

PENDAMPINGAN KADER POSYANDU DALAM PENGUKURAN ANTROPOMETRI UNTUK MENDUKUNG PROGRAM MAKAN BERGIZI GRATIS (MBG) DI POSYANDU ASTER MEDAN

**Taruli Rohana Sinaga¹⁾, Sri Dearmaita Purba²⁾, Rinawati Sembiring³⁾,
Melisawati Sinaga⁴⁾, Dwi Hesti Sembiring⁵⁾**

^{1,4,5)}Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Sari Mutiara Indonesia

²⁾Program Studi D-III Keperawatan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Sari Mutiara Indonesia

³⁾Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Sari Mutiara Indonesia
taruli71@yahoo.co.id

Abstract

Nutritional problems among children under five remain a major public health challenge in Indonesia, highlighting the importance of regular nutritional status monitoring through accurate anthropometric measurements. The success of these activities largely depends on the competence of Posyandu (Integrated Health Service Post) cadres, particularly in supporting the implementation of the Free Nutritious Meal Program (Makan Bergizi Gratis/MBG). This community service program aimed to improve the knowledge and practical skills of Posyandu cadres in conducting anthropometric measurements according to the standards established by the Indonesian Ministry of Health. The program was conducted in June 2026 at Aster Posyandu, Medan, using a direct mentoring approach combined with hands-on practice and skills evaluation. The activities included preparation, demonstration of standardized anthropometric measurement techniques, practical sessions on measuring body weight, body length/height, head circumference, and mid-upper arm circumference (MUAC), recording of measurement results, and evaluation of cadres' competencies using an observation checklist. The results showed that all participating cadres were able to perform anthropometric measurements correctly according to standard procedures. In addition, valid anthropometric data were successfully collected from 20 children under five, providing essential information for growth monitoring and nutritional status assessment. The mentoring program also enhanced the cadres' ability to operate anthropometric equipment, accurately record measurement results, and interpret nutritional status, enabling them to identify children requiring further nutritional monitoring. This community service activity contributed to improving the quality of Posyandu services by strengthening cadres' competencies and generating accurate anthropometric data to support evidence-based growth monitoring and the effective implementation of the Free Nutritious Meal Program (MBG).

Keywords: anthropometry, community service, children under five, Posyandu cadres, Free Nutritious Meal Program (MBG).

Abstrak

Permasalahan gizi pada balita masih menjadi tantangan dalam pembangunan kesehatan di Indonesia sehingga diperlukan pemantauan status gizi secara berkala melalui pengukuran antropometri yang akurat. Keberhasilan kegiatan tersebut sangat dipengaruhi oleh kompetensi kader Posyandu, terutama dalam mendukung implementasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu dalam melakukan pengukuran antropometri sesuai standar Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pengabdian dilaksanakan pada Juni 2026 di Posyandu Aster Medan dengan metode pendampingan melalui praktik langsung dan evaluasi keterampilan. Tahapan kegiatan meliputi persiapan, demonstrasi teknik pengukuran, praktik pengukuran berat badan, tinggi/panjang badan, lingkar kepala, dan lingkar lengan atas (LiLA), pendampingan pencatatan hasil, serta evaluasi kemampuan kader menggunakan lembar observasi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa seluruh kader mampu melakukan pengukuran

antropometri sesuai prosedur standar. Selain itu, diperoleh data antropometri yang valid dari 20 balita sebagai dasar pemantauan pertumbuhan dan evaluasi status gizi. Pendampingan juga meningkatkan kemampuan kader dalam menggunakan alat ukur, melakukan pencatatan, serta menginterpretasikan hasil pengukuran sehingga mampu mengidentifikasi balita yang memerlukan pemantauan lebih lanjut. Kegiatan ini memberikan kontribusi terhadap peningkatan kualitas pelayanan Posyandu dan menghasilkan data antropometri yang akurat sebagai dasar monitoring pertumbuhan balita serta mendukung pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) secara lebih tepat sasaran.

Keywords: antropometri, kader Posyandu, balita, pendampingan, Makan Bergizi Gratis (MBG).

PENDAHULUAN

Masalah gizi menjadi salah satu prioritas pembangunan kesehatan di Indonesia karena berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia dan pencapaian pembangunan nasional. permasalahan gizi tersebut meliputi gizi kurang, gizi buruk, stunting, wasting, underweight, overweight, dan obesitas yang dapat terjadi pada berbagai kelompok sasaran, mulai dari bayi, balita, anak usia sekolah, remaja, hingga ibu hamil (Kemenkes RI, 2023).

Permasalahan tersebut dapat menghambat pertumbuhan fisik, perkembangan otak, menurunkan daya tahan tubuh, mengurangi kemampuan belajar, serta berdampak pada produktivitas dan kualitas hidup di masa mendatang. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanggulangan masalah gizi perlu dilakukan secara komprehensif melalui kegiatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif, yang didukung dengan pemantauan status gizi secara berkala menggunakan indikator antropometri (Kemenkes RI, 2024).

Pengukuran antropometri merupakan metode yang paling banyak digunakan dalam penilaian status gizi karena bersifat sederhana, mudah diterapkan, relatif murah, dan memiliki tingkat akurasi yang baik apabila dilakukan sesuai standar. Indikator antropometri yang meliputi berat badan

(BB), tinggi badan atau panjang badan (TB/PB), lingkar kepala (LK), dan lingkar lengan atas (LiLA) telah direkomendasikan sebagai standar dalam pemantauan pertumbuhan anak dan penilaian status gizi (Kemenkes RI, 2023).

Di Indonesia, pemantauan pertumbuhan dan perkembangan masyarakat dilaksanakan secara rutin melalui Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) sebagai salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM). Posyandu berperan dalam menyelenggarakan pelayanan kesehatan yang bersifat promotif dan preventif, termasuk pemantauan pertumbuhan bayi, balita, anak, remaja, ibu hamil, dan kelompok sasaran lainnya. Salah satu kegiatan utama Posyandu adalah pemantauan status gizi melalui pengukuran antropometri yang bertujuan untuk mendeteksi secara dini masalah gizi serta memantau pertumbuhan sasaran secara berkala (Kemenkes RI., 2024)

Keberhasilan pelaksanaan Posyandu sangat dipengaruhi oleh kompetensi kader dalam melakukan pengukuran antropometri. Menurut penelitian (Rusyantia, A., Putri, S., & Temenggung, M. S. A., 2024) menunjukkan bahwa kader masih mengalami kendala dalam menerapkan teknik pengukuran yang benar, menggunakan alat ukur sesuai standar, melakukan pencatatan hasil, serta

menginterpretasikan status gizi. Oleh karena itu, pelatihan dan pendampingan kader secara berkelanjutan menjadi strategi yang diperlukan untuk meningkatkan kompetensi kader dalam menghasilkan data antropometri yang akurat.

Saat ini pemerintah Indonesia melalui Badan Gizi Nasional (BGN) melaksanakan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebagai salah satu program prioritas nasional dalam meningkatkan kualitas gizi masyarakat. Program ini ditujukan untuk mendukung pemenuhan kebutuhan gizi peserta didik, balita, ibu hamil, dan ibu menyusui sebagai upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia Indonesia. Keberhasilan implementasi Program MBG memerlukan sistem monitoring dan evaluasi yang didukung oleh data antropometri yang akurat sehingga perubahan status gizi penerima manfaat dapat dipantau secara objektif (Badan Gizi Nasional, 2025).

Data antropometri yang akurat hanya dapat diperoleh apabila pengukuran dilakukan sesuai standar operasional oleh tenaga yang kompeten. Oleh karena itu, peningkatan kapasitas kader Posyandu melalui kegiatan pendampingan menjadi sangat penting. Pendampingan tidak hanya meningkatkan pengetahuan kader mengenai konsep antropometri, tetapi juga memperkuat keterampilan praktis dalam penggunaan alat ukur, teknik pengukuran yang benar, pencatatan hasil, dan interpretasi status gizi sehingga kualitas data yang dihasilkan menjadi lebih baik (Kemenkes RI., 2022).

Perguruan tinggi memiliki tanggung jawab dalam melaksanakan Tri Dharma melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berorientasi pada pemberdayaan masyarakat. Salah satu bentuk

implementasinya adalah pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yaitu melalui pendampingan kader Posyandu dalam pengukuran antropometri untuk meningkatkan kualitas pelayanan Posyandu sekaligus mendukung keberhasilan Program Makan Bergizi Gratis (MBG).

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Aster Medan pada Juni 2026. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan menggunakan metode pendampingan kepada kader Posyandu untuk memperoleh peningkatan pengetahuan dan keterampilan melalui praktik langsung pengukuran antropometri yang didampingi oleh tim pengabdian. Pendampingan dilaksanakan secara sistematis agar kader mampu melakukan pengukuran antropometri sesuai dengan Standar Antropometri Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sehingga menghasilkan data yang akurat dalam mendukung pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Pelaksanaan kegiatan terdiri atas beberapa tahapan sebagai berikut.

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan Puskesmas, pengelola Posyandu, dan kader Posyandu mengenai waktu, tempat, serta teknis pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya tim pengabdian menyiapkan alat antropometri, materi pendampingan, lembar observasi keterampilan, serta instrumen evaluasi.

2. Tahap Pendampingan Melalui Praktik Langsung

Pendampingan dilaksanakan melalui praktik langsung di lokasi Posyandu. Tim pengabdian terlebih

dahulu memperagakan teknik pengukuran antropometri sesuai Standar Antropometri Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Selanjutnya setiap kader melakukan praktik pengukuran secara bergantian dengan menggunakan alat antropometri yang tersedia. Praktik meliputi: pengukuran berat badan (BB); pengukuran tinggi badan atau panjang badan (TB/PB); pengukuran lingkaran kepala (LK); pengukuran lingkaran lengan atas (LiLA); pencatatan hasil pengukuran; dan interpretasi status gizi berdasarkan standar antropometri. Selama praktik berlangsung, tim pengabdian memberikan pendampingan secara langsung kepada setiap kader, mengoreksi apabila terdapat kesalahan teknik pengukuran, penggunaan alat, posisi sasaran, maupun pencatatan hasil sehingga kader memperoleh pengalaman belajar yang sesuai dengan prosedur standar.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui peningkatan kemampuan kader setelah mengikuti pendampingan. Keterampilan kader dinilai melalui observasi langsung menggunakan daftar tilik yang meliputi: ketepatan penggunaan alat antropometri; ketepatan teknik pengukuran; ketepatan membaca hasil pengukuran; ketepatan pencatatan hasil; dan ketepatan interpretasi status gizi.

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Posyandu Aster Medan telah dilaksanakan melalui metode praktik langsung dan evaluasi keterampilan kader. Kegiatan melibatkan kader Posyandu, dosen, mahasiswa pendamping, dan ibu balita.



Gambar 1. Foto Bersama Kade Posyandu Aster Medan

Berdasarkan dokumentasi kegiatan, seluruh kader mengikuti praktik pengukuran secara langsung dengan menggunakan alat antropometri standar yang tersedia di Posyandu. Mahasiswa berperan sebagai pendamping dalam proses pengukuran dan pencatatan data, sedangkan dosen melakukan supervisi terhadap ketepatan teknik pengukuran. Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat meliputi:

1. Observasi pelaksanaan Posyandu.
2. Pendampingan kader dalam pengukuran berat badan (BB).
3. Pendampingan pengukuran panjang/tinggi badan (PB/TB).
4. Pengukuran lingkaran kepala (LK).
5. Pengukuran lingkaran lengan atas (LiLA).
6. Pencatatan hasil pengukuran pada buku register Posyandu.
7. Diskusi dan evaluasi hasil pengukuran bersama kader.



Gambar 2. Pendampingan Kader Posyandu Aster

Berdasarkan pendampingan teknis yang dilakukan pada bulan Juni 2026, diperoleh data antropometri yang valid dari 20 balita penerima layanan di Posyandu Aster Medan. Berikut adalah rekapitulasi data hasil pengukuran lapangan:

Tabel 1. Hasil Pengukuran Antropometri

No	Nama Bayi/Balita	Umur	BB (kg)	TB (cm)	LK (cm)	LILA
1	Bayi S	3 bulan	6	64	37	14
2	Bayi A	4 bulan	6	63	39	13
3	Bayi S	11 bulan	8	78	43	15
4	Bayi A	9 bulan	8	68	44	14
5	Bayi P	9 bulan	6	70	43	13
6	Bayi M	3 minggu	4	53	35	13
7	Bayi N	5 bulan	7	68	43	15
8	Bayi R	7 bulan	8	68	41	15
9	Bayi A	10 bulan	8	73	44	12
10	Bayi K	9 bulan	9	74	43	14
11	Bayi S	3 bulan	5	60	37	13
12	Bayi M	1 bulan	4	55	36	12
13	Bayi C	1 tahun	9	81	44	14
14	Balita A	2 tahun	12	88	47	16
15	Balita Y	3 tahun	15	98	48	18
16	Bayi S	4 bulan	6	61	41	12
17	Bayi A	3 bulan	6	60	41	14
18	Bayi S	10 bulan	8	72	46	13
19	Bayi A	6 bulan	6	64	42	15
20	Balita S	2 tahun	12	89	49	18

Hasil monitoring visual dan sebaran data menunjukkan keragaman fase pertumbuhan balita yang sangat dinamis, mulai dari usia neonatus/beberapa minggu seperti bayi M usia 3 minggu, BB 4 kg) hingga usia balita seperti Balita Y 3 tahun, BB 15 kg. Sebagian besar balita berada pada rentang usia kritis 1-12 bulan, yang merupakan periode emas (*window of opportunity*) untuk pencegahan stunting permanen.

Pembahasan

Kegiatan pendampingan kader Posyandu dalam pengukuran antropometri di Posyandu Aster Medan menunjukkan hasil yang baik. Seluruh balita yang menjadi sasaran kegiatan berhasil dilakukan pengukuran antropometri secara lengkap meliputi berat badan (BB), panjang/tinggi badan (PB/TB), lingkar kepala (LK), dan lingkar lengan atas (LiLA). Keberhasilan tersebut menunjukkan bahwa kader mampu menerapkan prosedur pengukuran sesuai standar setelah memperoleh pendampingan

melalui praktik langsung dari tim pengabdian.

Selain meningkatkan keterampilan kader, kegiatan ini menghasilkan data antropometri yang dapat digunakan sebagai dasar pemantauan pertumbuhan balita. Berdasarkan hasil pengukuran terhadap 20 balita diperoleh rata-rata berat badan sebesar 7,95 kg, rata-rata panjang/tinggi badan 70,35 cm, rata-rata lingk kepala 41,65 cm, dan rata-rata LiLA 14 cm. Hasil tersebut menggambarkan adanya variasi pertumbuhan sesuai kelompok umur. Meskipun sebagian besar balita menunjukkan pertumbuhan yang sesuai dengan usianya, masih ditemukan beberapa balita dengan indikator antropometri yang relatif lebih rendah dibandingkan balita seusianya.

Melalui pendampingan ini, kader Posyandu Aster mampu mengidentifikasi balita yang memerlukan perhatian lebih dalam pemantauan status gizi. Sebagai contoh, balita P yang berusia 9 bulan memiliki berat badan 6 kg, sedangkan bayi K yang berusia sama memiliki berat badan 9 kg. Selain itu, beberapa balita juga memiliki nilai LiLA 12–13 cm sehingga memerlukan pemantauan pertumbuhan secara berkala. Kemampuan kader dalam mengidentifikasi variasi pertumbuhan tersebut merupakan salah satu luaran penting dari kegiatan pengabdian, karena kader tidak hanya melakukan pengukuran, tetapi juga mampu mengenali balita yang berisiko mengalami gangguan pertumbuhan untuk selanjutnya dilakukan pemantauan dan rujukan bila diperlukan.

Data antropometri yang diperoleh selama pendampingan menjadi informasi yang sangat penting dalam mendukung implementasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Data tersebut dapat digunakan untuk

mengidentifikasi kelompok sasaran yang membutuhkan perhatian khusus, sehingga pemberian makanan bergizi tidak hanya dilakukan secara merata, tetapi juga disesuaikan dengan kondisi pertumbuhan masing-masing balita. Dengan demikian, hasil pengukuran antropometri dapat menjadi dasar dalam penyusunan rekomendasi kebutuhan energi, protein, dan zat gizi mikro yang lebih spesifik guna mendukung proses kejar tumbuh (*catch-up growth*) pada balita yang mengalami perlambatan pertumbuhan.

Temuan ini sejalan dengan hasil pengabdian yang dilakukan oleh (Sinaga et al, 2026) yang menunjukkan bahwa pengukuran antropometri bukan hanya berfungsi untuk mengetahui status gizi anak, tetapi juga menjadi dasar dalam perencanaan intervensi gizi dan evaluasi pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG). Pengukuran antropometri yang dilakukan secara rutin memungkinkan identifikasi dini terhadap masalah gizi sehingga intervensi dapat diberikan secara lebih tepat sasaran.

Selain menghasilkan data antropometri, kegiatan pengabdian ini juga berhasil meningkatkan kompetensi kader Posyandu. Berdasarkan hasil observasi, kader telah mampu melakukan penimbangan berat badan dengan posisi yang benar, mengukur panjang atau tinggi badan menggunakan alat ukur sesuai prosedur, mengukur lingk kepala pada titik anatomis yang tepat, mengukur LiLA pada pertengahan lengan kiri, serta mencatat seluruh hasil pengukuran secara sistematis pada buku register Posyandu. Peningkatan kompetensi tersebut menunjukkan bahwa metode pendampingan melalui praktik langsung lebih efektif dibandingkan penyampaian materi secara teoritis karena kader memperoleh kesempatan untuk

mempraktikkan setiap tahapan pengukuran sekaligus menerima umpan balik secara langsung.

Hasil ini sejalan dengan penelitian (Jannah dan Rusni, 2025) yang menyatakan bahwa pengukuran antropometri merupakan metode yang efektif untuk mendeteksi variasi status gizi anak sejak dini sehingga intervensi dapat dirancang lebih cepat dan tepat. Pemantauan pertumbuhan secara berkala memungkinkan tenaga kesehatan maupun kader Posyandu mengenali anak yang mengalami gangguan pertumbuhan sebelum berkembang menjadi masalah gizi yang lebih berat.

Lebih lanjut, kegiatan ini juga mendukung rekomendasi (WHO, 2023) yang menegaskan bahwa antropometri merupakan metode standar dalam menilai pertumbuhan dan status gizi anak, sedangkan (Kemenkes RI, 2024) menekankan bahwa data antropometri yang akurat merupakan komponen utama dalam pemantauan status gizi masyarakat serta evaluasi program intervensi gizi. Secara keseluruhan, pengabdian ini menunjukkan bahwa pendampingan kader Posyandu tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis dalam melakukan pengukuran antropometri, tetapi juga meningkatkan kemampuan kader dalam menginterpretasikan hasil pengukuran sebagai dasar pemantauan pertumbuhan balita. Data yang dihasilkan menjadi landasan yang kuat dalam mendukung implementasi Program Makan Bergizi Gratis (MBG), sehingga intervensi gizi yang diberikan dapat lebih tepat sasaran, mendukung pertumbuhan optimal balita, serta berkontribusi terhadap upaya pencegahan stunting dan masalah gizi lainnya di masyarakat

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan sukses dan memberikan dampak langsung berupa peningkatan kapasitas klinis kader Posyandu Aster dalam melakukan standarisasi pengukuran antropometri. Pengukuran yang objektif dan bebas bias meminimalkan risiko salah diagnosis status gizi di lapangan.

Saran pada pengabdian masyarakat ini diharapkan agar kader melakukan kalibrasi alat ukur secara mandiri berkala sebelum posyandu dimulai, dan data antropometri Juni 2026 ini harus langsung diintegrasikan sebagai instrumen kontrol evaluasi berkala dampak pemberian Makan Bergizi Gratis (MBG) setiap bulan untuk melihat tren kenaikan berat dan tinggi badan anak secara linier.

REFERENSI

- Jannah, W., & Rusni, B. R. (2025). Deteksi dini pertumbuhan anak usia dini berdasarkan indikator antropometri di PAUD KB Layumna Cendikia. *Praktisi Nusantara: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 35–44. <https://doi.org/10.58218/praktisi.v1i1.1338>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/1928/2022 tentang Standar Antropometri Anak*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Standar antropometri anak*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman penyelenggaraan Posyandu*.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2023*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024*.
- Rusyantia, A., Putri, S., & Temenggung, M. S. A. (2024). Gambaran karakteristik dan pengetahuan kader Posyandu dalam pengukuran antropometri di wilayah Puskesmas Gedung Meneng, Kabupaten Tulang Bawang. *Journal of Dietetics Science*, 1(1).
<https://doi.org/10.26630/jds.v1i1.4919>
- Sinaga, T. R., Purba, S. D., Purba, I. E., Siburian, P. T., & Pasaribu, C. D. (2026). Ayo makan bergizi setiap hari! Pengukuran status gizi anak dalam mendukung Program MBG di TK Kalam Kudus Medan. *MARTABE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 9(4), 1394–1401.
<https://doi.org/10.31604/jpm.v9i4.1394-1401>
- World Health Organization. (2023). *WHO child growth standards*.