



Pemberdayaan Keluarga dalam Pemantauan Tumbuh Kembang Balita di Desa Penfui Timur

Diyan Maria Kristin*¹, Hasri Yulianti²

¹⁻²Program Studi D-III Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kupang

*e-mail: diyanmaria2004@gmail.com¹, yulianti0612@gmail.com²

DOI : 10.62354/healthcare.v4i2.205

Received : May 19th 2026 Accepted : June 25th 2026 Published : June 30th 2026

Abstrak

Pemantauan tumbuh kembang balita perlu dilakukan secara teratur agar penyimpangan pertumbuhan, perkembangan, dan status gizi dapat dikenali sedini mungkin. Keluarga merupakan pengamat utama perubahan anak sehari-hari, tetapi pemanfaatan Buku KIA, kurva pertumbuhan, dan stimulasi sesuai usia belum selalu dilakukan secara konsisten. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan kemampuan keluarga dalam memantau pertumbuhan dan perkembangan balita di Desa Penfui Timur. Metode yang digunakan adalah pemberdayaan partisipatif melalui koordinasi dengan kader, edukasi interaktif, demonstrasi membaca kurva pertumbuhan, latihan mengenali tanda perkembangan sesuai usia, diskusi kasus, serta penyusunan rencana tindak lanjut keluarga. Evaluasi dilakukan secara deskriptif menggunakan daftar hadir, pertanyaan sebelum-sesudah kegiatan, lembar observasi praktik, dan refleksi peserta. Kegiatan dilaksanakan bulan Maret 2026, diikuti keluarga balita dan kader Posyandu Desa Penfui Timur. Peserta menunjukkan keterlibatan aktif, peningkatan pemahaman tentang parameter pertumbuhan, kemampuan mengenali tanda bahaya, serta kesiapan melakukan pencatatan dan pemantauan rutin di rumah dan Posyandu. Pemberdayaan keluarga berbasis praktik langsung berpotensi memperkuat deteksi dini dan kesinambungan pemantauan tumbuh kembang balita.

Kata kunci: keluarga; balita; tumbuh kembang; posyandu; pemberdayaan

Abstract

Regular monitoring of under-five growth and development is essential for early identification of growth faltering, developmental delay, and nutritional problems. Families are the primary observers of children's daily changes; however, the use of the Maternal and Child Health Handbook, growth charts, and age-appropriate stimulation is not always consistent. This community service activity aimed to strengthen family capacity to monitor the growth and development of children under five in Penfui Timur Village. A participatory empowerment approach was applied through coordination with community health volunteers, interactive education, demonstrations on interpreting growth charts, exercises to identify age-specific developmental milestones, case discussions, and preparation of family follow-up plans. Evaluation was conducted descriptively using attendance records, pre- and post-activity questions, practice observation checklists, and participant reflection. The activity was carried out in March 2026, involved families of children under five and volunteers from Posyandu in Penfui Timur. Participants actively engaged in the sessions, improved their understanding of growth parameters, became more capable of recognizing warning signs, and expressed readiness to conduct regular recording and monitoring at home and at Posyandu. Practice-based family empowerment may strengthen early detection and continuity of child growth and development monitoring.

Keywords: family; under-five children; growth and development; posyandu; empowerment

A. PENDAHULUAN

Masa balita merupakan periode penting bagi pembentukan fisik, kognitif, bahasa, sosial, dan emosional anak. Pemantauan pertumbuhan dilakukan melalui pengukuran antropometri yang terstandar dan interpretasi hasil berdasarkan umur dan jenis kelamin, sedangkan pemantauan perkembangan menilai pencapaian kemampuan anak sesuai tahapan usianya. Standar pertumbuhan anak WHO dan pedoman nasional menempatkan pencatatan serial sebagai dasar untuk mengenali perubahan arah pertumbuhan, bukan hanya menilai satu hasil pengukuran [1], [2]. Buku Kesehatan Ibu dan Anak (Buku KIA) juga menyediakan sarana bagi keluarga untuk mencatat pelayanan, mengamati perkembangan, memberikan stimulasi, dan mengenali tanda bahaya [3].

Keluarga mempunyai posisi strategis karena interaksi dengan balita berlangsung setiap hari. Kemampuan keluarga mengamati pola makan, aktivitas, komunikasi, gerak, perilaku, dan perubahan berat atau tinggi badan dapat mempercepat pencarian pertolongan ketika terjadi penyimpangan. Kerangka *nurturing care* menegaskan bahwa kesehatan, gizi yang adekuat, pengasuhan responsif, kesempatan belajar dini, serta keamanan dan perlindungan perlu dihadirkan secara terpadu sejak awal kehidupan [4]. Dengan demikian, kegiatan pemantauan tidak hanya menjadi tugas tenaga kesehatan dan kader, tetapi perlu menjadi kebiasaan keluarga.

Desa Penfui Timur merupakan wilayah yang telah menjadi lokasi berbagai kegiatan penguatan gizi balita dan pencegahan stunting. Kegiatan terdahulu di Dusun Belfai dan Tuameko menunjukkan pentingnya keterlibatan kader dan orang tua dalam memilih makanan bergizi dan mempraktikkan pemberian makanan tambahan berbasis bahan lokal [7]. Meskipun demikian, pemantauan tumbuh kembang sering kali masih dipahami sebagai kegiatan penimbangan bulanan semata. Kurva pertumbuhan belum selalu dibaca bersama keluarga, stimulasi perkembangan belum dilakukan secara sistematis, dan tanda peringatan keterlambatan belum sepenuhnya dikenali.

Berdasarkan diskusi awal dengan mitra, masalah yang dirumuskan adalah belum meratanya pengetahuan dan keterampilan keluarga untuk: (1) membedakan pertumbuhan dan perkembangan; (2) membaca kecenderungan kurva pada Buku KIA; (3) memberikan stimulasi sesuai usia; (4) mengenali tanda bahaya yang membutuhkan konsultasi atau rujukan; dan (5) melakukan pencatatan sederhana di rumah. Kegiatan ini bertujuan memberdayakan keluarga agar mampu berperan aktif dalam pemantauan tumbuh kembang balita secara teratur, benar, dan berkelanjutan bersama kader Posyandu.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Posyandu Desa Penfui Timur, Kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang. Sasaran kegiatan adalah keluarga yang memiliki balita serta kader Posyandu. Pendekatan yang digunakan adalah pemberdayaan partisipatif, yaitu peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi terlibat dalam latihan, diskusi, pemecahan masalah, dan penyusunan rencana tindak lanjut.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas empat tahap. Tahap pertama adalah persiapan melalui koordinasi dengan pemerintah desa, bidan atau tenaga kesehatan, dan kader; identifikasi kebutuhan peserta; penyusunan materi; serta penyiapan Buku KIA, media cetak, alat antropometri, alat tulis, dan lembar evaluasi. Tahap kedua adalah edukasi interaktif mengenai pengertian pertumbuhan dan perkembangan, parameter antropometri, interpretasi arah kurva, stimulasi sesuai kelompok umur, pola makan responsif, dan tanda bahaya. Tahap ketiga adalah demonstrasi pengukuran tinggi badan menggunakan alat antropometri, pendampingan membaca serta mencatat hasil pemantauan pada Buku KIA, memilih stimulasi sesuai usia, dan menentukan langkah tindak lanjut. Tahap keempat adalah evaluasi dan kesepakatan pemantauan bulanan di rumah dan Posyandu.

Tabel 1. Tahapan Kegiatan dan Indikator Evaluasi

Tahap	Kegiatan utama	Instrumen	Indikator ketercapaian
Persiapan	Koordinasi, identifikasi kebutuhan, penyiapan media	Lembar koordinasi dan daftar kebutuhan	Waktu, tempat, sasaran, materi, dan peran mitra disepakati
Edukasi	Ceramah interaktif, tanya jawab, dan diskusi kasus	Pertanyaan awal-akhir dan catatan diskusi	Peserta dapat menjelaskan prinsip pemantauan dan tanda bahaya
Praktik	Demonstrasi pengukuran tinggi badan, membaca Buku KIA/kurva pertumbuhan, dan simulasi stimulasi	Alat antropometri, Buku KIA, dan lembar observasi keterampilan	Peserta mampu mengikuti langkah pengukuran, pencatatan, dan pemantauan dengan pendampingan minimal
Tindak lanjut	Penyusunan jadwal pemantauan rumah dan Posyandu	Lembar rencana keluarga	Terdapat komitmen pencatatan dan konsultasi bila ditemukan penyimpangan

Alat ukur ketercapaian meliputi daftar hadir, pertanyaan pengetahuan sebelum dan sesudah sesi, lembar observasi praktik, dan refleksi singkat. Keberhasilan proses ditetapkan apabila peserta mengikuti kegiatan hingga selesai, terlibat dalam diskusi, mampu menyebutkan indikator pertumbuhan dan perkembangan, serta dapat menentukan kapan balita perlu dikonsultasikan kepada kader atau tenaga kesehatan. Evaluasi bersifat deskriptif karena kegiatan berorientasi pada peningkatan kapasitas awal dan pembentukan kebiasaan pemantauan keluarga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan berlangsung dengan suasana partisipatif dan melibatkan keluarga balita serta kader Posyandu. Rangkaian kegiatan mencakup edukasi menggunakan media cetak, pendampingan keluarga dalam meninjau catatan pemantauan anak, dan praktik pengukuran tinggi badan. Materi disampaikan menggunakan bahasa sederhana dan contoh yang dekat dengan pengalaman keluarga. Pada awal sesi, sebagian peserta menyamakan pertumbuhan dengan perkembangan dan lebih mengenal penimbangan berat badan daripada pemantauan kemampuan gerak, bahasa, kemandirian, serta interaksi sosial. Setelah diskusi, peserta dapat membedakan bahwa pertumbuhan berkaitan dengan perubahan ukuran tubuh, sedangkan perkembangan berkaitan dengan bertambahnya fungsi dan kemampuan anak.

Pembahasan kurva pertumbuhan difokuskan pada arah perubahan dari waktu ke waktu. Peserta dilatih untuk tidak hanya melihat apakah berat badan berada pada suatu garis, tetapi juga memperhatikan kenaikan, stagnasi, atau penurunan kurva. Pendekatan ini sesuai dengan Pedoman Pemantauan Pertumbuhan yang menekankan pentingnya pengukuran serial dan tindak lanjut bila ditemukan pertumbuhan tidak adekuat [1]. Penggunaan alat yang terstandar juga penting agar hasil pengukuran valid dan dapat dibandingkan antarwaktu [5].



Gambar 1. Edukasi individual kepada keluarga balita menggunakan media cetak untuk memahami pemantauan tumbuh kembang.

Gambar 1 memperlihatkan proses edukasi langsung antara fasilitator dan keluarga balita. Media cetak digunakan sebagai alat bantu untuk menjelaskan perbedaan pertumbuhan dan perkembangan, jadwal pemantauan, stimulasi sesuai usia, serta tanda bahaya yang perlu dikonsultasikan. Pendekatan tatap muka memungkinkan ibu mengajukan pertanyaan berdasarkan kondisi anak, sehingga pesan kesehatan menjadi lebih kontekstual dan mudah diterapkan di rumah. Kehadiran balita selama edukasi juga memberi kesempatan kepada fasilitator untuk memberikan contoh pengamatan

perkembangan secara sederhana. Pendidikan kesehatan yang disertai pendampingan telah dilaporkan meningkatkan peran ibu dalam pemantauan tumbuh kembang [6], sedangkan edukasi dan praktik bersama kader serta ibu balita membantu memperbaiki pengetahuan mengenai deteksi dini stunting dan pemantauan perkembangan [9].



Gambar 2. Pendampingan keluarga dalam membaca dan mencatat hasil pemantauan tumbuh kembang balita



Gambar 3. Pengukuran tinggi badan balita menggunakan alat antropometri dengan pendampingan Keluarga dan Kader

Gambar 2 menunjukkan pendampingan secara individual saat keluarga meninjau catatan pemantauan anak. Fasilitator membantu peserta menghubungkan hasil penimbangan dan pengukuran dengan catatan pada Buku KIA, kemudian menyusun

langkah tindak lanjut yang dapat dilakukan di rumah maupun pada kunjungan Posyandu berikutnya. Situasi kegiatan yang berlangsung di antara peserta lain menunjukkan bahwa edukasi terintegrasi dengan alur pelayanan Posyandu, sehingga keluarga dapat menerima penjelasan segera setelah pemeriksaan. Model ini memperkuat komunikasi dua arah dan membantu keluarga memahami bahwa hasil pengukuran harus dibaca secara serial, bukan sebagai angka tunggal. Pendampingan di Posyandu juga relevan karena memungkinkan edukasi diberikan bersamaan dengan pencatatan hasil pengukuran [10].

Gambar 3 memperlihatkan praktik pengukuran tinggi badan balita menggunakan alat antropometri berdiri. Anak diukur tanpa alas kaki, posisi tubuh diarahkan agar tegak, dan bagian kepala alat diturunkan hingga menyentuh puncak kepala. Pendampingan keluarga atau kader diperlukan untuk menenangkan anak dan mempertahankan posisi tubuh selama pengukuran, sedangkan petugas memastikan pembacaan skala dilakukan secara benar.

Praktik ini menegaskan pentingnya alat terstandar, posisi yang tepat, dan pencatatan hasil untuk meminimalkan kesalahan pengukuran [5]. Setelah demonstrasi, peserta diminta menjelaskan kembali tahapan pengukuran, cara mencatat hasil, serta kondisi yang membutuhkan konsultasi. Hasil evaluasi proses menunjukkan seluruh rangkaian kegiatan dapat terlaksana dan peserta terlibat aktif hingga akhir sesi. Pertanyaan peserta banyak berkaitan dengan anak yang sulit makan, berat badan yang tidak naik, perbedaan kecepatan bicara antar-anak dan waktu yang tepat untuk berkonsultasi. Pada latihan akhir, peserta dapat menyebutkan kembali prinsip pemantauan berkala, pentingnya membawa Buku KIA, perlunya stimulasi melalui bermain dan komunikasi, serta langkah konsultasi ketika ditemukan tanda peringatan. Temuan ini sejalan dengan kegiatan pengabdian lain yang menggunakan pendidikan, pelatihan, dan pendampingan untuk memperkuat pengetahuan, sikap, dan praktik ibu balita [8].

Tabel 2. Ketercapaian Sasaran Kegiatan

Indikator	Hasil Pengamatan	Makna
Partisipasi	Peserta hadir, mengikuti sesi, mengajukan pertanyaan, dan terlibat dalam latihan kelompok.	Metode partisipatif dapat diterima oleh sasaran.
Pemahaman konsep	Peserta dapat membedakan pertumbuhan dan perkembangan serta menyebutkan pentingnya pemantauan berkala.	Tujuan pengetahuan dasar tercapai secara deskriptif.
Keterampilan awal	Peserta mampu mengikuti langkah pengukuran tinggi badan, membaca catatan pertumbuhan, dan memilih stimulasi berdasarkan contoh usia.	Keluarga memiliki keterampilan awal untuk praktik dengan pendampingan kader.
Kesiapan tindak lanjut	Peserta menyepakati penggunaan Buku KIA dan kunjungan Posyandu secara teratur.	Terdapat peluang keberlanjutan melalui jejaring keluarga-kader-tenaga kesehatan.

Keunggulan kegiatan adalah materi yang langsung dikaitkan dengan Buku KIA dan pengalaman keluarga, sehingga peserta dapat segera mempraktikkannya. Pelibatan kader memperkuat keberlanjutan karena kader dapat mengulang edukasi pada kegiatan Posyandu berikutnya. Kelemahan kegiatan adalah evaluasi keterampilan masih dilakukan dalam satu kali pertemuan, belum disertai kunjungan rumah, dan belum menilai konsistensi pencatatan dalam jangka panjang. Pengembangan berikutnya dapat berupa kelas keluarga balita berkala, penggunaan kartu pengingat sederhana, pendampingan rumah bagi keluarga berisiko, serta integrasi hasil pemantauan dengan layanan kesehatan.

Dari sisi keberlanjutan, pemberdayaan keluarga perlu didukung oleh ketersediaan alat antropometri terstandar, pencatatan yang benar, komunikasi hasil pengukuran, dan jalur rujukan yang jelas. Pendekatan keluarga tidak menggantikan pemeriksaan tenaga kesehatan, tetapi memperluas waktu pengamatan dan mempercepat respons. Dengan demikian, Posyandu berfungsi bukan hanya sebagai tempat penimbangan, melainkan pusat belajar keluarga dan simpul koordinasi pemantauan tumbuh kembang balita.

D. KESIMPULAN

Pemberdayaan keluarga melalui edukasi interaktif, demonstrasi, diskusi kasus, dan praktik menggunakan Buku KIA dapat meningkatkan pemahaman serta keterampilan awal dalam pemantauan tumbuh kembang balita di Desa Penfui Timur. Peserta mampu membedakan pertumbuhan dan perkembangan, memahami pentingnya arah kurva pertumbuhan, mengenali prinsip stimulasi sesuai usia, serta mengetahui tanda yang memerlukan konsultasi. Kekuatan kegiatan terletak pada keterlibatan keluarga dan kader dalam praktik langsung, sedangkan keterbatasannya adalah evaluasi jangka panjang belum dilakukan. Kegiatan selanjutnya perlu mengembangkan pendampingan berkala, kunjungan rumah untuk keluarga berisiko, dan monitoring konsistensi pencatatan agar perubahan perilaku dapat dipertahankan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa Penfui Timur, tenaga kesehatan, kader Posyandu, keluarga balita, dan seluruh pihak yang mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Pedoman Pemantauan Pertumbuhan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2020.
- [2] World Health Organization, WHO Child Growth Standards: Length/Height-for-Age, Weight-for-Age, Weight-for-Length, Weight-for-Height and Body Mass Index-for-Age: Methods and Development. Geneva: WHO, 2006.
- [3] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Buku Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2024.

- [4] World Health Organization, United Nations Children's Fund, and World Bank Group, *Nurturing Care for Early Childhood Development: A Framework for Helping Children Survive and Thrive to Transform Health and Human Potential*. Geneva: WHO, 2018.
- [5] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/51/2022 tentang Standar Alat Antropometri dan Alat Deteksi Dini Perkembangan Anak, 2022.
- [6] S. Mahmudah, "Peningkatan peran ibu melalui pendampingan dan edukasi pemantauan tumbuh kembang balita," *EJOIN: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 1, no. 11, pp. 1326–1332, 2023, doi: 10.55681/ejoin.v1i11.1796.
- [7] L. L. Manalor, A. M. Adi, N. Altadom, and Rosmiyati, "Pemberdayaan masyarakat bagi anak balita penderita stunting dengan pemberian makanan tambahan (PMT) di Desa Penfui Timur wilayah kerja Puskesmas Tarus," *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 12, pp. 4564–4574, 2022, doi: 10.33024/jkpm.v5i12.8170.
- [8] E. Yuliantini, Kamsiah, and A. P. Sari, "Pendampingan ibu balita cegah stunting dengan edukasi pemantauan tumbuh kembang dan penerapan Isi Piringku di Kelurahan Padang Serai Kota Bengkulu," *PROFICIO: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 1, pp. 312–319, 2024, doi: 10.36728/jpf.v5i1.2994.
- [9] Khairunnisak and Anasril, "Pendidikan kesehatan tentang deteksi dini stunting dan pemantauan tumbuh kembang balita pada kader kesehatan dan ibu balita," *EJOIN: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 2, no. 11, pp. 1605–1611, 2024.
- [10] L. Rochmawati, I. Kuswanti, and F. Melina, "Edukasi dan pemantauan pertumbuhan pada balita sebagai upaya deteksi dini risiko stunting melalui pendampingan di Posyandu," *Pengabdian Masyarakat Cendekia*, vol. 2, no. 2, pp. 48–51, 2023, doi: 10.55426/pmc.v2i2.255.
- [11] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2020.