

**UPAYA OPTIMALISASI TUMBUH KEMBANG PADA ANAK PRA SEKOLAH
DI PONKESDES RANDUBANGU WILAYAH UPT PUSKESMAS MOJOSARI
KABUPATEN MOJOKERTO**

Dhonna Anggreni¹, Dyah Siwi Hety², Ika Yuni Susanti²

¹ Prodi Magister Kesehatan Masyarakat STIKES Majapahit Mojokerto

^{2,3} Prodi S1 Kebidanan STIKES Majapahit Mojokerto

E-Mail : dhonnaanggreni@gmail.com

ABSTRAK

Mengoptimalkan tumbuh kembang anak sangat penting agar anak bisa menjadi manusia dewasa yang cerdas dan berkualitas. Upaya orang tua mengoptimalkan tumbuh kembang anak diantaranya diwujudkan dengan memberikan stimulasi untuk tumbuh kembang yang optimal, memberikan asupan gizi dan nutrisi yang baik, memilih lembaga pendidikan yang berkualitas, memberikan motivasi, menyalurkan minat dan bakat anak melalui kegiatan, baik di sekolah maupun di lingkungan rumah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu tentang upaya optimalisasi tumbuh kembang anak, serta mengaktifkan masyarakat terutama kader posyandu dalam upaya optimalisasi tumbuh kembang pada anak pra sekolah. Kegiatan dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan pada ibu anak pra sekolah mengenai cara mengoptimalkan tumbuh kembang pada anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Ponkesdes Randubangu wilayah kerja Puskesmas Mojosari Kabupaten Mojokerto. Sasaran kegiatan ini adalah ibu yang memiliki anak usia pra sekolah. Pada akhir kegiatan didapat terjadinya peningkatan pengetahuan ibu dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Harapan dari diadakannya kegiatan ini adalah orang tua mampu untuk meningkatkan perannya dalam memaksimalkan tumbuh kembang anak.

Kata Kunci : optimalisasi, tumbuh kembang, anak pra sekolah

ABSTRACT

Optimizing children's growth and development is very important so that children can become intelligent and quality adult humans. Parents' efforts to optimize children's growth and development include providing stimulation for optimal growth and development, providing good nutrition and nutrition, choosing quality educational institutions, providing motivation, channeling children's interests and talents through activities, both at school and in the home environment. . This community service activity has the aim of increasing mother's knowledge about optimizing child growth and development, as well as activating the community, especially posyandu cadres, in an effort to optimize growth and development in pre-school children. Activities are carried out by providing health education to mothers of pre-school children regarding how to optimize growth and development in children. This community service activity was carried out at the Randubangu Posyandu in the working area of the Mojosari Health Center, Mojokerto Regency. The target of this activity is mothers who have pre-school age children. At the end of the activity, it was found that there was an increase in mother's knowledge in optimizing child growth and development. The hope of holding this activity is that parents are able to increase their role in maximizing the growth and development of their children.

Keywords: optimization, growth and development, pre-school children

1. PENDAHULUAN

Mengoptimalkan tumbuh kembang anak sangat penting agar anak bisa menjadi manusia dewasa yang cerdas dan berkualitas. Tumbuh kembang anak merupakan aspek terpenting dalam kehidupannya. Orang tua bertanggung jawab mendampingi serta membekali anak dengan berbagai pengetahuan, dan nilai-nilai kehidupan. Yang tidak kalah penting, orang tua juga bertanggung jawab untuk memberikan nutrisi terbaik bagi anak, demi mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangannya.

Pertumbuhan merupakan penambahan ukuran anak yang dinilai dari penambahan berat badan, panjang atau tinggi badan, dan lingkaran kepala. Sedangkan perkembangan merupakan penambahan kemampuan anak baik dari segi motorik (kasar dan halus), kognitif, bahasa, sosial, dan emosional. Pertumbuhan dan perkembangan anak perlu di pacu agar di masa depan anak dapat tumbuh cerdas dan berkualitas. Sehingga pengoptimalan pertumbuhan dan perkembangan anak harus dilakukan semenjak janin di dalam kandungan, seribu hari pertama kehidupannya. Selanjutnya, optimalisasi tumbuh kembang perlu dilanjutkan hingga anak remaja dan menjelang dewasa. Kebutuhan anak agar dapat tumbuh kembang secara optimal, yaitu meliputi kebutuhan sandang, pangan, papan seperti: nutrisi, imunisasi, kebersihan tubuh dan lingkungan, pakaian, pelayanan/pemeriksaan kesehatan dan pengobatan, olahraga, bermain dan beristirahat.

Upaya orang tua mengoptimalkan tumbuh kembang anak diantaranya diwujudkan dengan memberikan stimulasi untuk tumbuh kembang yang optimal, memberikan asupan gizi dan nutrisi yang baik, memilih lembaga pendidikan yang berkualitas, memberikan motivasi, menyalurkan minat dan bakat anak melalui kegiatan, baik di sekolah maupun di lingkungan rumah.

Pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi jenis kelamin, perbedaan ras, usia, genetik, dan kromosom. Sedangkan faktor eksternal meliputi stimulasi psikologis, keadaan lingkungan sosial dan nutrisi. Pertumbuhan anak dapat dinilai melalui pengukuran tinggi badan, berat badan, dan lingkaran kepala. Normal tidaknya pengukuran ataupun laju pertumbuhan dapat diketahui melalui standar pengukuran yang tersedia.

Kegiatan pendidikan dan pelatihan kesehatan ini bertujuan untuk memberikan pengalaman dan pengetahuan kepada ibu yang mempunyai anak pra sekolah tentang permasalahan tumbuh kembang. Kegiatan tersebut juga untuk meningkatkan interaksi antar ibu yang mempunyai anak pra sekolah agar mereka dapat bertukar pikiran dan pengalaman tentang optimalisasi tumbuh kembang. Pelayanan posyandu di desa Randubangu dilaksanakan 4 kali dalam sebulan, dan tempatnya berpindah sesuai dusun masing-masing. Pelaksanaan posyandu ini melibatkan beberapa kader posyandu dalam memberikan pelayanannya dengan di dampingi oleh bidan desa dan petugas dari Puskesmas Mojosari.

2. METODE

Kegiatan ini dilaksanakan di Ponkesdes Desa Randubangu yang merupakan wilayah kerja dari Puskesmas Mojosari Kabupaten Mojokerto. Kegiatan ini dilaksanakan dari bulan Februari sampai dengan Juni 2023. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu yang memiliki anak usia pra sekolah.

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang upaya optimalisasi tumbuh kembang anak, serta mengaktifkan masyarakat terutama kader posyandu dalam upaya optimalisasi tumbuh kembang pada anak pra sekolah. Kegiatan dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan pada ibu anak pra sekolah mengenai cara mengoptimalkan tumbuh kembang pada anak emas ini.

Dalam pelaksanaannya, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam beberapa tahap kegiatan.

- a. Tahap pertama melakukan survey lapangan dan menentukan sasaran kegiatan.
- b. Tahap kedua melakukan koordinasi dan sosialisasi program kegiatan pengabdian masyarakat dengan pihak Puskesmas dan bidan desa Randubangu.
- c. Tahap ketiga adalah menyusun program kegiatan dan pelatihan optimalisasi tumbuh kembang anak pra sekolah
- d. Tahap ke empat adalah tahap pelaksanaan kegiatan. Pada tahap ini lakukan kegiatan berupa penimbangan berat badan serta tinggi badan anak. Serta dilakukannya pemberian pendidikan kesehatan pada orang tua tentang pertumbuhan dan perkembangan serta bagaimana cara dan peran orang tua dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak.
- e. Tahap terakhir adalah tahap evaluasi yang dilaksanakan pada akhir kegiatan. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui kekurangan atau kelebihan terhadap kegiatan yang telah dilakukan dalam rangka menetapkan rekomendasi terhadap keberlangsungan atau pengembangan kegiatan berikutnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diikuti oleh ibu-ibu yang memiliki anak-anak usia pra sekolah. Dari hasil evaluasi akhir, kegiatan berlangsung lancar dan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Dimana pengetahuan ibu mengenai cara mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak pra sekolah bisa ditingkatkan. Kegiatan berlangsung dengan baik dan disaat sesi akhir banyak ibu yang bertanya dan mampu mengulang kembali semua materi yang sudah diberikan.

Pertumbuhan selalu dikaitkan dengan perkembangan sehingga timbul istilah tumbuh kembang. Pertumbuhan dan perkembangan adalah dua hal yang berbeda. Pertumbuhan adalah perubahan ukuran dan bentuk tubuh seperti bertambahnya berat badan anak, badan menjadi tambah tinggi, lingkaran kepala bertambah besar dan perubahan tubuh yang lainnya yang biasa disebut pertumbuhan fisik. Sedangkan perkembangan adalah perubahan mental dan kemampuan intelektual yang berlangsung secara bertahap, dari kemampuan yang sederhana menjadi kemampuan yang lebih sulit dan kompleks, misalnya kecerdasan, sikap, tingkah laku, dan sebagainya.

Proses perkembangan juga melalui tahap pematangan dahulu. Anak sebaiknya jangan dipaksa untuk meningkat ke tahap berikutnya bila belum matang. Misalnya kemampuan duduk atau berdiri. Pertumbuhan dan perkembangan setiap anak juga berbeda-beda dan tidak bisa disamakan. Oleh sebab itu perlakuan terhadap anak tidak dapat disamakan dan harus selalu mempertimbangkan tingkat pertumbuhan dan perkembangan yang sudah dicapai anak.

Stimulasi pada anak sangat mempengaruhi struktur fisik dan otak anak, sehingga anak yang tidak mendapat stimulasi psikososial seperti jarang disentuh atau jarang diajak bermain akan mengalami berbagai penyimpangan perilaku. Anak menjadi rendah diri, penakut, dan tidak mandiri, atau sebaliknya menjadi anak yang

tidak memiliki rasa malu dan terlalu agresif. Stimulasi psikososial pada anak harus diikuti oleh kesehatan dan gizi yang baik. Pertumbuhan otak anak ditentukan oleh bagaimana cara pengasuhan dan pemberian makan serta stimulasi pada masa awal kehidupannya. Gizi yang tidak seimbang maupun gizi buruk serta derajat kesehatan anak yang rendah akan menghambat pertumbuhan otak dan pada gilirannya akan menurunkan kemampuan otak dalam mencatat, menyerap, mereproduksi dan merekonstruksi informasi. Disamping itu, anak yang sering sakit-sakitan dan kekurangan gizi akan mengalami perlambatan dalam pertumbuhan fisik dan motoriknya. Pemantauan tumbuh kembang secara berkala wajib dimulai sejak usia dini yaitu pada 5 tahun pertama kehidupan seorang anak, sebagai salah satu upaya untuk mendapatkan sumber daya manusia yang berkualitas. Pada usia tersebut sangat penting karena merupakan masa emas (golden periode), jendela kesempatan (window opportunity) tetapi juga masa kritis (critical period).

Dari hasil penelitian didapat bahwa untuk memaksimalkan kecerdasan anak, stimulasi harus dilakukan sejak 3 tahun pertama dalam kehidupannya. Karena pada usia tersebut jumlah sel otak yang dipunyai dua kali lebih banyak dari sel-sel otak orang dewasa. (Setyaningsih, 2017)

Pada tahap ini peran orangtua sangat dibutuhkan. Hasil penelitian yang lain juga memberikan hasil bahwa sebagian besar ibu mengenali bayinya cukup dini dan namun masih kurang melakukan intervensi dini untuk mencegah kelainan tumbuh kembang anak (Fitri, 2017)



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Bersama Bidan Desa Dan Para Kader Posyandu



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan



Gambar 3. Pelaksanaan kegiatan



Gambar 5. Pelaksanaan kegiatan



Gambar 6. Pelaksanaan kegiatan

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang upaya optimalisasi tumbuh kembang anak, serta mengaktifkan masyarakat terutama kader posyandu dalam upaya optimalisasi tumbuh kembang pada anak pra sekolah. Sasaran kegiatan ini ibu yang memiliki anak usia pra sekolah. Evaluasi pada akhir kegiatan, didapat bahwa pengetahuan ibu tentang cara mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan pada anak prasekolah meningkat

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami sampaikan kepada Kepala Puskesmas Mojosari Kabupaten Mojokerto beserta Bidan Desa Randubangu yang sudah membantu dalam pelaksanaan kegiatan ini. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada Ketua Stikes Mojopahit Mojokerto dan teman-teman dosen yang sudah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, sehingga kegiatan ini bisa berjalan dengan lancar sampai dengan akhir pelaksanaan kegiatan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. (2011). Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar. Jakarta.
- Farida. 2014. optimalisasi perkembangan anak pra sekolah. Thufula. Vol 2 no 1
- Fitriani IS, Oktobriariani RR. (2017). Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Orang Tua terhadap Pencegahan Penyimpangan Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Balita. Indones J Heal Sci; 1: 1.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak. Jakarta. Bakti Husada.

- Mendiknas (2011). Pedoman pelaksana pendidikan karakter. Jakarta : Puskurbuk.
- Muhibbin Syah. 2011. Psikologi Belajar. RajaGrafindo Persada. Jakarta.
- Piaget,J.(1980). Adaptation and intelligence : organic selection and phenocopy (Eames, Trans). Chicago : University Of Chicago Press.
- Setyaningsih,Pujiati, & Khanifah, Milatun & Chabibah, Nur. (2017). Layanan Tumbuh Kembang Balita dengan Pendampingan Ibu dan Anak Sehat. Jurnal University Research Colloquium. 81-86.