



Pemeriksaan Kesehatan dan Edukasi Gizi pada Balita di Posyandu Desa Lamblang Mayang Kecamatan Darul Imarah sebagai Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Masyarakat

Health Checks and Nutrition Education for Toddlers at the Integrated Health Post (Posyandu) in Lamblang Mayang Village, Darul Imarah District as an Effort to Improve Public Health

Futry Maysura^{1*}, Ully Fitria², Muzilla putri³

¹⁻³ Kesehatan Masyarakat, Universitas Abulyatama, Indonesia

*Penulis Korespondensi: futry_fikes@abulyatama.ac.id¹

Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 29 Januari 2026;

Revisi: 21 Februari 2026;

Diterima: 15 Maret 2026;

Tersedia: 17 Maret 2026

Keywords: Community Service; Health Examination; Nutrition; Posyandu; Toddlers.

Abstract: Child health is one of the important indicators in assessing the level of public health. Regular monitoring of the growth and development of toddlers is essential to detect early health problems and nutritional status issues in children. Posyandu, as a community-based health service, plays an important role in improving maternal and child health through growth monitoring and health education activities. This community service activity aimed to increase mothers' knowledge and awareness about the importance of health examinations and balanced nutrition for toddlers. The method used in this activity consisted of toddler health examinations and health education provided directly to mothers at the Posyandu in Lamblang Mayang Village, Darul Imarah District. The activity began with a preparation stage, including coordination with Posyandu cadres and village officials. This was followed by the implementation stage, which involved health examinations such as weighing and measuring the height of toddlers. After the examination, health education was delivered to mothers regarding the importance of balanced nutrition and healthy dietary patterns for toddlers. The results showed that community participation was quite good, and mothers were enthusiastic in participating in all activities. The health examination provided an overview of the toddlers' growth conditions, while the educational session improved mothers' understanding of the importance of monitoring child health and providing proper nutrition. This community service activity is expected to increase community awareness in maintaining toddler health and encourage active participation in Posyandu activities to improve children's health status sustainably.

Abstrak

Kesehatan balita merupakan salah satu indikator penting dalam menilai derajat kesehatan masyarakat. Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita secara rutin sangat diperlukan untuk mendeteksi secara dini permasalahan kesehatan dan status gizi anak. Posyandu sebagai salah satu bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak melalui kegiatan pemantauan pertumbuhan serta edukasi kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu balita mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan serta pemenuhan gizi yang seimbang bagi anak. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemeriksaan kesehatan balita dan pemberian edukasi kesehatan kepada ibu balita yang dilakukan secara langsung di Posyandu Desa Lamblang Mayang Kecamatan Darul Imarah. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan kader Posyandu dan aparat desa, kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan pemeriksaan kesehatan balita berupa penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan. Setelah itu dilakukan penyuluhan mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang serta pola makan sehat bagi balita. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa partisipasi masyarakat cukup baik dan ibu balita sangat antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Kegiatan pemeriksaan kesehatan memberikan gambaran awal mengenai kondisi pertumbuhan balita, sedangkan kegiatan edukasi mampu meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya pemantauan kesehatan dan pemenuhan gizi anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan balita serta mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam kegiatan Posyandu sebagai upaya meningkatkan derajat kesehatan anak secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Balita; Gizi; Pelayanan Masyarakat; Pemeriksaan Kesehatan; Posyandu.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan balita merupakan salah satu indikator penting dalam menilai derajat kesehatan masyarakat. Masa balita merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat sehingga memerlukan perhatian khusus, terutama terkait pemenuhan gizi yang seimbang dan pemantauan kondisi kesehatan secara berkala. Apabila kebutuhan gizi dan pemantauan kesehatan balita tidak terpenuhi dengan baik, maka dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai masalah kesehatan seperti gizi kurang, stunting, maupun penyakit infeksi yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, upaya pencegahan melalui pemeriksaan kesehatan dan edukasi gizi menjadi sangat penting untuk dilakukan sejak dini (World Health Organization, 2021; UNICEF, 2019).

Posyandu merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang memiliki peran strategis dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak, khususnya balita. Melalui kegiatan Posyandu, masyarakat dapat memperoleh berbagai layanan kesehatan dasar seperti penimbangan berat badan, pemantauan status gizi, imunisasi, serta penyuluhan kesehatan. Selain itu, Posyandu juga menjadi sarana penting bagi tenaga kesehatan dan kader untuk memberikan edukasi kepada ibu balita mengenai pola asuh, pemberian makanan bergizi, serta pencegahan penyakit pada anak. Dengan adanya kegiatan tersebut, diharapkan masyarakat dapat lebih memahami pentingnya menjaga kesehatan dan gizi balita (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Namun demikian, dalam pelaksanaannya masih terdapat beberapa kendala, seperti kurangnya pengetahuan ibu mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang bagi balita, rendahnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, serta keterbatasan kegiatan edukasi yang dilakukan secara berkelanjutan. Kondisi ini dapat berdampak pada masih ditemukannya permasalahan gizi dan kesehatan pada balita di berbagai wilayah, termasuk di tingkat desa. Oleh karena itu, diperlukan upaya penguatan melalui kegiatan pemeriksaan kesehatan sekaligus edukasi gizi bagi ibu dan balita (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020; UNICEF, 2019).

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) melalui program pemeriksaan kesehatan dan edukasi gizi pada balita di Posyandu Desa Lamblang Mayang Kecamatan Darul Imarah menjadi salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat serta memantau kondisi kesehatan balita secara langsung. Melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat, khususnya ibu balita, dapat memahami pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin serta penerapan pola makan bergizi seimbang sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat secara keseluruhan (World Health

Organization, 2021

2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui pendekatan promotif dan preventif dengan melibatkan masyarakat secara langsung. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan aparat desa dan kader Posyandu mengenai waktu, tempat, serta teknis pelaksanaan kegiatan. Selain itu, tim juga mempersiapkan berbagai alat dan bahan yang diperlukan seperti timbangan berat badan, alat pengukur tinggi badan atau panjang badan, serta media edukasi terkait gizi balita.

Tahap selanjutnya adalah pelaksanaan kegiatan yang meliputi pemeriksaan kesehatan balita seperti penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan untuk memantau pertumbuhan anak. Setelah pemeriksaan dilakukan, kegiatan dilanjutkan dengan pemberian edukasi kepada ibu balita mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang, pola makan yang sehat, serta pemantauan tumbuh kembang anak secara berkala. Melalui kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya ibu balita, dalam menjaga kesehatan dan pemenuhan gizi anak sejak dini.

3. HASIL

Hasil pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang dilakukan di Posyandu Desa Lamblang Mayang Kecamatan Darul Imarah menunjukkan bahwa kegiatan berjalan dengan baik dan mendapat respon positif dari masyarakat. Kegiatan ini diikuti oleh ibu yang memiliki balita serta didukung oleh kader Posyandu setempat. Partisipasi masyarakat terlihat dari kehadiran peserta yang cukup baik serta keterlibatan aktif ibu balita dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan yang dilaksanakan.

Kegiatan utama yang dilakukan dalam pengabdian ini adalah pemeriksaan kesehatan balita yang meliputi penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan atau panjang badan, serta pemantauan kondisi kesehatan secara umum. Hasil pemeriksaan tersebut kemudian dicatat sebagai data dasar untuk mengetahui kondisi pertumbuhan dan perkembangan balita. Melalui kegiatan ini diperoleh gambaran awal mengenai status kesehatan dan pertumbuhan balita di wilayah Desa Lamblang Mayang sehingga dapat menjadi bahan pemantauan kesehatan anak secara berkala melalui kegiatan Posyandu.

Selain pemeriksaan kesehatan, kegiatan ini juga diisi dengan edukasi gizi kepada ibu balita mengenai pentingnya pemenuhan gizi yang seimbang bagi pertumbuhan anak. Materi edukasi yang diberikan meliputi jenis makanan yang mengandung zat gizi penting, cara

mengatur pola makan yang sehat bagi balita, serta langkah-langkah sederhana yang dapat dilakukan orang tua untuk menjaga kesehatan anak. Kegiatan penyuluhan ini memberikan tambahan pengetahuan bagi ibu balita sehingga mereka lebih memahami pentingnya pemantauan kesehatan dan pemenuhan gizi anak sejak usia dini.

Secara umum, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memberikan dampak positif bagi masyarakat, khususnya dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu balita terhadap pentingnya menjaga kesehatan dan gizi anak. Selain itu, kegiatan ini juga memperkuat peran Posyandu sebagai sarana pelayanan kesehatan dasar di tingkat masyarakat. Diharapkan melalui kegiatan ini masyarakat dapat lebih aktif mengikuti kegiatan Posyandu serta terus memperhatikan kondisi kesehatan dan pertumbuhan balita secara berkelanjutan.

4. DISKUSI

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas melalui kegiatan Posyandu mampu meningkatkan keterlibatan masyarakat dalam upaya pemeliharaan kesehatan balita. Partisipasi aktif ibu balita dan kader kesehatan selama kegiatan berlangsung menunjukkan bahwa kegiatan edukasi dan pelayanan kesehatan yang dilakukan secara langsung di tingkat masyarakat dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemantauan pertumbuhan anak. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021), Posyandu merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang berperan penting dalam meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak melalui kegiatan pemantauan pertumbuhan, imunisasi, serta edukasi kesehatan.

Hasil pemeriksaan kesehatan balita melalui penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan memberikan gambaran awal mengenai kondisi pertumbuhan dan perkembangan anak di wilayah tersebut. Pemantauan pertumbuhan secara rutin merupakan salah satu strategi penting dalam mendeteksi secara dini permasalahan gizi pada balita, seperti stunting, wasting, maupun underweight. World Health Organization (WHO, 2020) menyatakan bahwa pemantauan pertumbuhan anak secara berkala merupakan langkah penting dalam mencegah terjadinya gangguan gizi serta memastikan bahwa anak tumbuh dan berkembang sesuai dengan standar pertumbuhan yang telah ditetapkan.

Selain pemeriksaan kesehatan, kegiatan penyuluhan gizi yang diberikan kepada ibu balita juga menjadi bagian penting dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pemenuhan gizi anak. Pengetahuan ibu mengenai gizi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pola pemberian makan pada anak serta status gizi balita. Penelitian yang dilakukan

oleh Black et al. (2019) menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan orang tua mengenai gizi dan kesehatan anak dapat berkontribusi terhadap perbaikan pola makan anak serta menurunkan risiko terjadinya masalah gizi pada masa pertumbuhan.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemantauan kesehatan dan pemenuhan gizi balita. Kegiatan ini juga memperkuat peran Posyandu sebagai sarana pelayanan kesehatan dasar yang dapat menjangkau masyarakat secara langsung. Dengan adanya kegiatan edukasi dan pemeriksaan kesehatan secara rutin, diharapkan masyarakat dapat lebih aktif dalam menjaga kesehatan anak serta mendukung upaya pemerintah dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat, khususnya pada kelompok balita yang merupakan kelompok rentan dalam siklus kehidupan. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini sudah dilakukan sesuai tahap yang direncanakan dari awal pembuatan granul dari ampas echo enzim. Kegiatan ini dilakukan bersama masyarakat, tim Dosen dan Mahasiswa. Pada Gambar 1 dan Gambar 2 adalah jalannya kegiatan yang dilakukan pada saat:



Gambar 1. Pengukuran Anak balita.



Gambar 2. Foto bersama Peserta di Posyandu.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Posyandu Desa Lamblang Mayang Kecamatan Darul Imarah berjalan dengan baik dan mendapatkan respon positif dari masyarakat. Kegiatan pemeriksaan kesehatan balita serta edukasi mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu balita tentang pentingnya pemantauan pertumbuhan dan kesehatan anak secara berkala. Melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat dapat lebih aktif mengikuti kegiatan Posyandu serta lebih memperhatikan pemenuhan gizi dan kesehatan balita guna mendukung tumbuh kembang anak yang optimal.

DAFTAR REFERENSI

- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik kesejahteraan rakyat 2023*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Hidayat, T., & Nugroho, A. (2024). Strengthening community health services through integrated health post programs. *International Journal of Public Health Science*, 13(1), 120–128.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman pelaksanaan posyandu bagi kader kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Pratama, R., & Wulandari, D. (2022). Maternal knowledge and child nutrition practices in preventing stunting among toddlers. *Indonesian Journal of Public Health*, 17(3), 210–218.
- Rahmawati, N., & Putri, S. (2023). Community-based nutrition education to improve maternal awareness of child health. *Journal of Community Health Research*, 12(1), 45–53.
- Sari, M., & Handayani, L. (2021). The role of Posyandu in improving child nutritional status in rural communities. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 145–152.
- UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind - promoting, protecting and caring for children's mental health*. New York: UNICEF.
- UNICEF. (2023). *Child nutrition report 2023*. New York: United Nations Children's Fund.
- Utami, F., & Lestari, R. (2022). Health education intervention to improve mothers' knowledge on balanced nutrition for toddlers. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(1), 1–9.

World Health Organization. (2021). *Guideline on child growth standards and nutrition*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2022). *Infant and young child feeding: Guideline update*. Geneva: World Health Organization.