



Pemeriksaan Fisik Anak Dengan Pengukuran Tinggi Badan Dan Berat Badan Di Bukit Doa Taman Getsmane

Harsudianto Silaen^{1*}, Dior Manta Tambunan², Rostime Hermayerni Simanullang³, Lam Murni Sagala⁴, Erwin Handoko⁵

¹⁻⁵Universitas Murni Teguh, JL. Kapten Sihombing, Medan Estate

*Korespondensi : antosilaen4@gmail.com

Riwayat Artikel:

Dikirim: 13 November 2025

Direvisi 15 November 2025

Diterima: 20 November 2025

Abstrak:

Gagal tumbuh pada balita yang berisiko menyebabkan anak mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berfokus pada isu pentingnya deteksi dini pertumbuhan dan perkembangan anak melalui pemeriksaan fisik dasar, khususnya pengukuran tinggi badan dan berat badan. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan kesadaran orang tua dan guru mengenai pentingnya pemantauan status gizi serta memberikan edukasi tentang upaya pencegahan gangguan pertumbuhan pada anak. Metode yang digunakan meliputi pendekatan partisipatif dengan pemeriksaan langsung oleh tenaga kesehatan, penyuluhan interaktif, serta pencatatan hasil dalam kartu pemantauan tumbuh kembang. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai status gizi anak, serta ditemukan beberapa anak dengan indikasi gizi kurang, gizi baik dan gizi baik (pendek) dan lebih yang kemudian mendapat tindak lanjut. Kegiatan ini berkontribusi terhadap peningkatan kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan dan keseimbangan gizi anak secara berkelanjutan.

Kata Kunci:

Berat Badan Anak, Pemeriksaan Fisik, Pengukuran Tinggi Badan,

Pendahuluan

Pemeriksaan fisik merupakan salah satu komponen penting dalam penilaian kesehatan anak secara menyeluruh. Salah satu aspek dasar dari pemeriksaan fisik adalah pengukuran antropometri, yang mencakup tinggi badan dan berat badan. Pengukuran ini sangat penting untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak, serta untuk mendeteksi secara dini adanya kelainan nutrisi seperti gizi kurang, gizi lebih, atau gangguan pertumbuhan lainnya. Tinggi badan dan berat badan merupakan indikator utama dalam menilai status gizi anak dan dibandingkan dengan standar pertumbuhan. Dengan pengukuran yang dilakukan secara berkala dan tepat,

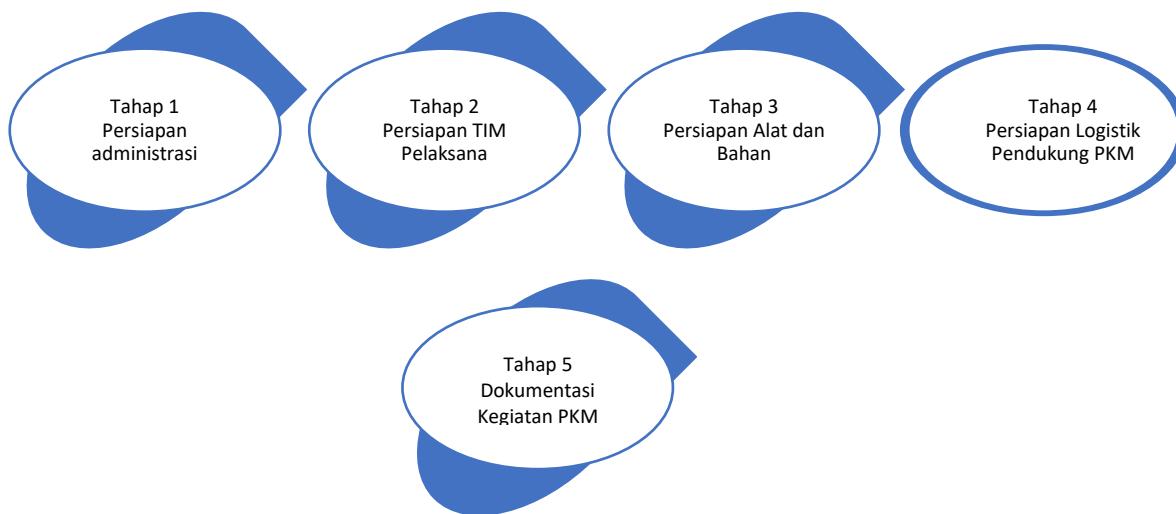
tenaga kesehatan dapat mengevaluasi apakah anak tumbuh sesuai dengan kurva pertumbuhan yang seharusnya. Selain itu, data ini juga menjadi dasar untuk perencanaan intervensi gizi dan kesehatan yang sesuai. Oleh karena itu, pemahaman tentang teknik yang benar dalam melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan, serta interpretasi hasilnya, sangat diperlukan oleh tenaga medis dan petugas kesehatan anak (Budiman et al., 2021).

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan indikator penting dalam menilai status kesehatan secara umum. Salah satu cara untuk memantau pertumbuhan anak adalah melalui pemeriksaan fisik rutin yang mencakup pengukuran tinggi badan dan berat badan. Kedua parameter ini termasuk dalam pengukuran antropometri yang digunakan secara luas dalam praktik medis dan kesehatan masyarakat untuk menilai status gizi serta mendeteksi adanya gangguan pertumbuhan sejak dini. Di masa pertumbuhan, anak mengalami perubahan fisik yang sangat cepat dan dinamis. Oleh karena itu, diperlukan pemantauan yang teratur agar dapat diketahui apakah anak tumbuh sesuai dengan tahapan usia dan standar yang telah ditetapkan, seperti standar dari *World Health Organization* (WHO) (Kemenkes, 2020)

Penyimpangan dari pola pertumbuhan normal bisa menjadi tanda adanya masalah kesehatan, baik berupa kekurangan gizi, kelebihan berat badan, ataupun penyakit kronis. Pengukuran tinggi badan dan berat badan yang dilakukan secara tepat dan konsisten juga berperan dalam perencanaan intervensi kesehatan dan pemenuhan kebutuhan gizi anak. Selain itu, data ini juga penting untuk tujuan epidemiologi dan kebijakan kesehatan masyarakat. Dengan demikian, pemeriksaan fisik anak melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan bukan hanya sekadar rutinitas klinis, tetapi merupakan langkah preventif dan promotif yang sangat vital dalam menjaga kesehatan dan kualitas hidup anak sejak dini (Sari & Muniroh, 2017).

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada Maret Tahun 2025. Pengabdian masyarakat ini dapat bermanfaat kepada masyarakat melalui kegiatan pengabdian masyarakat. Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini sudah melakukan assement awal di sebuah lembaga Non Pemerintah dan atas permintaan dari lembaga tersebut, kami melakukan pengabdian masyarakat ini. Tahap pertama yang kami lakukan berkomunikasi dengan pihak terkait ingin memperoleh data anak, tempat dan peralatan apa saja yang akan kami siapkan untuk kegiatan pengabdian masyarakat tersebut. Tahap kedua kami membuat surat tugas sesuai dengan permohonan kerjasama dari lembaga pemohon, tahap ketiga kami melakukan pemeriksaan fisik kepada anak balita dan tahap terakhir kami melakukan pendokumentasian. Pada kegiatan ini kami menargetkan 75 orang anak balita.



Gambar 1 Bagan Alir kegiatan PKM Pengukuran Tinggi dan Berat Badan Anak

Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan meningkatkan kesadaran orang tua, guru, dan masyarakat mengenai pentingnya pemeriksaan fisik anak secara berkala untuk memantau pertumbuhan dan status gizi. Hasil kegiatan ini menunjukkan peningkatan kesadaran orang tua dalam memantau pertumbuhan anak serta adanya tindakan tindak lanjut bagi anak dengan gangguan pertumbuhan. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya deteksi dini status gizi sebagai langkah awal pencegahan masalah kesehatan pada anak.

Tabel 1: Karakteristik responden Anak

No	Status Gizi	n	f (%)
1	Gizi Kurang	4	6
2	Gizi Baik	41	63
3	Gizi Baik (Pendek)	20	31
Total		65	100

Diskusi

Pemeriksaan fisik anak, khususnya pengukuran tinggi badan dan berat badan, merupakan komponen penting dalam pemantauan tumbuh kembang anak. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat, pemeriksaan ini dapat menjadi sarana deteksi dini terhadap masalah gizi dan gangguan pertumbuhan, serta sebagai edukasi kepada orang tua atau pengasuh mengenai pentingnya pemantauan status gizi anak secara berkala. Tinggi badan orang tua juga berpengaruh terhadap pada balita. Gen dalam kromosom yang membawa sifat pendek yang dimiliki oleh salah satu maupun kedua orang tua dengan tinggi badan pendek karena kondisi patologi (seperti defisiensi hormon pertumbuhan) akan meningkatkan peluang anak mewarisi gen tersebut dan

tumbuh tidak baik. Namun, apabila orang tua pendek akibat kekurangan gizi atau penyakit, kemungkinan anak dapat tumbuh dengan tinggi badan normal selama anak tersebut tidak terpapar faktor risiko yang lain

Manfaat dari proses edukasi sangatlah luas antara lain, meningkatkan kecerdasan, merubah kepribadian menuju akhlak yang terpuji, control diri, meningkatkan keterampilan, menambah kreativitas, dan mendidik manusia dalam bidang tertentu. dengan demikian edukasi mempunyai peranan penting dalam membentuk individu, masyarakat, dan bahkan perkembangan suatu bangsa secara keseluruhan (Gulo & Silaen).

Kegiatan pemeriksaan fisik anak dalam pengabdian masyarakat bukan hanya sebagai kegiatan teknis, melainkan juga sebagai bentuk kontribusi nyata dalam meningkatkan derajat kesehatan anak di lingkungan masyarakat. Upaya ini memperkuat kesadaran akan pentingnya pertumbuhan optimal dan pencegahan gangguan kesehatan sejak dini.



Gambar 1 Pengukuran Berat Badan



Gambar 2 Pengukuran Tinggi Badan

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang “Pemeriksaan Fisik Anak dengan Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan” yang melibatkan 65 anak sebagai sampel memberikan gambaran nyata mengenai kondisi gizi anak di wilayah pelaksanaan. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebanyak 41 anak (63,1%) memiliki status gizi baik, 20 anak (30,8%) tergolong gizi baik namun dengan tinggi badan pendek, dan 4 anak (6,1%) mengalami gizi kurang. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun sebagian besar anak memiliki status gizi yang baik, masih terdapat permasalahan pertumbuhan linear yang perlu mendapat perhatian. Melalui kegiatan ini, masyarakat menjadi lebih memahami pentingnya pemantauan rutin pertumbuhan anak serta pencegahan gangguan gizi melalui pola makan seimbang dan pemeriksaan berkala. Kegiatan ini diharapkan menjadi langkah awal dalam



meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat terhadap kesehatan dan tumbuh kembang anak.

Pengakuan

Pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik atas dukungan berbagai pihak, yaitu tim pengabdian masyarakat serta pimpinan Bukit Doa Taman Getsemane yang berperan penting dalam andil persiapan hingga pelaksanaan berjalan dengan baik. Semoga hasil pengabdian masyarakat ini bisa bermanfaat.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiman, L. A., Sari, A. S., Safitri, S. J., Prasetyo, R. D., Alyarizqina, H., Sri, I., Kasim, N. I., Mona, V., & Korwa, I. (2021). Analisis Status Gizi Menggunakan Pengukuran Indeks Massa Tubuh Dan Beban Kerja Pada Tenaga Kesehatan. *Nutrizone*, 01(1), 6–15.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Standar Antropometri Anak. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Gulo, Intan & Silaen, Harsudianto. (2025). *Pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan anak tentang pencegahan diare di sekolah dasar swasta pelangi medan*. 2, 267–281.
- Rahayu, L. S. Associated Of Height Of Parents With Changes Of Stunting Status From 6-12 Months to 3-4 Years. (Universitas Gajah Mada, 2011).
- Sari, A. R., & Muniroh, L. (2017). Hubungan Kecukupan Asupan Energi dan Status Gizi dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pekerja Bagian Produksi (Studi di PT. Multi Aneka Pangan Nusantara Surabaya). *Amerta Nutrition*, 1(4), 275. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.7127>