

Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Penerapan Hydrotherapy untuk Stimulasi Tumbuh Kembang Bayi

Hanik Khairun Nisa*¹, Devi Elfita Sari²

^{1,2}Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada Palembang

*e-mail: khairunnisa19021997@gmail.com

Abstract

Hydrotherapy is a stimulation approach that uses water as a therapeutic medium to facilitate infant motor development, hydrostatic pressure, and warm temperature. This community service activity aimed to strengthen the capacity of Posyandu cadres in Gandus Village, Palembang City, by training them to apply hydrotherapy as a practical technique for stimulating infant growth and motor development at the community level. The program employed educational sessions and hands-on demonstrations, covering basic theoretical concepts of hydrotherapy, its developmental benefits for infants aged 6–12 months, and essential safety principles. The findings indicated a marked improvement in the cadres' knowledge and practical skills, as reflected in increased post-test scores and their ability to independently demonstrate each step of the hydrotherapy procedure according to established guidelines. Participants expressed enthusiasm toward integrating hydrotherapy into routine Posyandu activities, noting that the method was simple, feasible, and well-suited for community settings. Overall, this program successfully enhanced the competence of Posyandu cadres in providing safe and effective motor development stimulation through hydrotherapy. The activity also holds potential to support early detection of developmental delays and to strengthen community-based health promotion efforts focused on improving infant growth and developmental outcomes.

Keywords: community empowerment; hydrotherapy; infant development; Posyandu cadres; stimulation.

Abstrak

Hydrotherapy merupakan salah satu bentuk stimulasi yang memanfaatkan air sebagai media untuk mendukung perkembangan motorik bayi, tekanan hidrostatik, dan suhu hangat yang memberikan rasa nyaman serta memungkinkan gerakan lebih bebas. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan kader Posyandu di Kelurahan Gandus, Kota Palembang, dalam menerapkan hidroterapi sebagai teknik stimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi di tingkat komunitas. Metode yang digunakan meliputi edukasi dan demonstrasi langsung melalui sesi pelatihan yang terdiri dari pemberian materi teori mengenai konsep dasar hidroterapi, manfaatnya bagi perkembangan motorik kasar bayi usia 6–12 bulan, serta prinsip keselamatan selama pelaksanaan. Selain itu, dilakukan praktik langsung yang dipandu oleh fasilitator untuk memastikan kader mampu memahami dan meniru prosedur hidroterapi dengan benar dan aman. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan dan keterampilan kader, yang terlihat dari perbandingan nilai pre-test dan post-test, serta kemampuan mereka dalam mempraktikkan teknik hidroterapi secara mandiri sesuai standar. Para kader juga menunjukkan antusiasme tinggi dan menyatakan bahwa metode ini mudah diterapkan pada kegiatan Posyandu rutin. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan kompetensi kader Posyandu, sehingga berpotensi memperkuat upaya deteksi dini tumbuh kembang di masyarakat serta meningkatkan kualitas layanan kesehatan berbasis komunitas.

Kata Kunci: hydrotherapy; kader Posyandu; pemberdayaan; stimulasi; tumbuh kembang bayi.

Diterima: 29 Oktober 2025 **Revisi:** 27 November 2025 **Terbit:** 30 Desember 2025

This is an open access article under the CC BY-SA License.



A. PENDAHULUAN

Perkembangan motorik bayi merupakan salah satu indikator penting dalam menentukan optimal tidaknya proses tumbuh kembang anak. Stimulasi yang diberikan sejak dini berperan besar dalam mempercepat koordinasi otot besar, keseimbangan, serta kemampuan bergerak bayi (Izzati, 2019). World Health Organization (WHO, 2021) melaporkan bahwa sekitar 43% anak balita di dunia mengalami keterlambatan perkembangan akibat kurangnya stimulasi dini. Kondisi serupa juga ditemukan di berbagai wilayah Indonesia, termasuk Kelurahan Gandus, Kota Palembang. Hasil pemantauan Posyandu menunjukkan bahwa sekitar 40% bayi masih mengalami keterlambatan perkembangan motorik yang belum sesuai dengan usia perkembangan. Fenomena ini mengindikasikan bahwa upaya stimulasi tumbuh kembang belum dilakukan secara optimal, baik dari sisi pengetahuan orang tua maupun keterampilan kader Posyandu sebagai garda terdepan pelayanan kesehatan masyarakat (Akbar, 2020).

Posyandu memiliki peran strategis sebagai layanan kesehatan berbasis komunitas dalam memberikan edukasi, pemantauan, dan stimulasi tumbuh kembang anak secara berkelanjutan (Jiang, 2018). Namun demikian, kemampuan kader Posyandu dalam mengenali keterlambatan perkembangan motorik dan menerapkan metode stimulasi yang tepat masih menjadi tantangan. Kader cenderung lebih fokus pada kegiatan penimbangan dan pencatatan pertumbuhan, sementara pelatihan terkait teknik stimulasi motorik yang inovatif dan mudah diterapkan masih terbatas (Izzati, 2019). Salah satu metode stimulasi yang efektif, aman, dan menyenangkan bagi bayi adalah hydrotherapy. Hydrotherapy memanfaatkan media air untuk memberikan efek relaksasi sekaligus mendukung perkembangan motorik melalui gerakan bebas yang dipengaruhi oleh gaya apung, tekanan hidrostatik, dan suhu air yang hangat. Metode ini terbukti dapat meningkatkan tonus otot, koordinasi gerak, keseimbangan, serta stimulasi sensorik bayi (Akbar, 2020). Selain itu, hydrotherapy relatif mudah diterapkan di tingkat Posyandu karena tidak memerlukan peralatan yang kompleks maupun biaya yang besar (Izzati, 2019).

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini difokuskan pada pemberdayaan kader Posyandu di Kelurahan Gandus melalui edukasi dan pelatihan hydrotherapy. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memahami konsep dasar hydrotherapy, mengenali manfaatnya bagi perkembangan motorik bayi usia 6–12 bulan, serta mempraktikkan teknik yang aman dan sesuai dengan prosedur standar. Diharapkan kegiatan ini dapat menjadi solusi alternatif dalam meningkatkan kualitas stimulasi tumbuh kembang bayi di tingkat komunitas.

B. METODE

Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Gandus, Kota Palembang, pada bulan September 2025 dengan sasaran 15 kader Posyandu yang aktif terlibat dalam pelayanan pemantauan tumbuh kembang balita. Pemilihan lokasi ini berdasarkan temuan sebelumnya bahwa sebagian kader masih mengalami keterbatasan dalam memberikan stimulasi perkembangan motorik, sehingga diperlukan intervensi edukatif dan praktis untuk meningkatkan kapasitas mereka. Kegiatan berlangsung selama dua minggu dengan total durasi empat kali pertemuan, masing-masing berdurasi 120 menit. Metode kegiatan terdiri dari tiga tahap utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan

evaluasi, yang dirancang untuk menjawab permasalahan rendahnya pengetahuan dan keterampilan kader serta untuk mencapai tujuan peningkatan kapasitas dalam menerapkan hydrotherapy secara aman.

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan dilakukan serangkaian kegiatan seperti koordinasi dengan pihak puskesmas, penyusunan materi edukasi, persiapan alat peraga, dan penyusunan instrumen evaluasi. Instrumen tersebut mencakup lembar pre-test dan post-test, panduan observasi keterampilan praktik, serta checklist keselamatan pelaksanaan hydrotherapy. Tahap ini juga mencakup penentuan indikator keberhasilan, yang meliputi peningkatan pengetahuan minimal 20%, keterampilan praktik mencapai $\geq 80\%$ kategori “baik”, dan sikap positif terhadap penerapan stimulasi hydrotherapy di Posyandu.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan diawali dengan pemberian pre-test kepada kader Posyandu untuk mengukur pengetahuan awal mengenai konsep stimulasi perkembangan motorik, prinsip dasar hydrotherapy, serta prosedur keselamatan pelaksanaan. Pre-test ini berfungsi sebagai data dasar (baseline) sebelum diberikan intervensi berupa edukasi dan pelatihan.

Selanjutnya dilakukan penyuluhan interaktif menggunakan metode ceramah partisipatif dan diskusi kelompok kecil yang membahas konsep hydrotherapy, manfaat, indikasi dan kontraindikasi, teknik pelaksanaan, serta prinsip keamanan. Kegiatan ini didukung dengan media presentasi, video demonstrasi, dan booklet materi.

Setelah sesi penyuluhan, dilakukan demonstrasi teknik hydrotherapy oleh fasilitator menggunakan boneka peraga dan bak khusus. Demonstrasi menekankan teknik memegang bayi di dalam air, pengaturan suhu air, serta rangkaian gerakan stimulasi motorik.

Tahap pelaksanaan diakhiri dengan praktik langsung oleh kader Posyandu dalam kelompok kecil di bawah supervisi instruktur, menggunakan lembar observasi keterampilan sebagai alat penilaian proses.

3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan setelah seluruh rangkaian kegiatan pelatihan selesai. Evaluasi meliputi pengukuran post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan kader setelah intervensi, observasi keterampilan praktik hydrotherapy, serta wawancara singkat untuk menilai perubahan sikap dan kesiapan kader dalam mengimplementasikan hydrotherapy pada kegiatan Posyandu.

Pengetahuan diukur melalui perbandingan skor pre-test dan post-test secara deskriptif. Keterampilan dinilai menggunakan checklist praktik dengan kategori baik apabila kader mencapai $\geq 80\%$ indikator keterampilan. Sikap kader dievaluasi melalui wawancara terstruktur terkait persepsi manfaat dan kesiapan penerapan berkelanjutan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Kegiatan pada Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pihak Puskesmas dan pemerintah Kelurahan Gandus, penyusunan materi edukasi, serta persiapan alat

dan instrumen evaluasi. Hasil tahap ini menunjukkan adanya dukungan yang baik dari pemangku kepentingan setempat, yang ditandai dengan kesiapan lokasi, ketersediaan fasilitas dasar, serta kesediaan kader Posyandu untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan.

Kesiapan pada tahap persiapan menjadi faktor penting yang mendukung kelancaran pelaksanaan kegiatan. Dukungan lintas sektor dan perencanaan yang matang terbukti dapat meningkatkan efektivitas program pemberdayaan kader kesehatan. Hal ini sejalan dengan temuan Sutanto dan Wijayanti (2020) yang menyatakan bahwa keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat sangat dipengaruhi oleh kesiapan awal, koordinasi yang baik, dan keterlibatan aktif pihak terkait sejak tahap perencanaan.

2. Hasil Kegiatan pada Tahap Pelaksanaan

a. Hasil Pre-test Pengetahuan Kader

Pada awal tahap pelaksanaan, dilakukan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal kader mengenai stimulasi perkembangan motorik dan prinsip dasar hydrotherapy. Hasil pre-test menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan kader berada pada kategori sedang, yaitu sebesar 58,4. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar kader belum memiliki pemahaman yang memadai terkait hydrotherapy sebagai metode stimulasi motorik bayi.

Rendahnya pengetahuan awal kader dapat disebabkan oleh keterbatasan akses terhadap pelatihan khusus stimulasi perkembangan motorik serta fokus kegiatan Posyandu yang selama ini lebih menitikberatkan pada pemantauan pertumbuhan fisik. Kondisi ini sejalan dengan penelitian Izzati (2019) yang melaporkan bahwa kader Posyandu umumnya belum dibekali keterampilan stimulasi motorik secara komprehensif.

b. Hasil Penyuluhan dan Demonstrasi

Selama sesi penyuluhan interaktif dan demonstrasi teknik hydrotherapy, kader menunjukkan partisipasi aktif melalui diskusi dan tanya jawab. Kader menyatakan bahwa materi yang disampaikan mudah dipahami karena dilengkapi dengan media visual dan contoh praktik langsung. Demonstrasi teknik hydrotherapy membantu kader memahami prosedur yang benar, terutama terkait pengaturan suhu air, teknik memegang bayi, dan jenis gerakan stimulasi motorik.

Pendekatan pembelajaran berbasis praktik ini dinilai efektif karena sesuai dengan prinsip pembelajaran orang dewasa, di mana pengalaman langsung berperan penting dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan (Knowles, 2020). Temuan ini juga sejalan dengan Kementerian Kesehatan RI (2022) yang menekankan bahwa metode pelatihan kader yang mengombinasikan teori dan praktik langsung lebih efektif dibandingkan ceramah satu arah.

c. Hasil Praktik Langsung Kader

Pada sesi praktik langsung, kader dibagi ke dalam kelompok kecil dan mempraktikkan teknik hydrotherapy di bawah supervisi fasilitator. Berdasarkan hasil observasi keterampilan, sebanyak 80% kader mampu melaksanakan hydrotherapy dengan benar sesuai indikator penilaian, mulai dari persiapan alat, teknik memegang bayi, hingga pelaksanaan rangkaian gerakan stimulasi motorik.

Keberhasilan sebagian besar kader dalam praktik menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan mampu meningkatkan keterampilan secara nyata. Namun, masih terdapat beberapa kader yang memerlukan pendampingan lebih lanjut, terutama dalam menjaga konsistensi ritme gerakan dan posisi bayi di dalam air. Temuan ini sejalan dengan penelitian Pratiwi dan Setyowati (2021) yang menyatakan bahwa keterampilan terapi air memerlukan latihan berulang untuk mencapai konsistensi dan kepercayaan diri yang optimal.



Gambar 1. Kegiatan Pemberdayaan

3. Hasil Kegiatan pada Tahap Evaluasi

a) Hasil Post-test Pengetahuan Kader

Evaluasi pengetahuan dilakukan melalui post-test setelah seluruh rangkaian pelatihan selesai. Hasil menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata pengetahuan kader dari 58,4 pada pre-test menjadi 87,6 pada post-test, dengan peningkatan sebesar 29,2 poin. Peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi dan pelatihan hydrotherapy efektif dalam meningkatkan pemahaman kader Posyandu.

Tabel 1. Hasil Peningkatan Pengetahuan Kader Sebelum dan Sesudah Kegiatan

Indikator Pengukuran	Pre-test (Rata-rata)	Post-test (Rata-rata)	Peningkatan
Pengetahuan kader	58,4	87,6	+29,2

Peningkatan pengetahuan ini sejalan dengan temuan Yuliana dan Hartati (2021) yang melaporkan bahwa pendidikan kesehatan dengan pendekatan partisipatif mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman kader secara signifikan. Selain itu, WHO (2021) juga menegaskan bahwa peningkatan kapasitas kader melalui pelatihan teknis berperan penting dalam mendukung deteksi dini dan stimulasi tumbuh kembang anak.

b) Evaluasi Sikap dan Keberterimaan Kegiatan

Hasil wawancara singkat menunjukkan bahwa kader merasa lebih percaya diri dan termotivasi untuk menerapkan hydrotherapy dalam kegiatan Posyandu. Kader menilai metode ini mudah dilakukan, aman, dan menarik bagi bayi maupun orang tua. Antusiasme orang tua yang menyaksikan praktik juga menjadi indikator positif keberterimaan kegiatan di masyarakat.

Keberterimaan yang baik ini sejalan dengan laporan UNICEF (2020) yang menyebutkan bahwa metode stimulasi berbasis aktivitas menyenangkan dan interaksi langsung lebih mudah diterima oleh keluarga dan komunitas. Selain itu, hydrotherapy memberikan manfaat tambahan berupa kenyamanan dan relaksasi, yang mendukung perkembangan motorik dan sensorik bayi (Becker & Cole, 2011).

4. Implikasi Hasil Kegiatan

Secara keseluruhan, hasil kegiatan pada setiap tahapan menunjukkan bahwa model pemberdayaan kader Posyandu melalui edukasi, demonstrasi, dan praktik langsung mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap kader secara signifikan. Model ini relevan diterapkan sebagai upaya peningkatan kualitas layanan Posyandu, khususnya dalam stimulasi perkembangan motorik bayi. Namun demikian, keterbatasan kegiatan ini terletak pada jumlah peserta yang relatif kecil dan kebutuhan pelatihan lanjutan untuk menjaga konsistensi keterampilan kader. Oleh karena itu, diperlukan pendampingan berkelanjutan dan dukungan fasilitas agar implementasi hydrotherapy dapat dilakukan secara optimal dan berkesinambungan.

D. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu dalam menerapkan hydrotherapy sebagai stimulasi perkembangan motorik bayi. Hal ini terlihat dari peningkatan nilai pre-test dan post-test serta kemampuan 80% kader mempraktikkan teknik dengan benar. Metode penyuluhan interaktif, demonstrasi, dan praktik langsung terbukti efektif menjawab kebutuhan kader yang sebelumnya memiliki keterbatasan dalam stimulasi motorik.

Dampak positif juga terlihat dari antusiasme ibu balita terhadap hydrotherapy sebagai metode stimulasi yang menyenangkan dan mudah diterapkan di rumah. Program ini mendorong terbentuknya kader yang lebih percaya diri dan mampu memberikan edukasi berkelanjutan. Untuk menjaga keberlanjutan, disarankan adanya pendampingan rutin, perluasan kegiatan ke Posyandu lain, penyediaan fasilitas pendukung, serta keterlibatan puskesmas dan institusi terkait guna memperkuat pembinaan kader secara komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Puskesmas Gandus, pemerintah Kelurahan Gandus, serta seluruh kader Posyandu yang telah berpartisipasi aktif dan memberikan dukungan penuh selama pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga diberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada Palembang atas dukungannya dalam kegiatan ini, baik dalam bentuk fasilitas, tenaga pendamping, maupun koordinasi lapangan.

Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada para mahasiswa dan tim pelaksana yang turut membantu dalam proses persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan sehingga seluruh rangkaian program dapat berjalan dengan baik. Apabila kegiatan ini mendapatkan dukungan pendanaan atau hibah dari institusi atau lembaga terkait, penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak pemberi dana atas kontribusinya dalam mendukung terselenggaranya program pengabdian masyarakat ini.

REFERENSI

- Akbar, Z. (2020). Motoric stimulation on early childhood development. *Journal of Early Childhood Care*, 5(2), 45–52
- Becker, B. E., & Cole, A. J. (2011). *Comprehensive aquatic therapy* (3rd ed.). Washington University Press.
- Black, M. M., Walker, S. P., & Fernald, L. C. (2017). Early childhood development coming of age: Science through the life-course. *The Lancet*, 389(10064), 77–90. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)31389-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31389-7)
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Petunjuk teknis Posyandu*. Depkes RI.
- Hurlock, E. B. (2013). *Child development*. McGraw-Hill.
- Izzati, I. (2019). Stimulation of gross motor development in early childhood. *Journal of Child Development Studies*, 7(1), 12–20
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman pelatihan kader kesehatan masyarakat*. Kemenkes RI.
- Knowles, M. S. (2020). *The adult learner: A definitive classic in adult education and human resource development*. Routledge.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Rineka Cipta.
- Pratiwi, N., & Setyowati, D. (2021). Dampak terapi air terhadap tonus otot dan relaksasi bayi. *Jurnal Fisioterapi Indonesia*, 12(3), 101–108.
- Rahmawati, L. (2019). Pengaruh stimulasi dini terhadap perkembangan motorik kasar bayi usia 0–12 bulan. *Jurnal Keperawatan Anak*, 6(2), 75–83.
- Sadat, M. S., & Rahman, M. (2019). Hydrotherapy as an intervention for early motor development in infants: A systematic review. *Journal of Pediatric Therapy*, 14(2), 45–52. <https://doi.org/10.1016/j.jpt.2019.02.004>
- Sari, M. P., & Lestari, L. (2022). Model pemberdayaan kader berbasis partisipatif dalam peningkatan kesehatan komunitas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 8(4), 233–241.
- Sutanto, A., & Wijayanti, D. (2020). Pemberdayaan kader Posyandu dalam deteksi dini tumbuh kembang balita. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 4(1), 12–19.
- United Nations Children's Fund. (2020). *Early childhood stimulation and responsive caregiving: A technical report*. UNICEF.
- World Health Organization. (2021). *Improving early childhood development: WHO guideline*. WHO Press.
- Yuliana, S., & Hartati, S. (2021). Efektivitas pendidikan kesehatan dalam meningkatkan keterampilan kader Posyandu. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1), 56–63.