knowledge and skills of health workers in educating parents of infants at the Posyandu to improve the infants' appetite. There was an 80% increase in cadres' knowledge and skills in integrated Posyandu services for infants, adolescents, the elderly, and pregnant women. Cadres learned about Tui Na massage and its benefits, as well as the chicken nugget PMT that is popular among children and adults.

Keywords: Posyandu cadres, stunting, anthropometry, Tui Na

Abstrak. Stunting adalah masalah gizi kronis karena kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu panjang sehingga mengakibatkan pertumbuhan anak terganggu dan menjadi salah satu penyebab tinggi badan anak terhambat, sehingga lebih rendah dibandingkan anak-anak seusianya. Tujuan dan fokus kegiatan ini adalah untuk : Meningkatkan pengetahuan kader tentang penyakit dan stunting, Meningkatkan keterampilan kader dalam pengukuran antropometri untuk deteksi stunting, Memberikan pelatihan dalam pembuatan PMT yang disukai anak dalam memenuhi nutrisi balita, Mengenalkan Pijat Tui Na dan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader untuk edukasi kepada orang tua balita di posyandu untuk meningkatkan nafsu makan balita. Terdapat peningkatan pengetahuan kader sebesar 80% dan keterampilan kader dalam pelayanan terintegrasi Posyandu balita, remaja, lansia dan ibu hamil. Kader mengenal pijat Tui Na dan manfaatnya serta mengenal PMT Nugget ayam yang disukai dari anak-anak sampai dewasa.

Kata kunci : Kader Posyandu, Stunting, Antropometri, Tui Na

PENDAHULUAN

Prevalensi stunting berdasarkan data hasil survei status gizi Indonesia tahun 2022 sebesar 21,6% dan dari hasil survei tersebut juga menyebutkan prevalensi balita stunting provinsi Kalimantan

Selatan sebesar 24,6% dan pada kabupaten Banjar sebesar 26,4%. Stunting adalah masalah gizi kronis akibat kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu panjang sehingga mengakibatkan terganggunya pertumbuhan pada anak. Stunting

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia

^{*)} *corresponding author*

Darini Kurniawati

Email: darinikurniawati@gmail.com

juga menjadi salah satu penyebab tinggi badan anak terhambat, sehingga lebih rendah dibandingkan anak-anak seusianya (1). Mitra pada program Pemberdayaan Berbasis Masyarakat ini adalah Kader Kesehatan (Kader Posyandu Balita dan Kader Posyandu Remaja) Desa Kertak Hanyar II. Kader kesehatan desa terdiri dari Kader Posyandu Balita 20 orang yang dibentuk sejak tahun 2023 dan Kader Posyandu Remaja 5 orang yang baru dibentuk pada bulan Januari 2024 (2). Kader ditetapkan oleh Kepala Desa sebagai perwakilan desa untuk membantu layanan kesehatan di desa. Selama ini kegiatan Kader adalah mengikuti kegiatan Posyandu yang dikoordinir oleh Puskesmas. Jarak antara desa Kertak Hanyar II dengan Puskesmas sekitar 5,4 kilometer dan ditempuh selama 17 menit.

Kejadian anak stunting di desa Kertak Hanyar II cukup tinggi yaitu 34 anak. Beberapa faktor penyebab ini adalah karena kurangnya asupan gizi dan kemampuan ekonomi yang rendah dari keluarga sehingga kesulitan untuk memenuhi asupan yang bergizi. Data pada bulan April 2024 terdapat 219 anak stunting dari 3 kelurahan dan 10 desa wilayah Puskesmas Kertak Hanyar. Dan desa Kertak Hanyar II mempunyai angka tertinggi.

Berdasarkan hasil diskusi bersama mitra, didapatkan analisis situasi dan permasalahan mitra sebagai berikut.

1. Mitra sebagai kader kesehatan desa menjalankan program sesuai program kerja Posyandu Balita dan Posyandu Remaja yang dilaksanakan oleh Puskesmas.
2. Program kerja mitra selama ini hanya sebatas membantu pelaksanaan program Posyandu dari Puskesmas serta terbatas pada mencatat hasil pengukuran tinggi badan, berat badan, dan tekanan darah.
3. Mitra belum memiliki program kerja selain dari program kerja Posyandu dari Puskesmas.
4. Pengetahuan mitra tentang stunting dan penyakit masih rendah.
5. Mitra belum pernah secara khusus mendapatkan keterampilan pengukuran antropometri baik dari Puskesmas maupun dari Pemerintah Daerah.
6. Mitra belum mengenal Pijat Tui Na yang bisa meningkatkan nafsu makan anak balita.

Tujuan dan fokus dari kegiatan Pengabdian ini sebagai berikut.

1. Meningkatkan pengetahuan kader tentang stunting, penyakit pada ibu hamil, reproduksi sehat dan upaya pencegahan stunting.
2. Meningkatkan keterampilan kader dalam pengukuran antropometri
3. Memberikan pelatihan dalam pembuatan produk makanan tambahan yang disukai anak dalam memenuhi nutrisi balita.

Mengenalkan Pijat Tuina untuk meningkatkan nafsu makan balita.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan Pengabdian akan dilaksanakan selama 6 bulan dimulai dari tahap persiapan, implementasi pelaksanaan program pengabdian, membuat laporan pertanggungjawaban, hingga pemenuhan luaran wajib. Pelaksanaan pengabdian dibagi menjadi 4 program kegiatan. Pada pelaksanaan ini Tim pengabdian Dosen dan Mahasiswa akan menjadi pelaksana, pemateri, dan tutor bagi kader. Partisipasi mitra pada kegiatan pengabdian ini adalah sebagai peserta yang akan diberi pendidikan dan pelatihan pada masing-masing program. Mitra juga berpartisipasi dalam memfasilitasi menjadikan Posyandu sebagai tempat kegiatan pengabdian.

Program ke 1, Pendidikan Kader Kesehatan

Pada program ini tim pengusul akan menyiapkan media edukasi seperti leaflet dan video edukasi. Berdasarkan hasil riset pengusul video edukasi mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat, sehingga mampu membuat keputusan terkait pengobatan (3).

1. Kader diberikan pendidikan tentang penyakit yang biasa dialami ibu hamil seperti hipertensi, diabetes melitus, dan maag (gastritis). Penyampaian materi akan diberikan oleh Dosen Farmasi.

2. Kader diberikan pendidikan Kesehatan ibu dan anak. Pendidikan tentang kebutuhan nutrisi ibu hamil, anemia, stunting, serta kebutuhan nutrisi dan gizi pada bayi dan anak serta reproduksi sehat. Penyampaian materi akan diberikan oleh Dosen Kebidanan dan Dosen Farmasi.

Target luaran pada kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan dari Mitra. Pengukuran dilakukan sebelum pemberian dan setelah pemberian pendidikan Instrumen yang digunakan berupa kuisioner.

Tahapan pelaksanaan dari kegiatan ini sebagai berikut.

- a. Pertemuan dengan kader dilaksanakan setiap minggu ke1 pada bulan Januari, Februari dan Maret
 - 1) Pada bulan Januari, dilaksanakan pendidikan tentang penyakit hipertensi dan nutrisi untuk ibu hamil. Pertama, dilakukan pengukuran pengetahuan awal kader dengan pretes.
 - 2) Kedua, sosialisasi tentang penyakit hipertensi dan nutrisi untuk ibu hamil
 - 3) Ketiga, diskusi tanya jawab.
- b. Pertemuan dengan kader pada bulan Februari dilaksanakan pendidikan tentang penyakit diabetes melitus, reproduksi sehat dan anemia.
 - 1) Pertama, dilakukan pengukuran pengetahuan awal kader dengan pretes.
 - 2) Kedua, sosialisasi tentang penyakit diabetes melitus dan anemia,
 - 3) Ketiga, diskusi tanya jawab.
- c. Pada bulan Maret, dilaksanakan pendidikan tentang penyakit magh (Gastritis) dan stunting.
 - 1) Pertama, dilakukan pengukuran pengetahuan awal kader dengan pretes.
 - 2) Kedua, sosialisasi tentang penyakit Magh (Gastritis), stunting dan reproduksi sehat.
 - 3) Ketiga, diskusi tanya jawab.
- d. Pada bulan April, melakukan diskusi dengan kader berupa penguatan pengetahuan dari materi yang masih belum dipahami oleh kader dan diakhiri dengan postes untuk mengukur pengetahuan kader.

Program ke 2, Pendampingan Pengukuran Antopometri

Kegiatan dari program ini dilakukan dengan melakukan pendampingan kader melakukan pengukuran antropometri selama 4 pertemuan dalam 4 bulan. Tim dosen dan mahasiswa melaksanakan tahapan kegiatan sebagai berikut:

1. Melakukan pretes untuk mengukur pengetahuan kader tentang pengukuran antropometri
2. Bulan April dilakukan pengenalan alat antropometri untuk mengukur berat badan dan tinggi badan anak dan balita. Pemberian pelatihan keterampilan cara mengukur tinggi badan dan berat badan dalam mengidentifikasi awal pasien stunting sesuai dengan standar prosedur operasional (SOP). Pemberian hibah kit Antopometri kepada kader.
3. Bulan Mei minggu pertama melakukan pendampingan kader pengukuran Antopometri di Posyandu Balita “Mahligai Sejahtera”.
4. Bulan Mei minggu kedua melakukan pendampingan kader pengukuran Antopometri di Posyandu Balita “Handil Kuin”.
5. Bulan Mei minggu ketiga melakukan pendampingan kader pengukuran Antopometri di Posyandu Balita “Anggrek Bulan”.

Program ke 3, Pendampingan Pembuatan PMT Nugget Ayam

Pada program ini tim pengusul akan menyiapkan media edukasi seperti leaflet dan video edukasi tentang makanan sehat dan bergizi serta diolah menjadi makanan yang disukai anak dan balita, sesuai hasil riset tim pengusul. Kegiatan dari program ini yaitu tim pengabdian akan memberikan edukasi makanan tambahan yang disukai anak dan balita serta melakukan pelatihan pembuatan Nugget Sayur bersama kader posyandu balita dan kader posyandu remaja (4). Tahapan yang dilakukan sebagai berikut:

1. Tim dosen dan mahasiswa membuat media edukasi leaflet dan video edukasi pembuatan Nugget Ayam.
2. Pada bulan Mei Tim pengabdian melakukan pretes kepada seluruh kader, melakukan edukasi makanan yang sehat dan bergizi serta cara pengolahan yang sehat.
3. Pada bulan September Tim pengabdian mendampingi kader membuat makanan tambahan Nugget Ayam Untuk mengukur pengetahuan dan ketrampilan kader, tim pengabdian melakukan post tes kepada seluruh kader.
4. Pada bulan Mei tim pengabdian memberikan PMT Nugget Ayam untuk Posyandu Balita “Mahligai Sejahtera”, “Handil Kuin” dan “Anggrek Bulan” sesuai jadwal pelayanan Posyandu.

Program ke 4, Pelatihan Pijat Tui Na

Pada program ini tim pengusul akan menyiapkan media edukasi seperti leaflet tentang pijat tuina. Pijat Tui Na, sesuai hasil penelitian tim pengusul bisa meningkatkan nafsu makan anak dan balita (5). Tahapan pelaksanaan kegiatan pelatihan pijat Tui Na sebagai berikut:

1. Pada bulan Juni tim pengabdian mengadakan pretes terhadap seluruh kader Posyandu Balita dan Posyandu Remaja kemudian dilanjutkan dengan memberikan edukasi Pijat Tui Na dan Pelatihan Pijat Tui Na.
2. Pada bulan Juli dilakukan Postes terhadap seluruh kader Posyandu untuk mengukur pengetahuan dan ketrampilan kader.
3. Pada bulan Juli tim pengabdian melakukan Pendampingan kader memberikan edukasi Pijat Tui Na di Posyandu Balita “Mahligai Sejahtera”, “Handil Kuin” dan “Anggrek Bulan” sesuai jadwal pelayanan Posyandu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Edukasi dan Plathian

Kegiatan pengabdian Masyarakat kepada mitra kader posyandu desa Kertak Hanyar II dimulai dengan pemberian edukasi penyakit-penyakit yang biasa dialami Masyarakat yaitu hipertensi, diabetes mellitus, asam urat, maagh dan kolesterol. Acara edukasi kepada kader dilaksanakan di halaman balai desa Kertak Hanyar II, dihadiri sekcam Kertak Hanyar yang mewakili Camat Kertak Hanyar, juga bidang Gizi Puskesmas Kertak Janyar, Bapak Pembekal Desa Kertak Hanyar II yaitu bapak Murdani dan ibu ketua PKK desa Kertak Hanyar ibu Endang Susilowati dan seluruh kader posyandu balita dan remaja sebanyak 20 orang kader. Sebelum dilakukan edukasi terlebih dahulu dilakukan pre-test terhadap seluruh kader. Dan setelah edukasi juga dilakukan pos-test untuk mengukur pengetahuan kader apakah bertambah setelah mendapatkan edukasi.

Edukasi yang kedua yaitu pijat Tui Na, kader belum pernah mendengar maupun melihat praktek pijat Tui Na. Dengan antusias seluruh kader menyimak pemateri menjelaskan pijat Tui Na, juga diputarkan video edukasinya serta membaca dari leaflet yang telah dibuat oleh tim pengabdian. Para kader mempraktekkan pijat Tui Na dengan alat bantu boneka dan ada yang mempraktekkan langsung di tubuh sendiri atau kepada teman kader lainnya.

Edukasi yang ketiga yaitu produk makanan yang enak rasanya dan digemari oleh anak-anak sampai orang tua yaitu Nugget ayam. Formulasi nugget ayam ini cukup memberikan jumlah protein

yang diperlukan tubuh, ditambah dengan wortel yang kaya dengan vitamin A dan vitamin C. Tim pengabdian juga telah menyiapkan nugget yang sudah matang untuk dicicipi langsung oleh seluruh kader.

Dari kegiatan edukasi ini didapatkan peningkatan pengetahuan sebesar 80% diperoleh dari nilai pre-test dan post-test kader posyandu yang tersaji dalam table berikut ini:

Tabel 1.

Hasil pre-test dan pos-test edukasi

No. kader	Hasil pre-test	Hasil post-test	Selisih hasil	Persentase selisih	Tingkat Pengetahuan
1	10	90	+80	80%	Baik
2	10	100	+90	90%	Baik
3	20	100	+80	80%	Baik
4	10	90	+80	80%	Baik
5	10	100	+90	90%	Baik
6	20	100	+80	80%	Baik
7	30	100	+70	70%	Baik
8	10	90	+80	80%	Baik
9	10	100	+90	90%	Baik
10	20	100	+80	80%	Baik
11	20	90	+70	70%	Baik
12	10	90	+80	80%	Baik
13	10	100	+90	90%	Baik
14	20	100	+80	80%	Baik
15	30	100	+70	70%	Baik
16	10	90	+80	80%	Baik
17	20	100	+80	80%	Baik
18	10	90	+80	80%	Baik
19	20	100	+80	80%	Baik
20	30	100	+70	70%	Baik

Tingkat pengetahuan kader posyandu desa Kertak Hanyar II dengan kategori Baik 100% dengan peningkatan pengetahuan sebesar 80%.

Foto-foto kegiatan edukasi penyakit hipertensi, diabetes meliitus, maagh, asam urat dan kolesterol, edukasi Pijat Tui Na dan edukasi produk nugget ayam sebagai berikut:



Gambar 1. kegiatan edukasi dan penyerahan hibah Antropometri kit kepada ketua PKK Desa Kertak Hanyar II ibu Endang Susilowati.

Pendampingan Kader

Kegiatan tim pengabdian berlanjut dengan pendampingan terhadap kader di saat pelayanan Kesehatan terhadap Masyarakat di Posyandu. Pada saat pendampingan kader, tim pengabdian juga melaksanakan penilaian performa kader pada saat melakukan pelayanan terutama pada penggunaan Antropometri, meliputi ketrampilan kader melakukan penimbangan pada bayi, balita, remaja dan orang tua. Pada saat pelaksanaan pendampingan kader terdapat perubahan pelayanan di Posyandu menjadi Pelayanan Terintegrasi dari pelayanan bayi, anak balita, ibu hamil, remaja dan lansia. Pada awal pelaksanaan posyandu terintegrasi ini, pelayanan di Posyandu Mahligai Sejahtera oleh kader kurang maksimal disebabkan karena Masyarakat dari bayi, anak balita, remaja, ibu hamil dan lansia datang bersamaan, sehingga tempatnya menjadi penuh, sedangkan kader yang melayani hanya 6 orang kader ditambah ibu ketua PKK dan petugas Puskesmas Kertak Hanyar yaitu petugas gizi dan perawat.

Kader yang melaksanakan penimbangan, pengukuran tinggi badan, pengukuran lingkaran kepala dan pengukuran lingkaran badan hanya dua kader saja, karena sudah dibagi tugas masing-masing kader yaitu kader yang bertugas pada registrasi, kader yang bertugas pada penimbangan dan pengukuran tinggi badan, kader yang bertugas pada pengukuran lingkaran kepala dan lingkaran pinggang, kader yang bertugas mencatat semua hasil pengukuran, kader yang bertugas merekap hasil kegiatan pelayanan Posyandu hari itu. Ibu ketua PKK dibantu satu orang kader memberikan pelayanan pemberian makanan tambahan kepada bayi dan anak balita berupa bubur dan puding ditambah Nugget ayam yang sudah dibuat dari tim pengabdian. Tidak ada kader yang memberikan edukasi terhadap Masyarakat yang datang di Posyandu, sehingga tim pengabdian memberikan edukasi dengan menggunakan leaflet terhadap pasien lansia yang menderita penyakit hipertensi, Diabetes Melitus, Magh, asam urat dan kolesterol serta pembuatan nugget ayam serta pijat Tui Na. Petugas dari Puskesmas memberikan pelayanan pengukuran tekanan darah dan kadar gula darah dan pelayanan kepada ibu hamil. Demikian juga pada pelayanan Posyandu Handil Kuin. Yang berbeda saat pelayanan di Posyandu Anggrek Bulan tim Puskesmas lengkap yang hadir Dokter, perawat, petugas gizi serta ada pelayanan edukasi dokter dan pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, kadar gula darah dan asam urat serta diberikan obat Puskesmas dan diberikan Resep dokter untuk obat yang tidak ada untuk dibeli di apotek. Foto-foto kegiatan tim pengabdian di pelayanan posyandu desa Kertak Hanyar II sebagai berikut:





Gambar 2. kegiatan tim pengabdian Bersama kader posyandu di pelayanan terintegrasi posyandu Maghligai Sejahtera, Posyandu Handil Kuin dan Posyandu Anggrek Bulan.

KESIMPULAN

Dengan kegiatan edukasi tim pengabdian tentang penyakit hipertensi, diabetes melitus, asam urat, magh dan kolesterol serta pijat Tui Na dan Pengolahan Nugget Ayam dapat meningkatkan pengetahuan kader posyandu desa Kertak Hanyar II sebesar 80%. Dari edukasi yang diberikan belum diterapkan kader pada pelayanan di Posyandu sehingga belum bisa dilakukan penilaian ketrampilan kader. Tetapi ketrampilan kader yang bertugas penggunaan Antropometri dengan melakukan penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pengukuran lingkaran kepala dan lingkaran pinggang sudah trampil dan selalu didampingi oleh petugas Puskesmas Kertak Hanyar.

Acknowledgments

Terimakasih kami sampaikan kepada LLPM Universitas Sari Mulia yang telah mengawal kegiatan pengabdian masyarakat sampai dengan selesai, juga kepada semua kader posyandu desa Kertak Hanyar II beserta jajarannya yang telah memfasilitasi kegiatan ini.

Conflict of Interests

The authors declared that no potential conflicts of interest with respect to the authorship and publication of this article.

REFERENCES

- Kemkes RI. (2023). *Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Desa Kertak Hanyar II. (2022). *Profil Desa Kertak Hanyar II 2022*.

- Zuraida, Z., Kurniawati, D., & Rahmadani, R. (2023). Pengaruh Edukasi Video Terhadap Pengetahuan Swamedikasi Batuk di Kecamatan Banjarmasin Timur. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 6741–6751.
- Kurniawati, D. Rahmadani. (2024). Pelatihan Pembuatan Nugget Sayur Bagi Orang Tua PAUD “Pelita Bangsa” Kecamatan Kertak Hanyar. *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh*, 3(1), 643-651.
- Hanovani, Yuliana, F., & Kurniawati, D. (2023). Peningkatan Nafsu Makan Balita Melalui Kombinasi Pijat Tui Na Dan Hypnoparenting Di Kelurahan Habaring Hurung Wilayah UPT. Puskesmas Tangkiling. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 6(2), 176-182.