

PENYULUHAN KESEHATAN DAN PENGUKURAN TUMBUH KEMBANG ANAK USIA DINI

I Made Nada¹⁾, Kadek Dwi Dessy Sapitri²⁾, Kadek Bulan Trisna Angraeni³⁾, Ni
Komang Tria Kusuma Dewi⁴⁾

^{1,2,3,4)}Universitas Mahasaraswati Denpasar

Email: madenada@unmas.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dengan fokus pada penyuluhan kesehatan dan pengukuran tumbuh kembang anak yang dilaksanakan di Desa Negari, Kecamatan Banjarangkan, Kabupaten Klungkung. Desa Negari merupakan wilayah yang memiliki tantangan dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat, terutama terkait kesehatan anak. Tujuan dari program ini adalah untuk memberikan edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak, pemberian nutrisi seimbang, dan deteksi dini terhadap masalah kesehatan seperti *flat foot*. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ini meliputi observasi awal untuk mengidentifikasi permasalahan, penyuluhan menggunakan media presentasi yang interaktif, serta pemeriksaan langsung Indeks Massa Tubuh (IMT) dan deteksi flat foot pada anak-anak di Posyandu setempat. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa mayoritas anak yang diperiksa berada dalam kategori gizi kurang, dan sebagian besar mengalami kondisi *flat foot*. Selain itu, terdapat peningkatan signifikan pada pengetahuan orang tua setelah mengikuti penyuluhan, yang terlihat dari perbandingan nilai *pre-test* dan *post-test*. Temuan ini menekankan perlunya intervensi gizi yang berkelanjutan dan penyuluhan tambahan untuk meningkatkan kesehatan anak di Desa Negari. Dengan partisipasi aktif masyarakat, diharapkan program ini dapat memberikan dampak positif bagi kualitas hidup anak-anak di desa tersebut dan mendorong keterlibatan keluarga dalam menjaga kesehatan anak.

Kata Kunci: Penyuluhan kesehatan, tumbuh kembang anak, gizi seimbang, Indeks Massa Tubuh, *flat foot*, Desa Negari

ANALISIS SITUASI

Desa Negari adalah salah satu desa yang berada di Kecamatan Banjarangkan, Kabupaten Klungkung, dengan luas wilayah sekitar 216 hektar dan berjarak ±6 km dari Kota Semarang. Desa ini terbagi menjadi tiga Banjar Dinas (Tegal Besar, Negari, dan Sarimertha) serta dua desa adat (Negari dan Sarimertha). Berdasarkan sumber babad, Desa Negari tergolong desa tua yang terbentuk sejak tahun 1619 Masehi oleh sekelompok masyarakat dari wilayah sekitar, dan pada tahun 2025 tercatat memiliki 2.967 jiwa atau 725 KK (Pemerintahan Desa Negari, 2025).

Sebagai desa yang terus berkembang, kualitas hidup masyarakat terutama terkait kesehatan anak masih menjadi tantangan. Masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan periode krusial untuk pertumbuhan anak (Kemenkes RI, 2020).

Namun, sebagian besar orang tua di Desa Negari belum terbiasa memantau tumbuh kembang secara rutin. Hal ini ditunjukkan oleh rendahnya pemahaman tentang Kartu Menuju Sehat (KMS) dan standar berat serta tinggi badan anak. Selain itu, deteksi dini masalah postur seperti *flat foot* masih minim, padahal kondisi ini dapat berdampak pada kenyamanan, postur tubuh, hingga risiko nyeri muskuloskeletal di kemudian hari (Lin et al., 2019; Yasmasitha & Sidarta, 2020). Kondisi ini sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menekankan pentingnya peran pola asuh orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak. Pola asuh yang tepat, komunikasi yang baik, serta keterlibatan orang tua terbukti berpengaruh besar terhadap aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional anak. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan dan waktu orang tua dalam mendampingi anak dapat berdampak negatif pada perkembangan, termasuk menurunnya kepercayaan diri dan keterlambatan dalam aspek sosial maupun kesehatan (Dwi & Arningsih, 2024).

Masalah gizi juga menjadi perhatian, di mana masih ditemukan anak dengan berat dan tinggi badan di bawah standar. Pemantauan Indeks Massa Tubuh (IMT) penting dilakukan sebagai indikator sederhana untuk menilai status gizi (Roesianto et al., 2018). Faktor nutrisi, khususnya kecukupan vitamin, sangat berperan dalam pertumbuhan dan kesehatan. Kekurangan vitamin A, C, dan D dapat menghambat fungsi imun, pertumbuhan tulang, hingga kesehatan penglihatan (Sari et al., 2022). Oleh karena itu, peningkatan kesadaran orang tua terkait gizi dan pemantauan IMT menjadi strategi penting dalam pencegahan masalah tumbuh kembang. Melihat kondisi tersebut, Program Pengabdian Masyarakat UNMAS Denpasar di Desa Negari berfokus pada penyuluhan kesehatan mengenai pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak, pemberian nutrisi seimbang, serta pemeriksaan IMT dan *flat foot*. Kegiatan ini dilaksanakan secara partisipatif bersama posyandu di Banjar Sarimertha, dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterlibatan masyarakat dalam menjaga kesehatan anak serta memperkuat kualitas sumber daya manusia di Desa Negari.

PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan pihak desa dan orang tua, terdapat beberapa permasalahan yang ditemukan, yakni:

1. Masih rendahnya pemahaman orang tua tentang pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak, termasuk penggunaan Kartu Menuju Sehat (KMS).
2. Kurangnya edukasi terkait peran nutrisi dan vitamin dalam mendukung pertumbuhan anak secara optimal.
3. Belum adanya deteksi dini terhadap gangguan postur tubuh anak seperti *flat foot*, yang berisiko mengganggu aktivitas motorik dan postur tubuh anak.

SOLUSI YANG DIBERIKAN

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan di Desa Negari, berikut beberapa solusi yang dirancang untuk mengatasi tantangan dalam aspek pemantauan tumbuh kembang anak:

1. Pelaksanaan penyuluhan kepada orang tua dan wali anak mengenai pentingnya memantau pertumbuhan dan perkembangan anak secara rutin, termasuk penggunaan Kartu Menuju Sehat (KMS), pemahaman kurva pertumbuhan, serta deteksi dini gangguan postur seperti *flat foot*.
2. Pemberian edukasi tentang gizi seimbang dan peran vitamin bagi tumbuh kembang anak, yang disampaikan dalam bahasa sederhana dan mudah dipahami, guna meningkatkan pemahaman tentang pentingnya asupan nutrisi, khususnya vitamin A, C, dan D.
3. Pelaksanaan pemeriksaan langsung seperti pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) dan pemeriksaan kaki datar (*flat foot*), serta penggunaan metode pre-test dan post-test sebagai alat evaluasi untuk mengukur peningkatan pemahaman orang tua setelah kegiatan berlangsung.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Negari dilakukan melalui tahapan observasi, persiapan, dan pelaksanaan inti yang dirancang sistematis agar kegiatan berjalan efektif dan tepat sasaran.

1. Tahap Observasi

Pada tahap observasi, tim melakukan wawancara langsung dengan Sekretaris Desa yang juga perwakilan ibu PKK untuk menggali informasi terkait pelaksanaan Posyandu serta permasalahan yang dihadapi masyarakat. Data yang diperoleh menjadi dasar dalam merancang program.



Gambar 1. Observasi bersama dengan ibu sekdes Desa Negari

2. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi pengumpulan data awal jumlah balita dan ibu hamil di Banjar Sarimertha, penyusunan materi penyuluhan mengenai pemantauan tumbuh kembang anak, gizi seimbang, serta deteksi dini *flat foot*. Tim juga menyiapkan alat dan bahan pendukung seperti timbangan, pengukur tinggi badan, cat air, kertas HVS, form skrining IMT dan postur kaki, serta *doorprize* untuk anak-anak. Selain itu dilakukan koordinasi dengan kader posyandu dan pihak desa terkait tempat, waktu, dan peserta kegiatan.



Gambar 2. Persiapan program kerja

3. Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan mengenai tumbuh kembang anak yang optimal, disertai pengecekan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan deteksi *flat foot*, telah dilaksanakan pada hari Senin, 4 Agustus 2025, pukul 09.00 WITA hingga selesai di Posyandu Desa Negari. Tahapan awal yang dilakukan adalah pengecekan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan deteksi *flat foot* pada anak-anak yang hadir di Posyandu. Pengukuran IMT dilakukan dengan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan anak menggunakan alat ukur standar. Nilai IMT dihitung dan dibandingkan dengan standar WHO untuk menilai status gizi anak. Sementara itu, deteksi *flat foot* dilakukan dengan metode *foot print*, yaitu mencelupkan telapak kaki anak ke dalam pewarna air, kemudian diinjakkan ke kertas putih untuk melihat bentuk lengkungan kaki. Hasil pengecekan dicatat dalam form skrining tumbuh kembang anak.



Gambar 3. Pengecekan IMT dan Flatfoot

a. Pretest

Sebelum penyuluhan, peserta diberikan pre-test berisi 10 soal sederhana mengenai pemantauan tumbuh kembang, gizi, vitamin, dan status kesehatan anak. Pre-test ini bertujuan mengetahui sejauh mana pemahaman awal peserta sebelum diberikan materi.

b. Penyampaian Materi

Kegiatan inti berupa penyuluhan kesehatan disampaikan secara interaktif. Narasumber menjelaskan pentingnya memantau tumbuh kembang anak, penggunaan Kartu Menuju Sehat (KMS), manfaat gizi seimbang, serta peran vitamin A, C, dan D dalam pertumbuhan. Materi disajikan melalui slide show yang menarik sehingga mudah dipahami. Selama penyampaian, peserta diberikan kesempatan bertanya dan berdiskusi, sehingga penyuluhan berlangsung aktif dan partisipatif.



Gambar 4. Penyampaian Materi

c. Post-Test

Setelah penyuluhan selesai, peserta kembali diberikan post-test dengan jumlah soal sama seperti pre-test. Hasil perbandingan skor pre-test dan post-test menjadi indikator efektivitas penyuluhan serta peningkatan pengetahuan peserta.



Gambar 5. Pengisian Posttest

d. Kuisisioner

Sebagai evaluasi akhir, seluruh peserta mengisi kuisisioner untuk menilai kepuasan mereka terhadap kegiatan. Pertanyaan mencakup aspek kejelasan materi, relevansi informasi, serta manfaat kegiatan bagi pengetahuan mereka. Data dari

kuesioner ini akan digunakan untuk memperbaiki program serupa di masa mendatang, misalnya dengan menambah materi edukasi atau melakukan pendampingan lanjutan bagi kader Posyandu.

Melalui rangkaian kegiatan yang komprehensif ini, pengabdian masyarakat di Desa Negari tidak hanya berfokus pada penyuluhan, tetapi juga memberi pengalaman praktis bagi masyarakat dalam memantau tumbuh kembang anak. Dengan demikian, diharapkan masyarakat lebih sadar akan pentingnya gizi, vitamin, serta deteksi dini gangguan kesehatan anak untuk mewujudkan generasi sehat dan berkualitas.

HASIL PENGABDIAN DAN PEMBAHASAN

1. Ketercapaian Kegiatan

A. Faktor Keberhasilan

Pemantauan tumbuh kembang anak merupakan kegiatan penting di Posyandu untuk memastikan anak tumbuh sehat sesuai usianya. Masa bayi adalah periode emas dan kritis dalam perkembangan, karena anak sangat peka terhadap pengaruh lingkungan. Pertumbuhan mencakup aspek fisik, kognitif, motorik, dan psikososial, sehingga jika tidak optimal dapat menimbulkan dampak jangka panjang seperti rendahnya kemampuan akademik dan produktivitas (Merita, 2019). Oleh karena itu, penyuluhan mengenai pemantauan tumbuh kembang anak sangat penting agar orang tua memahami pola konsumsi yang baik serta pentingnya memantau perkembangan anak secara rutin.

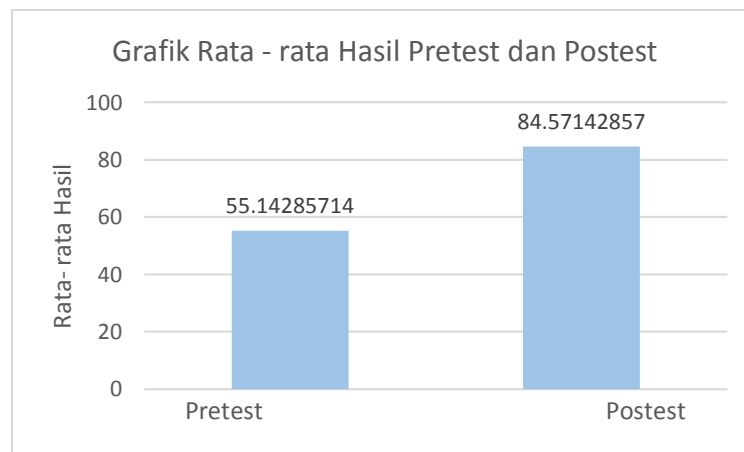
Pemeriksaan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan deteksi *flat foot* juga menjadi bagian penting kegiatan ini. IMT digunakan untuk mengetahui status gizi, sedangkan *flat foot* dapat memengaruhi postur dan aktivitas anak. Deteksi dini memungkinkan intervensi lebih cepat, sekaligus memberikan edukasi kepada orang tua mengenai gizi dan aktivitas fisik. Menjaga IMT normal dan mencegah *flat foot* dapat meningkatkan kualitas hidup anak (Jauza et al., 2022).

Kegiatan di Desa Negari terlaksana dengan baik berkat partisipasi aktif masyarakat. Sebanyak 30 orang tua balita mengikuti penyuluhan, dan 20 anak menjalani pemeriksaan IMT serta *flat foot*. Hasil post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan dibandingkan pre-test, menandakan materi penyuluhan tersampaikan dengan baik. Skrining pada 20 anak menunjukkan mayoritas berada pada kategori kurus (berdasarkan standar *WHO*), sementara sebagian kecil normal. Pemeriksaan bentuk kaki menggunakan *foot print* memperlihatkan sebagian besar mengalami *flat foot* ringan hingga sedang. Temuan ini menandakan dua masalah utama di Desa Negari, yaitu status gizi kurang dan kelainan bentuk kaki. Menariknya, prevalensi *flat foot* lebih tinggi ditemukan pada anak dengan status gizi kurus, yang kemungkinan terkait dengan lemahnya otot dan ligamen akibat kurang gizi

Status gizi yang tidak memadai dapat memengaruhi perkembangan tulang dan otot anak. Kekurangan protein, vitamin D, dan mineral kalsium, misalnya, dapat menghambat pertumbuhan tulang dan memperlemah jaringan otot. Jika tidak dilakukan intervensi, kombinasi gizi kurang dan kelainan kaki dapat memengaruhi biomekanik tubuh, postur, dan kenyamanan anak saat beraktivitas. Oleh karena itu, diperlukan upaya intervensi gizi melalui pemberian pola makan seimbang, peningkatan konsumsi makanan sumber protein, vitamin, dan mineral, serta latihan fisik sederhana untuk memperkuat otot kaki misalnya berjalan tanpa alas kaki di permukaan bertekstur atau melakukan latihan peregangan kaki.

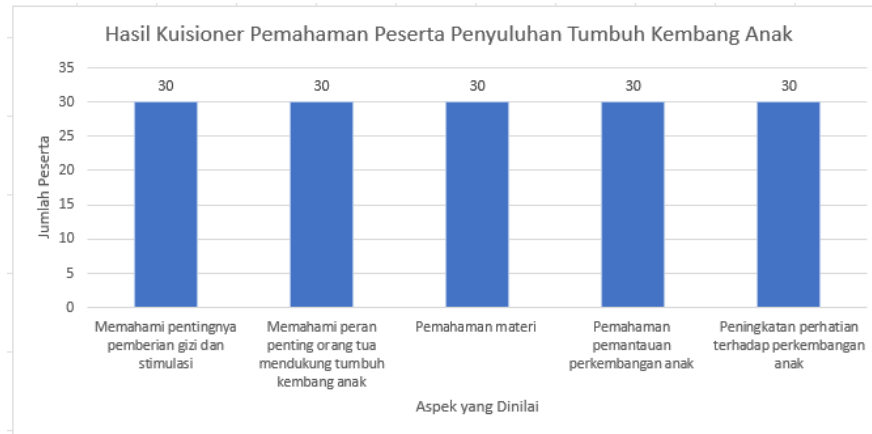
No	Spesifikasi Kegiatan	Realisasi Ketercapaian Kegiatan
1	Penyuluhan mengenai pentingnya pertumbuhan dan perkembangan serta cara memantau tumbuh kembang anak secara optimal, termasuk edukasi tentang peran vitamin dan nutrisi penting dalam mendukung tumbuh kembang.	100 %
2	Pengukuran IMT (Indeks Massa Tubuh) dan Flat Foot bagi anak.	100 %

Tabel 1. Indikator ketercapaian Program Kerja



Tabel 2. Diagram tingkat pengetahuan responden berdasarkan nilai Pre-Test dan Post-test

Perbandingan hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada rata-rata nilai peserta, yang mengindikasikan penyuluhan berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua mengenai tumbuh kembang anak.



Tabel 3. Diagram tingkat pengetahuan responden berdasarkan kuisisioner

Hasil kuisisioner memperlihatkan bahwa mayoritas responden merasa puas terhadap jalannya kegiatan, baik dari segi penyampaian materi, relevansi informasi, maupun manfaat yang diperoleh. Peserta menilai bahwa materi mudah dipahami, informasi yang disampaikan menambah wawasan, dan kegiatan bermanfaat dalam meningkatkan motivasi mereka untuk lebih aktif memantau tumbuh kembang anak.

B. Faktor Pendukung

Pelaksanaan program kerja mendapat dukungan penuh dari masyarakat dan perangkat desa yang memfasilitasi kegiatan di Banjar Sarimertha. Balai banjar digunakan sebagai lokasi utama, memberikan kenyamanan bagi peserta dan kemudahan bagi tim pelaksana. Koordinasi yang baik dengan kader posyandu juga sangat membantu dalam pengaturan jadwal, undangan peserta, serta persiapan perlengkapan pemeriksaan seperti timbangan, alat ukur tinggi badan, dan bahan metode *footprint*.

C. Faktor Penghambat

Keterbatasan waktu masyarakat membuat sebagian peserta tidak dapat mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Jumlah alat ukur yang terbatas juga menyebabkan pemeriksaan harus dilakukan bergantian, sehingga menimbulkan antrean. Selain itu, beberapa anak kurang kooperatif saat pemeriksaan sehingga membutuhkan pendampingan lebih lama. Kondisi cuaca panas saat kegiatan turut memengaruhi fokus peserta dalam mengikuti penyuluhan.

2. Partisipasi Masyarakat

Partisipasi masyarakat berperan penting dalam keberhasilan program pengabdian di Desa Negari, khususnya pada penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan tumbuh kembang anak. Dukungan berbagai pihak membuat kegiatan berjalan lancar.

1. Ibu PKK dan Kader Posyandu berperan sebagai penghubung, mengundang peserta, menyiapkan lokasi, dan mendampingi pemeriksaan.

2. Tenaga kesehatan Puskesmas membantu pemeriksaan IMT dan flat foot serta memberikan penjelasan hasil kepada orang tua.
3. Orang tua balita hadir dengan antusias, aktif bertanya, dan lebih sadar akan pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak.
4. Mahasiswa UNMAS mendukung persiapan alat, penyampaian materi, dan pencatatan hasil pemeriksaan.

Evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat melalui hasil pre-test dan post-test. Sinergi antara masyarakat, kader, tenaga kesehatan, dan mahasiswa membuat program ini mencapai tujuan dan diharapkan berdampak positif secara berkelanjutan bagi kualitas hidup anak-anak di Desa Negari.



Gambar 6. Partisipasi Masyarakat di Posyandu

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan tumbuh kembang anak di Desa Negari telah terlaksana dengan baik sesuai rencana. Program ini mampu meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai gizi seimbang, pemantauan tumbuh kembang, dan deteksi dini flat foot, sekaligus memberikan gambaran nyata kondisi gizi anak yang sebagian besar masih berada pada kategori kurus. Diperlukan pelaksanaan kegiatan serupa secara berkala dengan dukungan kader posyandu, tenaga kesehatan, dan pemerintah desa agar upaya pencegahan gizi kurang dan kelainan postur lebih optimal. Selain itu, penyediaan media edukatif dan pelatihan kader sangat penting untuk memastikan keberlanjutan program serta meningkatkan keterampilan mereka dalam memberikan informasi kesehatan kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwi, A. A., & Arningsih, R. (2024). Penyuluhan Peran Pola Asuh Orang Tua Terhadap Tumbuh Kembang Anak Di Sekolah Tk Dharma Putra Denpasar. *Jurnal Abdi Dharma Masyarakat (JADMA)*, 1(1), 1–4.

**PROSIDING SEMINAR REGIONAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
UNIVERSITAS MAHASARASWATI DENPASAR**

“Pengabdian Masyarakat Tematik Kreasi Harmoni : “Kukuhkan Literasi Tumbuhkan Inovasi”

Vol.4, No.2 tahun 2025

e-ISSN: 3025-1753, halaman 28-37

- Jauza, Z., Bachtiar, F., Ismiyasa, S. wahyu, & Sirada, andy. (2022). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan bentuk Lengkung Kaki pada Anak Usia Masa Kanak-Kanak Akhir. *Jurnal Vokasi Indonesia*, 10(2). <https://doi.org/10.7454/jvi.v10i2.1018>
- Kemendes RI. (2020). *Pedoman Pemantauan Pertumbuhan*.
- Lin, C.-J., Lai, K.-A., Kuan, -Shen, & Chou, L. (2019). *Correlating Factors and Clinical Significance of Flexible Flatfoot in Preschool Children*.
- Merita. (2019). Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 1(2).
- Pemerintahan Desa Negari. (2025). *Desa Negari*. <https://Negari.Desi.Id/>.
- Roesianto, A., Suwindere, W., & Sembiring, L. S. (2018). Hubungan index massa tubuh/umur (IMT/U) dengan crowding anterior pada anak usia 10-12 Tahun. In *Padjadjaran J Dent Res Student. Oktober* (Vol. 2, Issue 2).
- Sari, R., Untari, E. K., Fahrurroji, H. R. A., Andrie, M., Rizkifani, S., & Ferdinan, A. (2022). Pengabdian Kepada Masyarakat Dengan Optimalisasi Tumbuh Kembang Anak Melalui Pemenuhan Kebutuhan Sumber Vitamin. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 74–81.
- Yasmasitha, Z., & Sidarta, N. (2020). Hubungan pes planus dan keseimbangan statis pada anak sekolah dasar. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3(2). <https://doi.org/10.18051/JBiomedKes.2020>