



Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Melalui Penyuluhan Tumbuh Kembang Anak Usia Dini 0-5 tahun di Puskesmas Pandanwangi

Vivi Andika Sari^{1#}, Nikmatur Rosidah², Fika Ertitri³

¹Program Studi Profesi Fisioterapis, ²Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang

³UPT Puskesmas Pandanwangi

*e-mail: viviandikasari@gmail.com¹, nikmaturrosidah@umm.ac.id², fikaertitri91@gmail.com³

DOI : 10.62354/healthcare.v2i2.34

Received : September 1st 2024 Revised : September 25th 2024 Accepted : October 1st 2024

Abstrak

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang berkesinambungan, bersifat kontinyu dan pertumbuhan merupakan bagian dari proses perkembangan. Pertumbuhan yang meliputi perubahan tinggi badan, berat badan, gigi, struktur tulang, dan karakteristik seksual. Pertumbuhan ini bersifat kuantitatif. Sedangkan perkembangan seperti perkembangan motorik, sensorik, kognitif dan psikososial bersifat kualitatif. Golden age atau periode emas adalah tahapan pertumbuhan dan perkembangan yang paling penting pada masa awal kehidupan anak. Golden age meliputi 1000 hari pertama kehidupan anak yang dihitung dari masa dalam kandungan sampai dengan usia anak mencapai dua tahun. World Health Organization (WHO) tahun 2018 melaporkan bahwa data prevalensi balita yang mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan adalah 28,7% dan Indonesia termasuk kedalam Negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara/South-East Asia Regional (SEAR). Metode penelitian berupa penyuluhan dan pemberian pre-test dan post-test sebanyak 5 soal. Hasil penelitian terjadi peningkatan pengetahuan ibu setelah dilakukan penyuluhan tentang tumbuh kembang anak dimana rata-rata sebelum dilakukan penyuluhan adalah 50 meningkat menjadi 90 setelah dilakukan penyuluhan.

Kata kunci: balita, puskesmas, tumbuh kembang

Abstract

Growth and development are continuous processes, they are continuous and growth is part of the development process. Growth includes changes in height, weight, teeth, bone structure, and sexual characteristics. This growth is quantitative. Meanwhile, developments such as motoric, sensory, cognitive and psychosocial development are qualitative. The golden age or golden period is the most important stage of growth and development in the early days of a child's life. The golden age covers the first 1000 days of a child's life which is calculated from the period in the womb until the child reaches two years of age. The World Health Organization (WHO) in 2018 reported that data on the prevalence of toddlers experiencing growth and development disorders was 28.7% and Indonesia is included in this category. The third country with the highest prevalence in the Southeast Asia region/South-East Asia Regional (SEAR). The research method is in the form of counseling and giving a pre-test and post-test with 5 questions. The results of the research showed an increase in mothers' knowledge after counseling about child growth and development, where the average before counseling was 50, increasing to 90 after counseling.

Keywords: toddler, public health centre, growth and development

1. PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak terjadi peningkatan terus-menerus dalam kemampuan dan keterampilan fisik, baik secara morfologis maupun fungsional, yang menjadi

semakin kompleks seiring dengan bertambahnya usia mereka. Pada proses perkembangan terjadi diferensiasi sel, jaringan, organ sampai tingkat sistem organ, sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya dalam menjalankan kehidupan (Syahailatua *et al.*, 2020). Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang berkesinambungan, bersifat kontinyu dan pertumbuhan merupakan bagian dari proses perkembangan. Pertumbuhan yang meliputi perubahan tinggi badan, berat badan, gigi, struktur tulang, dan karakteristik seksual. Pertumbuhan ini bersifat kuantitatif. Sedangkan perkembangan seperti perkembangan motorik, sensorik, kognitif dan psikososial bersifat kualitatif (Merita *et al.*, 2019).

World Health Organization (WHO) tahun 2018 melaporkan bahwa data prevalensi balita yang mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan adalah 28,7% dan Indonesia termasuk kedalam Negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara/*South-East Asia Regional* (SEAR). Rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia tahun 2005-2017 adalah 36,4%². Hasil laporan pencapaian tujuan MDGs tahun 2015 menunjukkan bahwa penyebab kematian bayi dan balita yang paling utama adalah masalah neonatal (Asfiksia, Berat Badan Lahir Rendah, dan infeksi Neonatal), penyakit Infeksi (diare dan pneumonia), dan masalah status gizi (gizi buruk dan gizi kurang) (Rumahorbo *et al.*, 2020)

Beberapa dampak akibat dari tumbuh kembang anak yang tidak sesuai dengan usianya antara lain dapat menghambat perkembangan otak, sering sakit / sistem imun yang menurun, rasa cemas atau takut yang berlebihan, emosi tidak terkontrol, dan gangguan kognitif. Dampak jangka panjang lainnya berupa rendahnya kemampuan nalar dan prestasi pendidikan serta rendahnya produktivitas kerja (Merita *et al.*, 2019). Hal ini dapat diimbangi dengan perawatan kesehatan yang memadai, dimana lingkungan tempat anak tumbuh dan berkembang menjadi faktor utamanya. Fase usia dini merupakan masa rentan bagi anak, mengingat pada periode ini kecenderungan anak untuk mudah sakit dan mengalami kekurangan gizi relatif tinggi (Renityas *et al.*, 2022).

Pencapaian tumbuh kembang anak yang baik diperlukan dukungan nutrisi yang cukup sesuai dengan usia anak. Kualitas dan kuantitas makanan yang buruk akan menyebabkan kekurangan gizi dan menyebabkan perubahan struktur dan fungsi otak. Otak manusia mengalami perubahan struktural dan fungsional yang luar biasa antara minggu ke-24 sampai minggu ke-42 setelah konsepsi. Perkembangan ini berlanjut saat setelah lahir hingga usia 2-3 tahun dan periode tercepat pada usia 6 bulan pertama kehidupan. Dengan demikian pertumbuhan sel otak berlangsung sampai usia 3 tahun, sebagai periode keemasan (golden period) untuk optimalisasi proses tumbuh kembang. Faktor nutrisi, stimulasi, dan pengetahuan orang tua secara simultan mempengaruhi perkembangan anak pada usia 1-2 tahun (Oktaviani *et al.*, 2021)

Periode The Golden Age dalam kehidupan manusia merupakan periode yang paling krusial terutama bagi setiap anak. Golden age atau periode emas adalah tahapan pertumbuhan dan perkembangan yang paling penting pada masa awal kehidupan anak. Golden age meliputi 1000 hari pertama kehidupan anak yang dihitung dari masa dalam kandungan sampai dengan usia anak mencapai dua tahun. Golden age period adalah masa dimana otak anak berkembang sangat pesat dan paling cepat dalam menyerap informasi. Otak janin mengalami periode pertumbuhan cepat (brain growth spurt) pertama kali pada saat kehamilan trimester ketiga. Pada trimester ketiga ini, sel neuron (sel-sel otak) pada otak besar membelah dan membagi dengan cepat. Masa pertumbuhan emas otak (brain growth spurt) tahapan kedua terjadi saat bayi baru lahir sampai usia 3 tahun (Pakpahan, S., 2020)

Pemberian edukasi mengenai tumbuh kembang anak dapat meningkatkan kemampuan orangtua dalam memberikan stimulasi serta memantau tumbuh kembang anak sejak usia dini karena ibu adalah pendidik pertama bagi anak-anaknya dari lahir sampai dewasa. Sehingga berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik meneliti tentang pengaruh edukasi tumbuh kembang terhadap kemampuan deteksi dini tumbuh kembang anak usia 0-5 tahun oleh orang tua

2. METODE

Puskesmas Pandanwangi di Kecamatan Blimbing, Kota Malang, Jawa Timur, menjadi lokasi kegiatan penyuluhan ini. Penyuluhan ini mengukur efektivitas pemberian edukasi kepada orang tua mengenai tumbuh kembang anak dengan metode penyuluhan dan pemberian *pre-test* dan *post-test* berupa pertanyaan kepada orang tua. Sebanyak 8 orang tua yang mengunjungi poli KIA puskesmas dan menjadi sasaran dari aksi pengabdian Masyarakat ini. Pemateri pada acara ini adalah mahasiswa profesi fisioterapis Universitas Muhammadiyah Malang. Tahapan kegiatan penyuluhan pada puskesmas pandanwangi berlangsung pada tanggal 25 Oktober 2023.

Edukasi dilakukan oleh peneliti dengan cara memberikan pretest tentang pertumbuhan dan perkembangan anak. Dan dilanjutkan penyuluhan tumbuh kembang berupa penjelasan yang berisi tentang pertumbuhan dan perkembangan anak di setiap bulan dan setiap tahun. Metode penyuluhan berupa ceramah dengan media berupa poster dan sesi tanya jawab, serta diakhiri dengan pemberian posttest yang digunakan untuk menilai kemampuan ibu berupa kuesioner pertanyaan dengan 2 pilihan jawaban 'benar' dan "salah" sebanyak 5 item.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Puskesmas Pandanwangi merupakan salah satu puskesmas yang berada di pusat Kota Malang yang terletak di pinggir jalan sehingga cukup strategis untuk menunjang kelancaran kegiatan penyuluhan tentang "Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Melalui Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun". Puskesmas tersebut dapat ditemukan dengan mudah serta tempatnya juga nyaman dikarenakan terdapat pendingin ruangan di setiap ruang tunggu poli. Pada pelaksanaannya sasaran yang diambil merupakan orang tua yang sedang menunggu di poli KIA, kegiatan ini sudah mendapatkan izin dari bidan puskesmas dan di dampingi oleh dokter puskesmas sehingga diharapkan dapat mentransformasikan prinsip tumbuh kembang anak secara berkesinambungan. Sebelum dilakukan kegiatan penyuluhan peserta diberikan soal *pre-test* untuk mengukur pengetahuan awal sebelum diberikan penyuluhan. Pemberian materi disampaikan oleh mahasiswa profesi fisioterapi. Setelah dilakukan penyuluhan, sasaran diberikan soal *post-test* untuk mengukur pengetahuan sasaran setelah diberikan penyuluhan.

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* didapatkan bahwa nilai jawaban benar dari 8 responden yang menjawab 5 pertanyaan pun meningkat jika dibandingkan antara *pre-test* dan *post-test*, dikarenakan adanya penyampaian materi atau edukasi yang disampaikan setelah dilakukannya *pre-test* sehingga pada saat *post-test* dibagikan maka responden dapat mengetahui apa dan memahami materi yang telah disampaikan.

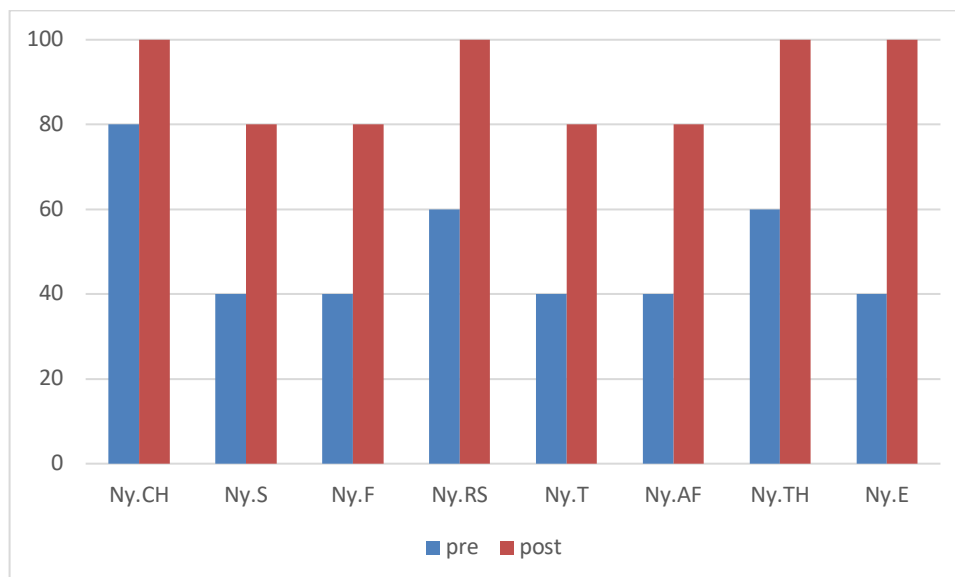
Berdasarkan evaluasi yang kami lakukan, terjadi peningkatan pengetahuan ibu setelah dilakukan penyuluhan tentang tumbuh kembang anak dimana rata-rata sebelum dilakukan penyuluhan adalah 50 meningkat menjadi 90 setelah dilakukan penyuluhan. Selain itu ibu-ibu juga tampak antusias pada saat dilakukannya penyuluhan, hal ini dapat dilihat dari respon ibu dalam sesi tanya jawab.



Gambar 1. Media poster yang digunakan untuk penyuluhan di Puskesmas Pandanwangi



Gambar 2. Pelaksanaan Penyuluhan Tentang Tumbuh Kembang Anak melalui media poster di depan poli KIA Kepada Orang Tua



Gambar 3. Grafik Peningkatan Pengetahuan Peserta

Kematangan psikologis dapat dibagi menjadi tiga kategori: dewasa awal (early adults) berusia 16-20 tahun, dewasa pertengahan (middle adults) berusia 20-40 tahun, dan dewasa akhir (late adults) berusia 40-60 tahun. usia 25 hingga 40 tahun merupakan usia emas (golden age). Pada dimensi ini dewasa tengah (middle adults) lebih ditujukan pada kematangan seorang individu untuk memandang ke masa depan kehidupannya (Mau *et al.*, 2022). Responden pada penelitian ini rata-rata memiliki usia 23-37 tahun atau fase dewasa tengah yang memiliki tingkat kematangan psikologis yang lebih baik.

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang turut membentuk pengetahuan ibu mengenai tumbuh kembang anak. Ibu yang berpendidikan sarjana lebih mudah dalam memahami informasi, sebagai contoh Ny CH yang memiliki nilai pre-test dan post-test tertinggi. Untuk membentuk pengetahuan dengan indikator tersebut tentunya membutuhkan kemampuan penerimaan dan pemahaman yang baik, kemampuan dalam menerima dan memahami informasi umum-nya lebih dimiliki oleh orang yang berpendidikan tinggi (Rahmawati *et al.*, 2019).

Dalam pengasuhan anak oleh ibu, kualitas tumbuh kembang anak ditentukan oleh kualitas nutrisi, kasih sayang, stimulasi, dan perlindungan terhadap penyakit. Pengetahuan dan sikap ibu memengaruhi perilaku ibu dalam menerapkan hal tersebut. Ibu merupakan tokoh sentral dalam tahap perkembangan seorang anak. Ibu berada dalam lingkungan terkecil, yaitu mikro yang berperan sebagai pendidik pertama dan utama dalam keluarga. Pengetahuan ibu mengenai cara mengasuh anak secara baik dan sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan dan tahapan perkembangan anak penting untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak (Soedjatmiko *et al.*, 2018).

Usia 1 hingga 5 tahun merupakan periode penting karena terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik fisik, kemampuan gerak, komunikasi, kognitif, emosi, dan kemandirian. Untuk mengetahui kualitas pertumbuhan fisik, ibu harus mempunyai sikap yang baik tentang pentingnya pemantauan berkala berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala anak umur 1-5 tahun ketika datang ke dokter, Puskesmas, atau Posyandu (Soedjatmiko *et al.*, 2018).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan edukasi melalui penyuluhan yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa peserta mampu menjawab pertanyaan terkait dengan materi tumbuh kembang pada anak usia 0-5 tahun pada tahap post-test, yaitu jawaban benar sebesar 90% peserta juga mampu memahami materi tentang tumbuh kembang anak terkait dengan

perkembangan anak setiap bulan nya melalui diskusi, seperti pertanyaan yang diberikan kepada pemateri dan adanya umpan balik jawaban yang diberikan oleh pemateri.

DAFTAR PUSTAKA

- Mau, M., Saenom, S., Martha, I., Ginting, G., & Sirait, S. (2022). Model Pembelajaran Orang Dewasa Di Era Masyarakat 5.0. *Skenoo: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen*, 2(2), 165-178.
- Merita, M. (2019). Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 1(2), 83-89.
- Pakpahan, S. (2020). Penyuluhan dan Pelatihan Stimulasi Periode Emas Anak 1000 HPK di Wilayah Puskesmas Sipoholon, Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2019. *Jurnal Nasional Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 125-131.
- Rahmawati, A., Nurmawati, T., & Sari, L. P. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Orang Tua tentang Stunting pada Balita. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(3), 389-395.
- Renityas, N. N., Sari, L. T., & Noviasari, I. (2022). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Stimulasi Deteksi Dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Pada Anak Usia 0-5 Tahun. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 3(2), 134-140.
- Rumahorbo, R. M. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019. *CHMK Health Journal*, 4(2), 158-165.
- Soedjatmiko, S., Gunardi, H., Sekartini, R., Medise, B. E., Johnson, I., Wibowo, Y., & Basrowi, R. W. (2018). Efektivitas Seminar pada Perubahan Sikap Ibu dalam Pemberian Dukungan Nutrisi dan Stimulasi selama Pemantauan Tumbuh Kembang. *Sari Pediatri*, 19(4), 201-8.
- Syahailatua, J., & Kartini, K. (2020). Pengetahuan ibu tentang tumbuh kembang berhubungan dengan perkembangan anak usia 1-3 tahun. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3(2), 77-83.
- Oktaviani, E., Feri, J., Susmini, S., & Soewito, B. (2021). Deteksi Dini Tumbuh Kembang dan Edukasi pada Ibu tentang Status Gizi Anak pada Periode Golden Age. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2), 319-324.