



Pentingnya Penimbangan Berat Badan Balita Setiap Bulan di Desa Bung Bak Jok Aceh Besar

The Importance of Weighing Toddlers Every Month in Bak Jok Aceh Besar Village

Khaira Rizki^{1*}, Nurul Amna², Ellyza Fazlylawati³

¹⁻³ Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama, Indonesia

Alamat: Jl. Blang Bintang Lama Km. 8,5 Telp 21569 Lampoh Keudee Aceh Besar– 23372

Korespondensi penulis: khaira_d3kep@abulyatama.ac.id

Article History:

Received: Februari 03, 2025

Revised: Februari 28, 2025

Accepted: Maret 12, 2025

Published: Maret 14, 2025

Keywords: Activities, Weighing, Weight, Toddler

Abstract: Toddler weight monitoring is a routine activity carried out by the integrated health post (posyandu). Routinely weighing toddlers means that toddler growth can be monitored intensively. The sooner it is found, the sooner cases of malnutrition or severe malnutrition will be handled. Data from the Ministry of Health shows that 65% of active integrated health posts in Indonesia have not reached the national target of 80%. The purpose of this activity is to optimize integrated health post activities. This community service activity has an influence on increasing mothers' knowledge of the importance of monthly weighing of toddlers.

Abstrak

Kegiatan penimbangan berat badan pada balita merupakan kegiatan yang rutin dilakukan oleh di posyandu. Rutin menimbang balita, maka pertumbuhan balita dapat dipantau secara intensif. Semakin cepat ditemukan, kasus gizi kurang atau gizi buruk akan semakin cepat ditangani. Data Kemenkes terdapat 65% posyandu di Indonesia yang aktif belum mencapai target nasional yaitu 80%. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengoptimalkan kegiatan posyandu. Kegiatan pengabdian masyarakat ini terdapat pengaruh peningkatan pengetahuan ibu terhadap pentingnya penimbangan berat badan balita setiap bulannya.

Kata kunci: Kegiatan, Penimbangan, Berat Badan, Balita

1. LATAR BELAKANG

Penimbangan balita setiap bulan merupakan langkah penting dalam memantau pertumbuhan dan perkembangan anak secara berkala. Kegiatan ini dilakukan di posyandu, puskesmas, atau fasilitas kesehatan lainnya untuk memastikan balita tumbuh dengan optimal. Penimbangan rutin ini dilakukan mulai dari usia 1 bulan hingga 5 tahun untuk mendeteksi dini masalah kesehatan atau gizi pada anak, sehingga intervensi yang tepat dapat segera dilakukan (Supariasa, Bakri, & Fajar, 2020).

Hasil penimbangan dicatat dalam Kartu Menuju Sehat (KMS) atau Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Grafik pada KMS digunakan untuk memantau apakah berat badan balita naik sesuai dengan standar pertumbuhan yang telah ditetapkan. Garis pertumbuhan yang naik menunjukkan perkembangan yang baik, sedangkan garis mendatar atau menurun menjadi tanda adanya masalah gizi pada balita. Hal ini membantu tenaga kesehatan dan orang tua memantau status kesehatan anak secara menyeluruh (Almatsier, 2021).

Manfaat penimbangan balita setiap bulan sangat besar, termasuk pemantauan pertumbuhan, pencegahan gizi buruk, dan memastikan kelengkapan imunisasi. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi momen edukasi bagi orang tua mengenai pola makan sehat, pola asuh, dan kesehatan balita secara umum. Dengan demikian, penimbangan bulanan membantu meningkatkan pengetahuan orang tua tentang pentingnya kesehatan anak (Santoso, 2019).

Gizi buruk pada balita terdiri dari beberapa jenis, di antaranya kwashiorkor dan marasmus. Kwashiorkor ditandai dengan edema (pembengkakan), perubahan warna rambut, dan wajah sembab. Sedangkan marasmus ditandai dengan tubuh sangat kurus, wajah seperti orang tua, dan kulit keriput. Kedua kondisi ini memerlukan penanganan segera karena dapat berdampak pada perkembangan fisik dan mental anak. Dengan rutin menimbang balita, masalah seperti ini dapat dideteksi lebih awal dan ditangani dengan baik (Sulistyoningsih, 2020).

2. KAJIAN TEORITIS

Penimbangan merupakan salah satu kegiatan utama program perbaikan gizi yang menitik beratkan pada pencegahan dan peningkatan keadaan gizi anak. Penimbangan terhadap bayi dan balita yang merupakan upaya masyarakat memantau pertumbuhan dan perkembangannya. Partisipasi masyarakat dalam penimbangan tersebut digambarkan dalam perbandingan jumlah balita yang ditimbang (D) dengan jumlah balita seluruhnya (S). Semakin tinggi partisipasi masyarakat dalam penimbangan, maka semakin banyak pula data yang dapat menggambarkan status gizi balita. Banyak hal yang dapat mempengaruhi tingkat pencapaian partisipasi masyarakat dalam penimbangan, antara lain tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan masyarakat tentang kesehatan dan gizi, faktor ekonomi dan sosial budaya. Dari data yang ada menggambarkan bahwa pedesaan dan perkotaan tidak memperlihatkan perbedaan yang menyolok dalam partisipasi masyarakat tetapi yang sangat berpengaruh adalah faktor ekonomi dan sosial budaya.

Antara usia 0 dan 6 bulan berat bayi bertambah 682g/bulan. Berat badan lahir bayi meningkat 2 kali ketika usia 5 bulan. Berat badan rata-rata bayi usia 6 bulan adalah 7,3 kg. Antara usia 6 dan 12 bulan berat badan bayi bertambah 341g/bulan. Berat badan rata-rata bayi usia 12 bulan adalah 9,8 kg. (Pediatri, 2020).

Faktor-Faktor yang Merupakan Pengetahuan Ibu Terhadap Pentingnya Penimbangan Berat Badan Bayi/Balita Secara Rutin

a. Tingkat Pendidikan

Pendidikan yang tinggi dipandang perlu bagi kaum wanita, karena tingkat pendidikan yang tinggi maka mereka dengan mudah mendapatkan solusi tentang kesehatan mereka, dibandingkan dengan seorang wanita yang pendidikannya sangat rendah. Pendidikan adalah upaya atau pembelajaran kepada masyarakat atau melakukan tindakan praktek untuk memelihara mengatasi masalah-masalah, dan meningkatkan kesehatannya (Notoatmodjo, 2022).

Pada pertengahan tahun 2007 masih banyak penduduk Indonesia yang masih buta huruf dan sekolah dasar, sedangkan pada tahun 2006 penduduk usia lebih dari 10 tahun yang berpendidikan kondisi ini menunjukkan tentang taraf pendidikan perempuan belum setara. dikarenakan terbentuk dari masyarakat. Tingkat pendidikan turut pula menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh. pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang semakin baik pula pengetahuannya. Sebagian besar ibu tingkat pendidikan tertinggi adalah SLTA, yaitu sebesar 55,3%. Pendidikan yang baik belum tentu menjamin bahwa ibu balita mengerti tentang penimbangan (Hary, 2023) Segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat. Pendidikan juga merupakan suatu proses yang menumbuhkan sikap yang lebih tanggap terhadap perubahan-perubahan atau ide-ide baru. Pendidikan ibu juga akan mempengaruhi pengetahuan ibu terhadap pentingnya penimbangan dalam pertumbuhan bayi/balita. (Notoatmodjo, 2022)

b. Umur

Umur adalah lamanya seseorang hidup dihitung dari tahun lahirnya. Umur adalah variabel yang selalu diperhatikan didalam penyelidikan-penyelidikan epidemiologi. Angka-angka kesakitan maupun kematian didalam hampir semua keadaan menunjukkan hubungan dengan umur (Notoatmodjo, 2022) Berdasarkan umur perkembangan bayi yaitu:

1. 0-12 bulan.
2. 1-3 tahun
3. 3-5 tahun

Jika pendidikan yang diharapkan mempunyai kemampuan untuk mandiri dan meningkatkan taraf hidup dan kesehatannya (Widyastuti, 2020). Sedangkan pendapat Abu Ahmadi mengatakan bahwa bertambahnya umur seseorang dapat berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang diperolehnya, akan tetapi pada umur tertentu kemampuan

untuk menerima atau mengingat sesuatu pengetahuan akan berkurang (Ahmadi, 2021). Lamanya hidup dalam tahun yang dihitung sejak dilahirkan. Jika dihubungkan dengan pengetahuan ibu dengan bertambahnya umur ibu, maka akan semakin banyak pengalaman yang diperoleh sehingga pada akhirnya dapat meningkatkan pengetahuan ibu. Dalam kaitannya dengan asupan gizi dalam pertumbuhan balita, maka dengan semakin bertambahnya umur, akan semakin banyak pengalaman (Notoatmodjo, 2022).

c. Pekerjaan

Merupakan kegiatan formal yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Dilihat dari segi pekerjaan, mengemukakan bahwa pekerjaan/pendapatan keluarga akan menunjang perkembangan anak karena orang tua dapat menyediakan semua kebutuhan anak baik yang primer maupun sekunder. Pekerjaan yang ditekuni seorang ibu memiliki hubungan mendatangkan pengetahuan tentang suatu hal baru baik yang berhubungan dengan pekerjaan itu sendiri maupun mengenai hal-hal yang lain. (Notoatmodjo, 2022)

Pendapatan keluarga yang memadai akan menunjang tumbuh kembang anak. Karena orang tua dapat menyediakan semua kebutuhan anak baik yang primer maupun yang sekunder (Soetjiningsih, 2021). Pada keluarga dengan keadaan sosial ekonomi yang kurang, jumlah anak yang banyak akan mengakibatkan selain kurangnya kasih sayang dan perhatian anak, juga kebutuhan primer seperti makanan, sandang dan perumahanpun tidak terpenuhi oleh karena itu keluarga berencana tetap diperlukan. Hal tersebut mempengaruhi kurangnya asupan makanan yang mengandung gizi tinggi untuk diberikan kepada balita sebesar 68,08% asupan makanan yang diberikan tergolong kurang.

d. Paritas

Paritas mempunyai hubungan yang erat dengan pengetahuan dan pengalaman seorang wanita dalam menjalankan proses kehamilan, karena kehamilan merupakan proses alami dan normal, seorang wanita akan mengalami sekali, duakali, bahkan berkali-kali dalam kehidupannya, setiap ibu mempunyai pengalaman yang berbeda-beda. Pada seorang wanita yang pernah melakukan penimbangan berat badan bayi/balita, maka lebih baik dari pada ibu yang jarang melakukan penimbangan berat badan bayi/balita (Arikunto, 2020).

Laju kelahiran yang tinggi berkaitan dengan kejadian kurang gizi, karena jumlah pangan yang tersedia untuk suatu keluarga yang besar mungkin cukup untuk keluarga yang besarnya setengah dari keluarga tersebut. Akan tetapi tidak cukup untuk mencegah gangguan gizi pada keluarga yang besar tersebut. Pada survey didapatkan 1 keluarga yang memiliki 1 balita dan jarak usianya dengan anak sebelumnya 10 tahun sebesar 95,7%. Dalam hal ini dapat diasumsikan bahwa jumlah balita dan jarak usia dengan anak

sebelumnya tidak berpengaruh terhadap rendahnya angka keberhasilan penimbangan (Suhardjo, 2022).

e. Sumber Informasi

Sumber informasi mempengaruhi baik dari orang atau media informasi. Informasi dari orang yaitu dari keluarga, teman. Adapun dari tenaga kesehatan yaitu mendapatkan penyuluhan tentang gizi dari kader posyandu sebesar 68,1%. Hampir sebagian besar ibu balita tingkat pengetahuan tentang posyandu baik yaitu 89,36%. Hal ini menunjukkan ibu balita mengerti manfaat penimbangan berat badan pada bayi/balita secara rutin (Notoatmodjo, 2021). Sedangkan Widyastuti mengatakan bahwa dengan kemajuan teknologi maka semakin mudah para ibu hamil mendapat informasi tentang kesehatan. Jika ibu hamil hanya mendapat informasi dari orang tua itu sangat kurang karena pengetahuan selalu berkembang sehingga ibu hamil sulit memahaminya (Widyastuti, 2020).

Sumber adalah semua bentuk informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan ibu. Sumber informasi kesehatan biasanya berasal dari petugas kesehatan maupun media massa. Pada umumnya cara yang dilakukan oleh petugas kesehatan adalah melakukan sosialisasi tentang pemakaian produk-produk baru kesehatan. Sedangkan sumber informasi melalui media cetak, sumber informasi kesehatan yang tepat mempunyai peranan yang besar dalam meningkatkan pengetahuan individu atau seseorang untuk menerapkan informasi yang ada dalam kehidupan sehari-hari (Notoatmodjo, 2022).

Cara Menimbang Balita yang benar

Cara menimbang balita adalah dengan meletakkan balita di atas timbangan yang sudah dikalibrasi, lalu menunggu jarum timbangan berhenti. Hasil pengukurannya kemudian dicatat.

Berikut cara menimbang balita dengan menggunakan dacin yang biasa menggunakan istilah 9 (Sembilan) langkah penimbangan:

Langkah 1:

Gantungkan dacin pada dahan pohon, palang rumah atau penyanggah khusus yang sudah dibuat sebelumnya, serta pasang tali pengaman di ujungnya batangan dacin. Pastikan posisi batang dacin harus sejajar dengan mata orang yang akan membaca hasil penimbangan

Periksa apakah dacin sudah tergantung kuat. Cara untuk memeriksanya adalah dengan cara menarik dacin kuat-kuat ke bawah. Hal tersebut sangat penting karena berhubungan dengan keselamatan balita yang akan ditimbang. Jika dacin tidak tergantung kuat dan terjadi kejadian dimana dacin terlepas dan menimpa balita yang ditimbang, maka hal tersebut akan berhubungan dengan hukum dan pihak yang berwajib.

Langkah 3:

Geser bandul dacin pada angka nol

Langkah 4:

Pasang sarung tangan timbang

Langkah 5:

Seimbangkan dacin dengan cara menggantung kantong (bisa terbuat dari kantong plastik atau kain yang dibuat khusus) yang berisi pasir di ujungnya batang dacin. Penggunaan pasir maksudnya agar proses penyeimbangan dapat dilakukan dengan mudah, jika tidak ada pasir, beras atau jagung juga boleh.

Langkah 6:

Masukkan balita ke dalam sarung timbang dan seimbangkan dacin. Hal-hal yang perlu di perhatikan sebelum anda memasukan balita ke dalam sarung timbang ialah memastikan pakaian yang digunakan anak seminimal mungkin. melepaskan topi (jika menggunakan topi), sepatu, kaos kaki, pempers, dll. Tindakan tersebut bertujuan agar barang-barang tersebut tidak Mempengaruhi berat badan balita yang sebenarnya. Pada bagian ini dibutuhkan keterampilan dan kesabaran seorang Kader Posyandu untuk membaca hasil penimbangan, karena umumnya balita akan meronta dan membuat dacin sulit untuk diseimbangkan.

Langkah 7:

Tentukan berat badan balita dengan membaca angka yang terdapat pada ujung pita geser.

Langkah 8:

Catat hasil penimbangan

Langkah 9:

Geser kembali bandul geser ke angka nol, letakkan batang dacin pada tali pengaman, selanjutnya keluarkan anak pada sarung timbang.

 **UPT PUSKESMAS PASUNDAN**
Jl. Pasundan No. 104 - Garut
Email : puskesmaspasundan01@gmail.com 

9 LANGKAH PENIMBANGAN



Langkah 1
Gantungkan dacin bisa pada dahan pohon, palang rumah, atau penyanggah kaki tiga



Langkah 2
Periksalah apakah dacin sudah tergantung kuat. Tarik batang dacin kebawah kuat-kuat



Langkah 3
Sebelum dipakai, letakan bandul geser pada angka 0 (nol) Batang dacin dikaitkan dengan tali pengaman.



Langkah 4
Pasanglah celana timbangan kotak timbangan atau sarung timbangan yang kosong pada dacin. Ingat letakan bandul geser harus pada angka 0 (nol)



Langkah 5
Seimbangkan dacin yang sudah dibebani celana timbangan, kotak timbangan atau sarung timbangan, dengan cara memasukan pasir kedalam kantong plastik.



Langkah 6
Anak ditimbang dan seimbangkan dacin.



Langkah 7
Tentukan berat badan anak dengan membaca angka diujung bandul geser



Langkah 8
Catat hasil penimbangan diatas pada secarik kertas

Langkah 9
Geserlah bandul ke angka 0 (nol) letakan batang dacin dalam tali pengaman setelah itu bayi atau anak dapat diturunkan

Gambar 1

3. METODE PENELITIAN

Kegiatan ini diikuti oleh keluarga/ Ibu yang memiliki bayi dan balita di desa Bung Bak Jok Kecamatan Aceh Besar. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 08 November 2024.

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan menggunakan beberapa tahapan yaitu :

1. Tahapan persiapan dimulai dari koordinasi dengan Kepala Desa Bung Bak Jok mengenai kesepakatan waktu kegiatan pelaksanaan serta tempat pelaksanaan yaitu di meunasah desa Bung Bak Jok, Khalayak sasaran yaitu keluarga/Ibu yang membawa bayi. Selanjutnya persiapan materi yang akan dijelaskan oleh pemateri serta menyiapkan media (Leptop, Proyektor/Infocus).
2. Tahap pelaksanaan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 08 November 2024 di meunasah desa Bung Bak Jok. Adapun tahap pertama diawali dengan membagikan kuesioner pre tes kepada keluarga/ibu yang hadir terkait dengan pengetahuan tentang menimbang berat badan setiap bulan, selanjutnya menyampaikan materi dan setelah selesai memberikan lembar kuesioner kembali untuk melihat hasil post test.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan tanggal 08 November 2024 di desa Bung Bak Jok Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan oleh dosen dan mahasiswa. Sasaran pada kegiatan ini adalah keluarga dan Ibu-Ibu desa Bung Bak Jok Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar.

Kegiatan dimulai pukul 09.00 Wib sampai dengan selesai, adapun rangkaian kegiatan dimulai dengan absensi peserta, pembagian pre test, pembukaan oleh Mc, sambutan dari Geucik, sambutan dari dosen, pemaparan materi tentang menimbang berat badan balita setiap bulan dan diakhiri dengan post test.

Kegiatan edukasi dan tanya jawab berjalan dengan lancar dengan suasana kondusif, keluarga dan ibu yang membawa balita sangat semangat dalam memperhatikan penjelasan terkait menimbang berat badan.

Hasil pemberian pendidikan dan pengetahuan tentang timbang berat badan pada keluarga dan ibu-ibu dengan baik oleh masyarakat Desa Bung Bak Jok, kemudian beberapa orantua mengajukan pertanyaan berdasarkan materi tentang penimbangan berat badan.



Gambar 2



Gambar 3



Gambar 4

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dapat disimpulkan bahwa pemahaman keluarga dan ibu di desa Bung Bak Jok terhadap pengertian, tujuan, dan prosedur menimbang balita setiap bulan telah meningkat. Keluarga dan ibu di desa ini kini lebih memahami pentingnya menimbang balita secara rutin setiap bulan untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu, mereka juga semakin menyadari tujuan dari kegiatan tersebut, yakni untuk mendeteksi masalah kesehatan atau gizi sejak dini, serta memahami prosedur yang benar dalam menimbang balita agar mendapatkan hasil yang akurat dan bermanfaat bagi kesehatan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Abulyatama yang telah memberikan dukungan dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu kepada Program Studi Diploma Tiga keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Abulyatama dan kepada Kepala Desa serta seluruh Masyarakat Desa Bung Bak Jok atas kerjasama dalam pengabdian ini.

DAFTAR REFERENSI

- Almatsier, S. (2021). Prinsip dasar ilmu gizi. Gramedia Pustaka Utama.
- Notoatmodjo, S. (2022). Keperawatan pediatrik. EGC.
- Notoatmodjo, S. (2022). Metodologi penelitian kesehatan. PT Rineka Cipta.
- Santoso, S. (2019). Pencegahan masalah gizi pada balita. Alfabeta.
- Suhardjo, P. (2022). Penimbangan berat badan pada bayi/balita. EGC.
- Sulistyoningsih, H. (2020). Gizi untuk kesehatan ibu dan anak. Graha Ilmu.
- Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2020). Penilaian status gizi. EGC.
- Widyastuti, D. (2020). Buku panduan perawatan bayi. EGC.