

OPTIMALISASI TUMBUH KEMBANG ANAK USIA DINI MELALUI LOMBA BALITA SEHAT

Rini Komalawati¹, *Raudhotun Nisak²

^{1,2}Akademi Keperawatan Pemerintah Kabupaten Ngawi

*Email: nisak.arif@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa usia dini merupakan periode kritis atau golden age yang menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan, namun kesadaran orang tua di perdesaan terhadap pemantauan tumbuh kembang anak secara mandiri masih perlu dioptimalkan. **Tujuan:** Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu dan mengoptimalkan tumbuh kembang balita di Dusun Ketanggi Lor, Desa Kartoharjo, melalui metode Lomba Balita Sehat. **Metode:** Kegiatan dilaksanakan pada 27 Mei 2025 dengan melibatkan 16 balita beserta orang tuanya sebagai peserta utama. Kegiatan dibagi menjadi tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, serta tahap evaluasi menggunakan instrumen pre-test dan post-test. **Hasil:** Hasil kegiatan menunjukkan bahwa baik sebelum maupun sesudah edukasi, mayoritas pengetahuan ibu berada dalam kategori baik. Pengetahuan semakin meningkat setelah edukasi, di mana kategori pengetahuan baik meningkat dari 56% menjadi 94%. Selain itu, seluruh balita peserta menunjukkan respons aktif dan antusiasme tinggi selama proses uji motorik dan kognitif. **Kesimpulan:** Metode pendekatan melalui kompetisi edukatif efektif dalam menarik minat warga untuk lebih peduli terhadap pemantauan tumbuh kembang anak secara berkala. Disarankan bagi pemerintah desa setempat untuk menjadikan Lomba Balita Sehat sebagai agenda rutin guna menjaga keberlanjutan motivasi kesehatan di tingkat keluarga.

Kata Kunci: Balita Sehat, Edukasi, Optimalisasi, Tumbuh Kembang

OPTIMIZING EARLY CHILDHOOD GROWTH AND DEVELOPMENT THROUGH THE HEALTHY TODDLER COMPETITION

ABSTRACT

Background: The early childhood period is a critical or golden age that determines the quality of human resources in the future, but parental awareness in rural areas regarding independent monitoring of child development still needs to be optimized. **Objective:** This Community Service (PKM) activity aims to enhance mothers' knowledge and optimize the growth and development of toddlers in Dusun Ketanggi Lor, Desa Kartoharjo, through the Healthy Toddler Competition method. **Method:** The activity was conducted on May 27, 2025, involving 16 toddlers along with their parents as the main participants. The activity was divided into three stages: the preparation stage, the implementation stage, and the evaluation stage, using pre-test and post-test instruments. **Results:** The results of the activity show that both before and after the education, the majority of the mothers' knowledge was in the good category. Knowledge increased after the education, with the good knowledge category rising from 56% to 94%. Additionally, all participating toddlers showed active responses and high enthusiasm during the motor and cognitive skills testing process. **Conclusion:** The

approach method through educational competitions is effective in attracting the interest of residents to be more concerned about the regular monitoring of children's growth and development. It is recommended that the local village government make the Healthy Toddler Competition a regular agenda item to maintain the sustainability of health motivation at the family level.

Keywords: Education, Healthy Toddlers, Growth and Development, Optimization

PENDAHULUAN

Masa usia dini merupakan golden age atau periode kritis dalam siklus hidup manusia, di mana perkembangan otak dan fisik terjadi secara sangat pesat. Pada fase ini, stimulasi dan pemenuhan gizi yang tepat menjadi fondasi utama bagi kualitas sumber daya manusia di masa depan. Namun, tantangan terkait gangguan pertumbuhan seperti stunting dan keterlambatan perkembangan motorik masih menjadi isu krusial di tingkat desa. Kurangnya kesadaran orang tua mengenai pemantauan berkala sering kali menyebabkan masalah tumbuh kembang baru terdeteksi saat kondisi sudah cukup berat (Hidayat et al., 2022).

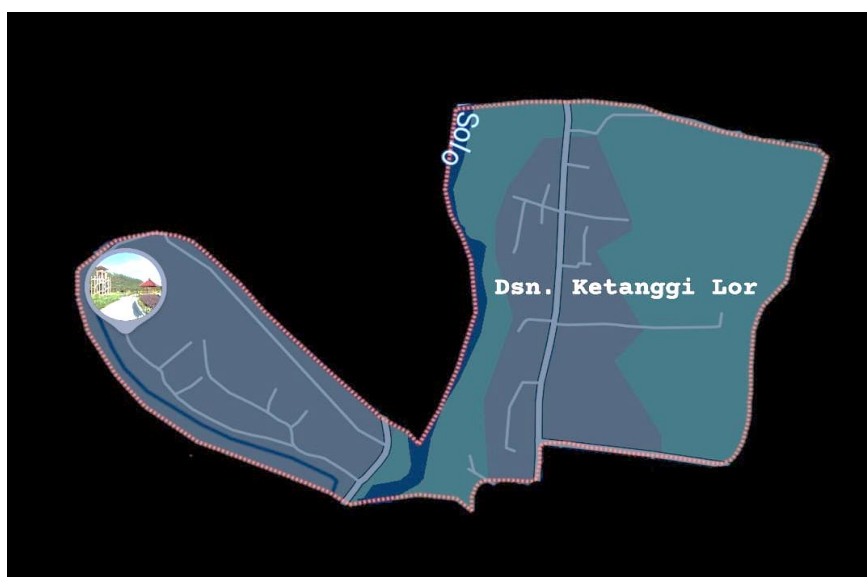
Di wilayah pedesaan seperti Dusun Ketanggi Lor, Desa Kartoharjo, akses terhadap informasi kesehatan yang interaktif masih terbatas. Posyandu memang rutin dilaksanakan, namun partisipasi masyarakat sering kali bersifat monoton dan sekadar formalitas penimbangan berat badan. Diperlukan sebuah pendekatan yang lebih kreatif namun tetap edukatif untuk meningkatkan antusiasme orang tua dalam memantau kesehatan anak. Selain itu, terdapat 8 balita yang berisiko stunting dan mengalami perkembangan sesuai dengan usianya. Penggunaan metode perlombaan atau kompetisi sehat dapat menjadi stimulan bagi orang tua untuk lebih memperhatikan standar kesehatan dan gizi anak mereka (Saputri & Handayani, 2023).

Lomba Balita Sehat bukan sekadar ajang kompetisi fisik, melainkan instrumen skrining kesehatan yang komprehensif. Melalui kegiatan ini, aspek antropometri, status imunisasi, hingga perkembangan kognitif balita dinilai secara objektif. Selain itu, kegiatan ini berfungsi sebagai wadah edukasi bagi ibu-ibu di Dusun Ketanggi Lor mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif, MPASI bergizi, dan pola asuh yang mendukung stimulasi psikososial (Nurhayati & Lestari, 2024).

Optimalisasi tumbuh kembang melalui Lomba Balita Sehat diharapkan mampu menciptakan iklim kompetitif yang positif antarwarga dalam menjaga kesehatan keluarga. Dengan adanya apresiasi terhadap balita yang sehat, diharapkan muncul motivasi bagi orang tua lain untuk memperbaiki pola hidup sehat di lingkungan rumah tangga. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini menjadi langkah preventif dan promotif yang strategis dalam menekan angka gangguan tumbuh kembang di Desa Kartoharjo (Pratama et al., 2023).

Dusun Ketanggi Lor di Desa Kartoharjo memiliki populasi balita yang cukup signifikan, di mana sebagian besar orang tua bekerja di sektor pertanian dan sebagai buruh pabrik. Meskipun kegiatan Posyandu rutin dilaksanakan setiap bulan,

partisipasi masyarakat di Posyandu cenderung bersifat rutin tanpa adanya pemahaman mendalam mengenai indikator capaian tumbuh kembang yang ideal bagi anak usia dini. Hal ini memicu kekhawatiran akan adanya gangguan pertumbuhan atau defisiensi gizi yang tidak terdeteksi sejak dini akibat kurangnya motivasi dan media edukasi yang menarik bagi para ibu di lingkungan pedesaan tersebut. Di sisi lain, belum adanya inovasi dalam metode promosi kesehatan di Dusun Ketanggi Lor membuat pesan-pesan mengenai gizi seimbang dan pola asuh sehat sulit terserap dengan optimal oleh masyarakat. Kader kesehatan di dusun tersebut memiliki semangat yang tinggi namun membutuhkan dukungan berupa program yang lebih interaktif untuk menarik minat warga kembali aktif dalam memantau tumbuh kembang anak. Pelaksanaan Lomba Balita Sehat dipandang sebagai solusi strategis untuk memetakan status kesehatan balita secara menyeluruh sekaligus memberikan apresiasi bagi keluarga yang berhasil menerapkan pola hidup sehat, sehingga tercipta budaya kompetitif yang positif dalam upaya pencegahan stunting di tingkat desa.



Gambar 1. Peta Lokasi Pengabdian kepada Masyarakat

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilakukan di Dusun Ketanggi Lor Desa Kartoharjo kecamatan Kabupaten Ngawi. Kegiatan dilakukan pada tanggal 27 Mei 2025. Adapun tahapan dari kegiatan ini adalah sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan ini, dilakukan penyebaran informasi dengan melibatkan mahasiswa kepada ibu balita Dusun Ketanggi Lor tentang adanya kegiatan lomba balita sehat. Pemberitahuan dilakukan dengan memberikan undangan pada sasaran utama sebanyak 21 ibu yang memiliki balita. Adapun persiapan pendukung yang disediakan diantaranya kelengkapan lomba seperti bola, alat mewarnai dll

b. Tahap Pelaksanaan

Edukasi dan lomba balita sehat sebagai bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada tanggal 27 Mei 2025 bertempat di rumah Kepala Desa Kartoharjo yang kebetulan berada di Dusun Ketanggi Lor. Jumlah balita yang hadir sebanyak 16. Adapun indikator penilaian lomba yaitu kemampuan kognitif dan motorik sesuai dengan usianya.

c. Evaluasi

Secara keseluruhan, kegiatan berjalan dengan sangat lancar dan mendapatkan respons positif dari warga, yang dibuktikan dengan tingkat kehadiran peserta serta antusiasme balita dalam mengikuti seluruh rangkaian lomba. Sinergi antara tim dosen dan mahasiswa dalam menyiapkan sarana prasarana serta alat peraga edukatif memastikan setiap tahapan skrining dan edukasi terlaksana secara maksimal. Hasil evaluasi akhir menunjukkan pencapaian target yang memuaskan melalui peningkatan signifikan pengetahuan ibu mengenai pentingnya stimulasi tumbuh kembang secara mandiri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dibuka secara resmi oleh Ibu Kepala Desa Kartoharjo dan perwakilan dosen Akper Pemkab Ngawi. Jumlah balita yang hadir sebanyak 16, di mana mayoritas jenis kelamin adalah perempuan, yaitu 10 balita (62,4%), dan rentang usia 4-5 tahun yaitu 12 balita (75%). Secara detail distribusi peserta kegiatan dijelaskan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 1. Data Demografi Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat (n=16)

Karakteristik	Jumlah (N)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	6	37,5
Perempuan	10	62,5
Usia		
1-3 tahun	4	25
4-5 tahun	12	75

Selama proses perlombaan, seluruh balita menunjukkan respons yang sangat aktif terhadap berbagai instrumen penilaian yang disiapkan oleh tim pelaksana dengan dibantu mahasiswa. Antusiasme balita terlihat jelas pada setiap lomba di mana balita dengan penuh percaya diri berinteraksi melalui alat peraga edukatif untuk menguji kemampuan motorik dan kognitif mereka. Tingginya animo masyarakat ini menunjukkan bahwa metode pendekatan melalui perlombaan efektif dalam menarik minat warga untuk lebih peduli terhadap pemantauan tumbuh kembang anak secara berkala dan terstruktur.



Gambar 1. Kegiatan Lomba Balita

Kegiatan berikutnya adalah edukasi tentang proses tumbuh kembang balita. Sebelum edukasi dilakukan, dilakukan pretest untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan ibu tentang tumbuh kembang anak selama ini. Proses edukasi ini dilakukan melalui metode dialog interaktif dan demonstrasi langsung menggunakan media Buku KIA serta alat peraga edukatif sebagai instrumen simulasi tumbuh kembang. Para ibu tampak sangat antusias mengajukan pertanyaan terkait pola pemberian nutrisi seimbang dan teknik stimulasi motorik yang tepat untuk diterapkan di lingkungan rumah tangga. Adapun proses edukasi remaja secara detail dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2 Distribusi Pengetahuan Peserta (n=16)

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Kurang	2	13	0	0
Cukup	5	31	1	6
Baik	9	56	15	94

Berdasarkan Tabel 4.2 di atas, didapatkan bahwa pengetahuan ibu sebelum edukasi dan sesudah edukasi mayoritas baik, di mana terjadi peningkatan jumlah ibu yang memiliki pengetahuan baik, dari 9 orang (56%) menjadi 15 orang (94%).

Pelaksanaan pengabdian masyarakat di Dusun Ketanggi Lor diawali dengan tahap persiapan yang melibatkan kolaborasi antara dosen dan mahasiswa melalui pendekatan personal kepada ibu balita. Langkah penyebaran undangan kepada 21 sasaran utama terbukti efektif dalam memobilisasi massa, meskipun tingkat kehadiran pada saat kegiatan adalah 16 balita (76%). Persiapan alat peraga edukatif seperti bola dan peralatan mewarnai bukan sekadar pendukung logistik, melainkan instrumen penting untuk menciptakan lingkungan yang ramah anak (child-friendly environment). Menurut penelitian dari Sari et al. (2022), keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan pengabdian masyarakat di tingkat dusun mampu menjembatani

komunikasi antara akademisi dan warga lokal, sehingga meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap program kesehatan yang ditawarkan.

Data demografi menunjukkan mayoritas peserta berada pada rentang usia 4–5 tahun (75%) dan berjenis kelamin perempuan (62,5%). Dominasi usia prasekolah ini menjadi momentum yang tepat untuk melakukan skrining tumbuh kembang, mengingat pada fase ini anak mulai mengasah kemampuan motorik halus dan kognitif yang lebih kompleks sebagai persiapan masuk sekolah dasar. Tingginya antusiasme balita dalam berinteraksi dengan alat peraga edukatif mencerminkan adanya respons positif terhadap stimulasi eksternal. Hal ini sejalan dengan temuan Wandini & Rahayu (2023), yang menyatakan bahwa aktivitas fisik dan permainan terstruktur dalam sebuah perlombaan dapat memicu rasa percaya diri serta mengoptimalkan fungsi neuropsikologis anak dalam mengenali instruksi dan memecahkan masalah sederhana.

Penggunaan metode Lomba Balita Sehat terbukti efektif sebagai strategi promosi kesehatan yang bersifat partisipatif di Desa Kartoharjo. Melalui kompetisi ini, pemantauan tumbuh kembang tidak lagi dianggap sebagai beban medis yang membosankan oleh orang tua, melainkan menjadi ajang apresiasi. Kehadiran Ibu Kepala Desa dan perwakilan akademisi memberikan penguatan psikologis bagi para ibu untuk lebih disiplin dalam memeriksakan anaknya ke layanan kesehatan. Strategi pendekatan melalui kegiatan yang menyenangkan terbukti mampu meningkatkan retensi informasi pada ibu balita dibandingkan dengan metode ceramah satu arah (konvensional), sebagaimana ditegaskan dalam studi Pratama et al. (2023) mengenai efektivitas event-based health promotion di wilayah perdesaan.

Aspek edukasi yang dilakukan tim PKM memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan literasi kesehatan peserta. Berdasarkan hasil evaluasi, terjadi peningkatan pengetahuan kategori baik dari 56% pada saat pre-test menjadi 94% pada saat post-test. Perubahan ini dipicu oleh penggunaan media Buku KIA sebagai referensi utama yang dipadukan dengan dialog interaktif serta demonstrasi langsung di mana ibu mendapat contoh secara langsung dari beberapa kegiatan lomba yang diselenggarakan. Pemanfaatan Buku KIA sebagai media edukasi sangat penting karena merupakan rekam jejak kesehatan anak yang paling valid di tingkat keluarga. Hasanah & Maryam (2022) menekankan bahwa edukasi yang disertai dengan praktik langsung atau demonstrasi menggunakan alat peraga mampu meningkatkan pemahaman ibu secara permanen dibandingkan dengan hanya sekadar membaca instruksi tertulis.



Gambar 2. Pemberian Piala bagi Pemenang Lomba dan Foto Bersama setelah Kegiatan

Secara keseluruhan, keberhasilan kegiatan ini didukung oleh kesiapan sarana dan prasarana serta sinergi yang kuat antara dosen dan mahasiswa dalam mendampingi peserta. Peningkatan jumlah ibu berpendidikan baik (dari 9 menjadi 15 orang) menunjukkan bahwa materi telah tersampaikan dengan efektif. Namun demikian, yang menjadi tantangan berikutnya adalah konsistensi ibu dalam mengimplementasikan pengetahuan tersebut dalam pola asuh sehari-hari di rumah. Sesuai dengan pendapat Lestari & Handayani (2024), keberlanjutan dari kegiatan pengabdian masyarakat terletak pada perubahan perilaku jangka panjang yang didukung oleh dukungan sosial dari perangkat desa dan kader kesehatan setempat agar angka risiko gangguan tumbuh kembang dapat terus ditekan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pendekatan melalui metode Lomba Balita Sehat terbukti mampu menciptakan iklim partisipatif yang tinggi, di mana 16 balita beserta orang tuanya terlibat aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan. Integrasi kegiatan apresiatif dan edukatif ini menjadi metode yang efektif dalam mentransfer informasi tentang tumbuh kembang balita. Sinergi yang solid antara tim dosen, mahasiswa, dan perangkat desa menjadi faktor determinan utama yang menjamin kelancaran tata kelola kegiatan dari tahap persiapan hingga tahap evaluasi akhir.

Keberhasilan edukasi dalam kegiatan terlihat dengan adanya peningkatan pengetahuan ibu balita. Mayoritas pemahaman ibu balita yang telah baik semakin meningkat, di mana sebelum edukasi 56% meningkat menjadi 94% setelah edukasi. Melalui media Buku KIA dan demonstrasi langsung melalui kegiatan lomba. Dengan demikian, kegiatan ini telah berhasil mencapai tujuan utamanya dalam membekali orang tua dengan keterampilan deteksi dini tumbuh kembang anak secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan baik secara materiil maupun immateriil terhadap pelaksanaan kegiatan ini.

Juga pada pihak Dusun Ketanggi Lor Desa Kartoharjo yang telah bekerja sama sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berjalan dengan lancar.

REFERENSI

- Hafid, A., & Amri, S. (2022). "Analisis Pencapaian Milestone Motorik pada Anak Usia 1-3 Tahun." *Jurnal Fisioterapi dan Kesehatan*, 4(1), 55-62.
- Handayani, L., et al. (2024). "Digitalisasi Pemantauan Tumbuh Kembang: Efektivitas Penggunaan Aplikasi Kesehatan di Pedesaan." *Jurnal Inovasi Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 110-118.
- Hasanah, U., & Maryam, S. (2022). Edukasi Stimulasi Tumbuh Kembang Anak Menggunakan Media Buku KIA: Sebuah Studi Pre-Eksperimen. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 112-120
- Hidayat, A., et al. (2022). "Pentingnya Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak dalam Pencegahan Stunting di Wilayah Perdesaan." *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 145-152.
- Kemkes RI. (2021). *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lestari, Y. P., & Handayani, T. (2024). Keberlanjutan Program Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting di Tingkat Desa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 4(1), 45-52
- Mulyani, S. (2023). *Asuhan Kebidanan pada Neonatus, Bayi, dan Balita*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Nurhayati, S., & Lestari, P. (2024). "Edukasi Gizi dan Stimulasi Psikososial melalui Ajang Balita Sehat." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 6(1), 22-30.
- Pratama, R., et al. (2023). "Strategi Promosi Kesehatan Berbasis Kompetensi untuk Meningkatkan Kunjungan Posyandu." *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14(1), 88-95.
- Pratama, A. R., et al. (2023). Strategi Promosi Kesehatan Berbasis Kompetensi untuk Meningkatkan Kunjungan Posyandu di Wilayah Perdesaan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 14(3), 201-210.
- Putri, A. D., et al. (2023). "Hubungan Status Gizi dengan Perkembangan Kognitif Balita di Wilayah Kerja Puskesmas." *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 11(1), 12-20.
- Rahayu, A., et al. (2022). *Gizi pada Anak Balita: Pendekatan Pencegahan Stunting*. Banjarmasin: CV. Mine.
- Saputri, W., & Handayani, S. (2023). "Peran Lomba Balita Sehat dalam Meningkatkan Motivasi Ibu terhadap Pemenuhan Gizi Anak." *Jurnal Kesehatan Global*, 5(3), 112-119.
- Sari, N. P., et al. (2022). Peran Mahasiswa dalam Penguatan Literasi Kesehatan Masyarakat di Era Pasca Pandemi. *Jurnal Kolaborasi Pengabdian Masyarakat*, 2(4), 315-322.
- Sari, M., & Ramadani, W. (2023). "Validitas Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP) dalam Deteksi Dini Keterlambatan Motorik." *Jurnal Pediatri Terpadu*, 5(2), 89-97.
- Sartika, D., & Lestari, Y. (2024). "Stimulasi Psikososial Ibu terhadap Perkembangan Anak Balita: Studi Literatur Terbaru." *Jurnal Keperawatan Anak*, 12(1), 45-53.
- Suryani, E., & Zulaeha, S. (2021). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Bandung: Alfabeta.

- Wandini, R., & Rahayu, S. (2023). Pengaruh Stimulasi Permainan Edukatif Terhadap Perkembangan Motorik Halus Balita Usia Prasekolah. *Jurnal Pediatrik Terpadu*, 6(1), 88-96.
- Widya, N., & Fitriani, A. (2023). "Peran Kader Posyandu dalam Pencegahan Stunting melalui Edukasi KMS." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika*, 7(1), 33-40.
- Yuliana, R. (2022). "Deteksi Dini Gangguan Pendengaran dan Penglihatan pada Anak Prasekolah." *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 10(3), 201-209.