

Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita melalui Stimulasi *Sensory Play* dan Program Isi Piringku Melalui Posyandu di Wedung, Demak

Optimizing Toddler Growth and Development through Sensory Play Stimulation and the "Fill My Plate" Program Through Integrated Health Posts in Wedung, Demak

Cahyo Wulandari^{1*}, Viviani Reta Tambunan², Dwi Lestari²

¹Fakultas Pertanian, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia

²Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia

Diterima: 30 November 2025; Direvisi: 26 Maret 2026; Disetujui: 09 April 2026

Abstract

Child nutrition and development issues remain a public health challenge. Similarly, Demak Regency still faces stunting issues. This condition can be influenced by parents' lack of understanding of balanced nutritional diets and appropriate developmental stimulation. To address these issues, the KKN PPM UGM Wedung Unit 2025 Team implemented a community service program in the form of Sensory Play Stimulation and Isi Piringku Socialization. This community service program aims to increase community understanding regarding the importance of growth and development stimulation and fulfilling balanced nutrition for toddlers. This program was implemented in Dukuh Tambak Gojoyo and Berahan Kulon Villages, Wedung District, Demak Regency. This program's implementation involved 65 participants of mothers with toddlers, posyandu cadres, and PKK members as the main participants. The activity methods include interactive counseling, demonstrations of Isi Piringku preparation, and educational games using sensory play as a medium. The educational media used in the counseling include posters and leaflets. Pretests and posttests are conducted to measure participants' knowledge levels, both before and after socialization. The results of the activity showed an increase in parents' understanding of the Isi Piringku concept and the importance of early childhood developmental stimulation. This is evident from the improvement in posttest results which increased by 11.3% in Dukuh Tambak Gojoyo and 27.66% in Berahan Kulon Village. Furthermore, mothers and toddlers actively participated during the practical activities. Overall, this community service program has been implemented well and has the potential to be expanded to other regions to optimize child growth and development. With sufficient information available, parents are equipped to implement a balanced nutritional diet and appropriate developmental stimulation to support optimal child growth and development.

Keywords: growth and development; developmental stimulation; sensory play; balanced nutrition; interactive counseling

Abstrak

Permasalahan gizi dan perkembangan anak masih menjadi tantangan kesehatan bagi masyarakat. Sama halnya seperti di Kabupaten Demak yang masih menghadapi masalah stunting. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman orang tua terkait pola makan gizi seimbang dan stimulasi perkembangan yang tepat. Sebagai upaya mengatasi permasalahan tersebut, Tim KKN PPM UGM Unit Wedung 2025 melaksanakan program pengabdian berupa Sosialisasi Stimulasi *Sensory Play* dan Isi Piringku. Program pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terkait pentingnya stimulasi tumbuh kembang dan pemenuhan gizi seimbang bagi balita. Program ini dilaksanakan di Dukuh Tambak Gojoyo dan Desa Berahan Kulon, Kecamatan Wedung, Kabupaten Demak. Pelaksanaan program melibatkan 65 partisipan yang terdiri dari ibu dengan balita, kader posyandu, dan anggota PKK sebagai partisipan utama. Metode kegiatan meliputi

ISSN 3025-633X (print), ISSN 3025-6747 (online)

*Penulis korespondensi: Cahyo Wulandari

JL. Flora, Bulaksumur, Karang Malang, Caturtunggal, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia, 55281

Email: wulan_soil@ugm.ac.id

penyuluhan interaktif, demonstrasi penyusunan Isi Piringku, dan permainan edukatif dengan media *sensory play*. Media edukasi yang digunakan dalam penyuluhan berupa poster dan *leaflet*. Terdapat pengerjaan *pretest* dan *posttest* untuk mengukur tingkat pengetahuan partisipan, baik saat sebelum maupun sesudah diberikan penyuluhan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman orang tua mengenai konsep Isi Piringku dan pentingnya stimulasi perkembangan balita sejak dini. Hal ini terlihat dari adanya peningkatan pada hasil *posttest* sebesar 11,3% di Dukuh Tambak Gojoyo dan 27,66% di Desa Berahan Kulon. Selain itu, ibu dan balita juga menunjukkan partisipasi aktif selama kegiatan praktik. Secara keseluruhan, program pengabdian ini telah terlaksana dengan baik dan berpotensi dikembangkan di wilayah lain sebagai upaya optimalisasi tumbuh kembang anak. Dengan tersedianya informasi yang cukup, orang tua memiliki bekal dalam menerapkan pola makan gizi seimbang dan stimulasi perkembangan yang tepat guna mendukung tumbuh kembang anak yang optimal.

Kata kunci: Tumbuh kembang; stimulasi perkembangan; *sensory play*; gizi seimbang; penyuluhan interaktif

1. PENDAHULUAN

Masa balita, khususnya dalam aspek pertumbuhan, merupakan periode yang rentan karena kondisi pada masa ini akan memengaruhi perkembangan anak pada tahap berikutnya. Tahun-tahun awal kehidupan anak memiliki peran fundamental sebagai landasan bagi pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Periode pertumbuhan dan perkembangan balita merupakan fase emas (*golden age*). Pertumbuhan dan perkembangan bersifat saling terkait sehingga kualitas pertumbuhan balita yang baik akan mendukung tercapainya perkembangan yang sehat. Pada fase ini, peran ibu sangat krusial dalam memberikan stimulasi dan perhatian yang optimal (Yuliawati, dkk., 2024).

Salah satu permasalahan pertumbuhan yang sering terjadi pada balita adalah stunting. Stunting tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga menimbulkan konsekuensi jangka panjang bagi masyarakat. Kondisi ini berhubungan dengan hambatan perkembangan kognitif dan fisik yang dapat menurunkan kapasitas produktivitas serta derajat kesehatan sepanjang kehidupan. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 menunjukkan bahwa 20,8% anak balita di Jawa Tengah mengalami stunting. Selain itu, stunting juga meningkatkan kerentanan terhadap berbagai penyakit sehingga berpotensi menimbulkan beban kesehatan dan sosial-ekonomi yang signifikan di masa depan (WHO, 2024).

Berbagai upaya dilakukan pemerintah untuk mencegah dan mengurangi angka stunting. Pedoman gizi seimbang dengan program Isi Piringku menjadi salah satu upaya yang saat ini sedang digalakkan. Isi Piringku merupakan program Kementerian Kesehatan Indonesia untuk menggantikan slogan “4 sehat 5 sempurna” sebagai pedoman makanan sehari-hari untuk mencapai status gizi yang baik (Wahyuni, dkk., 2022). Porsi satu piring dalam sekali makan terdiri dari sepertiga porsi karbohidrat, seperenam porsi lauk-pauk, seperenam porsi buah-buahan, dan sepertiga porsi sayuran (Noordyanto, 2023).

Permasalahan stunting erat kaitannya dengan perilaku kesehatan keluarga dalam mengasuh dan merawat anak. Perilaku kesehatan (*health behaviour*) merupakan determinan penting bagi kesehatan seseorang yang secara langsung dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan. Pengetahuan tersebut membentuk sikap dan mengarahkan individu dalam menentukan tindakan kesehatan yang dilakukan. Oleh karena itu, sosialisasi mengenai pola asuh, pemenuhan gizi, serta stimulasi perkembangan anak menjadi sangat penting dilakukan agar keluarga memiliki pemahaman yang benar dalam mendukung tumbuh kembang balita secara optimal.

Menghadapi permasalahan tersebut, upaya untuk mendukung tumbuh kembang balita perlu dilakukan secara menyeluruh, tidak hanya melalui intervensi gizi, tetapi juga dengan memberikan stimulasi perkembangan yang tepat. Balita memiliki kebutuhan gizi khusus karena sedang berada pada tahap perkembangan. Pada masa ini, mereka mulai belajar menggunakan keterampilan motorik untuk makan sendiri serta mengembangkan kemampuan bahasa untuk berkomunikasi (Reverri, dkk., 2022). Salah satu pendekatan yang efektif dalam mendukung tumbuh kembang balita adalah stimulasi *sensory play*. *Sensory play* merupakan bentuk stimulasi yang melibatkan berbagai

indra anak, seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, perabaan, dan pengecapan. Melalui aktivitas *sensory play*, anak memperoleh pengalaman belajar secara langsung yang dapat memperkuat pembentukan koneksi saraf di otak sekaligus menunjang perkembangan aspek kognitif dan afektif secara optimal (Rahmawati, dkk., 2025).

Penelitian Arumsari, dkk. (2023), menunjukkan bahwa sekitar 16,2% anak di Kabupaten Demak mengalami stunting, dan kondisi ini terutama dipengaruhi oleh rendahnya pemahaman masyarakat, khususnya orang tua, mengenai gizi. Selain itu, penelitian oleh Laksananno (2025), menunjukkan bahwa sebagian besar anak stunting usia 36–60 bulan di wilayah kerja Puskesmas Mranggen III termasuk dalam kategori sangat pendek, yaitu sebanyak 31 anak (56,4%), sedangkan sisanya 24 anak (43,6%) berada pada kategori pendek. Berdasarkan kondisi tersebut, Tim KKN PPM UGM Unit Wedung 2025 melakukan kegiatan sosialisasi mengenai Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita melalui Stimulasi *Sensory Play* dan Program Isi Piringku di Kecamatan Wedung, Kabupaten Demak. Kegiatan ini melibatkan ibu dengan balita, kader posyandu, serta anggota PKK sebagai partisipan utama, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam mendukung tumbuh kembang anak, khususnya dalam pemenuhan gizi seimbang dan stimulasi perkembangan. Melalui penyampaian materi mengenai gizi seimbang program Isi Piringku serta praktik stimulasi perkembangan berbasis *sensory play*, peserta diharapkan mampu memahami pentingnya pemenuhan gizi dan stimulasi yang tepat dalam masa emas pertumbuhan balita. Melalui kegiatan ini diharapkan ibu mampu menerapkan pola asuh yang lebih sehat sehingga dapat mendukung tumbuh kembang balita sekaligus berkontribusi dalam upaya pencegahan stunting.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Tim KKN PPM UGM Unit Wedung 2025 bertujuan untuk meningkatkan pemahaman keluarga, khususnya ibu dengan balita, mengenai pentingnya stimulasi tumbuh kembang anak melalui *sensory play* serta pemenuhan gizi seimbang dengan program Isi Piringku. Program ini diselenggarakan karena tingginya prevalensi stunting di Kecamatan Wedung serta keterbatasan pengetahuan masyarakat mengenai pola asuh, stimulasi perkembangan, dan pemenuhan gizi balita. Kegiatan dilaksanakan di dua tempat, yaitu Dukuh Tambak Gojoyo, Desa Wedung; dan Desa Berahan Kulon. Kegiatan di Dukuh Tambak Gojoyo, Desa Wedung dilaksanakan pada tanggal 5 dan 15 Juli 2025, sedangkan kegiatan di Desa Berahan Kulon dilaksanakan pada tanggal 22 Juli 2025, dengan durasi kegiatan kurang lebih 4 jam. Sasaran dari kegiatan pengabdian ini meliputi ibu yang memiliki balita, kader posyandu, serta anggota PKK. Teknik pengumpulan data dalam kegiatan ini dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan edukasi menggunakan media kertas. Selain itu, observasi langsung juga dilakukan selama kegiatan praktik untuk menilai keterlibatan serta kemampuan peserta dalam menyusun menu sesuai konsep Isi Piringku dan membuat media *sensory play*. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif dengan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan peserta. Hasil tersebut dapat disajikan dalam bentuk nilai rata-rata dan persentase peningkatan.

Metode pelaksanaan kegiatan ini terdiri atas beberapa tahapan yang saling berkaitan. Tahap awal dimulai dengan penyusunan materi sosialisasi yang dirancang berdasarkan hasil identifikasi permasalahan di lapangan, terutama mengenai rendahnya pemahaman masyarakat terkait pentingnya stimulasi perkembangan dan pemenuhan gizi seimbang bagi balita. Materi kemudian disusun dengan pendekatan sederhana agar dapat diterima dengan baik oleh sasaran. Media edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini berupa poster dan *leaflet*. Sosialisasi yang dilaksanakan dengan bantuan media akan mempermudah dan memperjelas peserta dalam memahami materi yang disampaikan. Selain itu, edukator juga terbantu dalam menyampaikan materi (Atasasih & Mulyani,

2022). Selanjutnya dilakukan *pretest* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal partisipan mengenai topik yang akan diberikan sehingga dapat menjadi dasar evaluasi efektivitas program. Setelah itu, kegiatan sosialisasi dilaksanakan dengan jumlah 30 peserta di Dukuh Tambak Gojoyo dan 35 peserta di Desa Berahan Kulon. Penyuluhan interaktif terkait stimulasi sensory play dan penerapan program Isi Piringku memungkinkan peserta terlibat aktif dalam diskusi maupun tanya jawab.

Tahapan berikutnya adalah pelaksanaan *posttest* untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti sosialisasi. Hasil *posttest* ini kemudian menjadi pembandingan terhadap *pretest* sehingga dapat diketahui efektivitas penyampaian materi. Setelah *posttest*, kegiatan dilanjutkan dengan praktik langsung berupa demonstrasi penyusunan menu seimbang sesuai konsep Isi Piringku serta pembuatan media *sensory play* dengan bahan sederhana yang mudah diperoleh di rumah. Melalui praktik ini, peserta tidak hanya memperoleh pemahaman teoretis, tetapi juga keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam pengasuhan balita sehari-hari. Tahap terakhir adalah evaluasi menyeluruh, yang mencakup penilaian keberhasilan program.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Sosialisasi Isi Piringku dan Stimulasi Perkembangan Balita di Dukuh Tambak Gojoyo, Desa Wedung

Pelaksanaan sosialisasi Isi Piringku dan Stimulasi Perkembangan Balita di Dukuh Tambak Gojoyo, Desa Wedung dilaksanakan dalam dua waktu yang berbeda. Pada hari Sabtu, 5 Juli 2025, program Isi Piringku dilaksanakan dengan menyasar kepada ibu-ibu setempat, khususnya yang memiliki anak balita (lihat **Gambar 1a**). Program ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada peserta mengenai pentingnya gizi seimbang sekaligus referensi terkait variasi makanan gizi seimbang. Kegiatan diawali dengan penilaian awal terhadap pemahaman peserta dengan memberikan pertanyaan singkat secara lisan. Strategi ini digunakan untuk mengidentifikasi kebutuhan peserta sehingga penyampaian materi dapat disesuaikan.



Gambar 1. Pelaksanaan program Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita di Dukuh Tambak Gojoyo: (a) Sosialisasi Isi Piringku; (b) Stimulasi Perkembangan Balita

Asupan gizi yang seimbang memegang peran dalam mendukung perkembangan fisik, mental, dan emosional anak yang optimal. Nutrisi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral merupakan zat gizi yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan sel-sel tubuh (Fatayati, dkk., 2025). Kondisi wilayah Dukuh Tambak Gojoyo yang merupakan wilayah pesisir dengan potensi hasil perikanan yang melimpah membuat Tim KKN PPM UGM Unit Wedung 2025 berupaya mengoptimalkan hasil perikanan tersebut dalam pemenuhan gizi. Oleh karena itu, salah satu hasil perikanan, yakni udang, dimanfaatkan sebagai komponen protein dalam demonstrasi Isi Piringku.

Pelaksanaan program kedua adalah Stimulasi Perkembangan Balita, seperti pada **Gambar 1b**. Program ini dilaksanakan pada hari Selasa, 15 Juli 2025 bersamaan dengan kelas ibu balita yang rutin

diadakan di Dukuh Tambak, Gojoyo. Sama halnya seperti program sosialisasi Isi Piringku, pada program Stimulasi Perkembangan Balita kegiatan juga diawali dengan pertanyaan singkat secara lisan. Berdasarkan hasil dari pelaksanaan program tersebut, diketahui bahwa sebagian besar peserta belum memahami pemberian stimulasi yang tepat, bahkan baru mendengar istilah stimulasi.

Peserta diberikan materi mengenai pentingnya pemberian stimulasi tumbuh kembang yang sesuai dengan tahapan usia anak. Pemberian stimulasi penting untuk disesuaikan dengan usia anak dan menyeluruh pada semua aspek perkembangan seperti aspek motorik halus, motorik kasar, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian. Dalam penelitiannya, [Ramadia, dkk. \(2021\)](#), juga menjelaskan bahwa memberikan rangsangan yang sesuai dengan usia anak disertai lingkungan yang mendukung menjadi kunci dalam menciptakan dasar perkembangan yang sehat. Dengan demikian, orang tua, pengasuh, dan pendidik memegang peran penting dalam mendukung anak melewati berbagai tahap perkembangan tersebut.

Untuk meningkatkan efektivitas penyampaian materi, poster dan *leaflet* seperti pada **Lampiran 1 dan 2** dipilih sebagai media edukasi yang dapat menjadi pegangan peserta. Selain pemberian materi, peserta juga dikenalkan dengan media *sensory play* dengan bahan yang aman bagi anak. Bahan-bahan yang dapat digunakan untuk membuat *sensory play* merupakan bahan yang mudah ditemui seperti tepung terigu, biji selasih, dan agar-agar. Saat pelaksanaan kegiatan, media *sensory play* yang dimainkan oleh anak adalah *playdough* berbahan dasar tepung terigu.

Pelaksanaan kegiatan mendapat respon positif dari seluruh peserta. Sebanyak 30 peserta mengikuti jalannya kegiatan dengan antusias. Beberapa peserta juga menunjukkan rasa ingin tahu dan ketertarikan terhadap materi dengan adanya pertanyaan yang diajukan. Hal demikian menumbuhkan adanya diskusi dalam forum.

Tabel 1. Hasil *pretest* dan *posttest* program Isi Piringku dan Stimulasi Perkembangan Balita di Dukuh Tambak Gojoyo

	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Nilai minimal	50	70
Nilai maksimal	80	100
Rata-rata	68,67	87,67

Penilaian di awal melalui pertanyaan singkat secara lisan dan *pretest*, menunjukkan hasil yang selaras bahwa peserta belum memahami terkait Isi Piringku dan stimulasi secara tepat. Berdasarkan **Tabel 1** dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta terkait Isi Piringku dan Stimulasi Perkembangan Balita. Peserta yang awalnya belum mengetahui konsep Isi Piringku yang benar dan masih asing dengan istilah stimulasi, kini memiliki pengetahuan yang cukup mengenai hal tersebut. Dari hasil analisis evaluasi program, diketahui bahwa terdapat peningkatan pemahaman sebesar 11,3%. Nilai rata-rata *pretest* sebesar 83,6 dapat dikatakan berada pada kategori cukup menuju baik, sedangkan nilai rata-rata *posttest* sebesar 93,1 berada pada kategori baik. Peningkatan nilai ini dapat dimaknai bahwa program yang dilakukan efektif memperdalam pemahaman peserta, meskipun pada awalnya pemahaman sebagian besar peserta sudah relatif baik. Pemahaman peserta meningkat terkait pedoman gizi seimbang yang meliputi porsi Isi Piringku, minum air putih 8 gelas perhari, aktivitas fisik, dan cuci tangan pakai sabun. Untuk program Stimulasi Perkembangan Balita, pemahaman yang meningkat meliputi pentingnya pemberian stimulasi bahkan sejak dalam kandungan; pentingnya peran orang tua dalam pemberian stimulasi; dan aspek-aspek perkembangan lain yang perlu diperhatikan. Harapannya, pengetahuan tersebut tidak hanya dimiliki, tetapi juga diterapkan dalam kehidupan. Dengan adanya peningkatan dari hasil test pada saat sebelum dan sesudah materi diberikan, dapat dikatakan bahwa program yang dijalankan cukup efektif.

3.2. Sosialisasi Isi Piringku dan Stimulasi Perkembangan Balita di Desa Berahan Kulon, Wedung



Gambar 3. Sosialisasi program Isi Piringku di Desa Berahan Kulon menggunakan media poster

Di Desa Berahan Kulon, Program Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita melalui Stimulasi *Sensory Play* dan Program Isi Piringku dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 22 Juli 2025 dengan tujuan untuk memberikan stimulasi dini pada balita sekaligus meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang (lihat **Gambar 3**). Kegiatan ini dirancang dalam dua bentuk utama, yaitu praktik *sensory play* dengan media sederhana yang mudah diterapkan di rumah, serta edukasi gizi melalui pendekatan Isi Piringku. Melalui dua pendekatan tersebut, diharapkan balita dapat memperoleh pengalaman belajar yang menyenangkan sekaligus menunjang perkembangan sensorik, motorik, dan kognitif, sementara orang tua mendapatkan pemahaman praktis dalam menyusun menu sehat sehari-hari. Hal ini sesuai dengan penelitian Husna, dkk. (2022), yang menyatakan bahwa stimulasi dini dan edukasi gizi berperan penting dalam menunjang kualitas perkembangan balita.

Perkembangan keterampilan motorik dan proses belajar anak dilakukan melalui pemberian dukungan, pengarahan gerakan, serta pendampingan aktif dalam aktivitas motorik ketika anak mengeksplorasi dan menyelesaikan tantangan gerak yang baru (Hakstad, dkk., 2022). Berdasarkan pendekatan tanya jawab interaktif, ditemukan bahwa sebagian besar orang tua belum memahami konsep stimulasi tumbuh kembang, khususnya manfaat *sensory play* dalam melatih keterampilan sensorik dan motorik anak. Demikian pula, pemahaman mengenai gizi seimbang masih terbatas, ditandai dengan pola pemberian makan tanpa memperhatikan keseimbangan sayur, buah, dan protein.



Gambar 4. Program Stimulasi Perkembangan Balita di Desa Berahan Kulon: (a) Kegiatan *sensory play* oleh balita; (b) Poster Stimulasi Perkembangan Balita

Pelaksanaan kegiatan menunjukkan hasil yang positif. Pada **Gambar 4a**, balita tampak sangat antusias dan aktif memainkan *playdough* yang dibuat dari bahan sederhana seperti tepung, minyak,

dan pewarna makanan. Selama bermain, anak-anak terlihat berusaha membentuk berbagai kreasi sesuai imajinasi masing-masing, mulai dari bentuk sederhana hingga menyerupai benda di sekitar mereka. Aktivitas ini tidak hanya memberikan kesenangan, tetapi juga berperan penting dalam mengembangkan keterampilan motorik halus, melatih koordinasi mata dan tangan, serta menumbuhkan rasa ingin tahu melalui eksplorasi bentuk, tekstur, dan warna *playdough*. Selain itu, hasil *pretest* menunjukkan rata-rata nilai pemahaman orang tua berada pada kisaran 66,67 dari total 100, yang mengindikasikan masih rendahnya pemahaman awal mengenai kedua aspek tersebut.

Evaluasi kegiatan sosialisasi dilakukan melalui *pretest* sebelum penyampaian materi dan *posttest* setelah penyampaian materi serta praktik pada ibu balita di Desa Berahan Kulon. Pada **Tabel 2**, hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan pada nilai *posttest*. Pada *pretest*, rata-rata nilai berada pada angka 68,67 dengan rentang 50–80, yang kemudian meningkat menjadi rata-rata 87,67 dengan rentang 70–100 pada *posttest*. Hasil analisis menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman ibu balita terkait materi mengenai optimalisasi tumbuh kembang balita mencapai 27,66%. Dapat disimpulkan bahwa kegiatan yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman ibu balita mengenai optimalisasi tumbuh kembang balita secara signifikan. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa edukasi gizi dengan pendekatan interaktif seperti diskusi, permainan, dan praktik langsung, dapat meningkatkan partisipasi peserta sekaligus memperdalam pemahaman mengenai prinsip gizi seimbang. Kombinasi antara penyampaian materi secara singkat dan kegiatan yang melibatkan peserta secara aktif terbukti dapat meningkatkan kemampuan pengasuh dalam merencanakan dan menyusun menu makanan sehat secara mandiri (Noviasari, dkk., 2026).

Tabel 2. Hasil *pretest* dan *posttest* ibu balita di Desa Berahan Kulon

	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Nilai minimal	50	70
Nilai maksimal	80	100
Rata-rata	68,67	87,67

Peningkatan ini menunjukkan bahwa kegiatan pembelajaran yang diberikan benar-benar membantu ibu balita memahami materi secara lebih mendalam. Kenaikan nilai yang cukup besar menggambarkan bahwa informasi yang disampaikan mampu memperjelas konsep-konsep penting terkait optimalisasi tumbuh kembang. Lebih lanjut, pemahaman tersebut dapat memberikan dampak signifikan bagi ibu balita agar lebih mampu mengenali kebutuhan perkembangan anak, memberikan stimulasi yang sesuai usia, serta memahami cara merawat dan mendukung tumbuh kembang secara tepat. Penelitian Dewi (2025), menemukan bahwa anak yang rutin terlibat dalam aktivitas *sensory play* menunjukkan peningkatan pada kemampuan fokus, interaksi sosial, kreativitas, serta rasa percaya diri. Aktivitas ini memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan berbagai aspek, meliputi motorik, sosial, emosional, dan kognitif. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang diberikan dalam kegiatan pengabdian memiliki dasar ilmiah yang kuat dan relevan dengan kebutuhan tumbuh kembang anak.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Tim KKN PPM UGM Unit Wedung 2025 dengan tema Optimalisasi Tumbuh Kembang Balita melalui Stimulasi *Sensory Play* dan Program Isi Piringku telah terlaksana dengan baik sesuai tujuan yang direncanakan. Rangkaian kegiatan yang mencakup penyampaian materi, diskusi interaktif, serta demonstrasi praktik langsung terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya stimulasi *sensory play* serta pemenuhan gizi seimbang pada balita. Hasil evaluasi melalui *pretest* dan *posttest* menunjukkan

adanya peningkatan pengetahuan peserta, yang diperkuat dengan keterlibatan aktif ibu dan balita dalam kegiatan praktik.

Selain memberikan pengetahuan, program ini juga berhasil menumbuhkan kesadaran dan keterampilan praktis yang dapat diterapkan di rumah untuk mendukung tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, kegiatan ini memiliki potensi untuk dikembangkan di wilayah lain sebagai upaya berkelanjutan dalam meningkatkan kualitas kesehatan anak sejak usia dini. Puskesmas diharapkan dapat melakukan pendampingan dan monitoring secara berkala terhadap penerapan praktik tersebut di masyarakat. Selain itu, diperlukan pengembangan media edukasi yang sederhana dan mudah dipahami agar informasi dapat terus diakses oleh masyarakat. Program serupa juga direkomendasikan untuk direplikasi di wilayah lain dengan penyesuaian kondisi lokal, guna memperluas dampak dalam meningkatkan kualitas kesehatan dan perkembangan anak sejak usia dini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada seluruh pihak yang berhubungan dalam pengabdian masyarakat ini, yaitu masyarakat Dusun Gojoyo, Desa Berahan Kulon, dan Desa Tedunan, terutama perangkat desa, kader kesehatan, dan bidan desa yang telah memberikan kesempatan sebagai tempat pengabdian masyarakat. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Departemen Pengabdian Kepada Masyarakat (DPKM) dan Pengabdian Masyarakat Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada sebagai institusi yang telah memberikan hibah Program Pengabdian Kepada Masyarakat. Selain itu, ucapan terima kasih juga kami berikan kepada Dosen Pembimbing Lapangan dan Tim KKN PPM UGM Unit Wedung 2025 yang telah memberikan bimbingan, dukungan, serta kerja sama selama pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Arumsari, W., Desty, R. T., & Yuliana, A. D. (2023). Riwayat pemberian asi eksklusif, frekuensi, dan durasi pemberian asi pada balita stunting (25–59 bulan) di Kabupaten Demak. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 19–29.
- Atasasih, H., & Mulyani, S. (2022). Sosialisasi “isi piringku” pada remaja putri sebagai upaya pencegahan stunting. *DINAMISIA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 116–121. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i1.4685>
- Dewi, S. M. (2025). Analisis kegiatan sensory play untuk meningkatkan kemampuan motorik anak usia 2-3 tahun. *Jurnal Riset Pendidikan Guru Paud*, 5(1) 51–56. <https://doi.org/10.29313/jrpgp.v5i1.6528>
- Fatayati, A., Yuliani, F. C., & Putri, R. E. K. (2025). Sosialisasi optimalisasi tumbuh kembang balita di posyandu growong kidul juwana kabupaten pati. *WASATHON Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 49–52.
- Hakstad, R. B., Oberg, G. K., Girolami, G. L., & Dusing, S. C. (2022). Enactive explorations of children's sensory-motor play and therapeutic handling in physical therapy. *Frontiers in Rehabilitation Sciences*, 3, 994804. <https://doi.org/10.3389/fresc.2022.994804>
- Husna F., Puspitasari, R. S., Adhistry Y., Pratiwi F. (2022). Literatur review: Faktor-faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mulia Madani Yogyakarta*, 6(1), 140–149.
- Laksananno, G. S., Rosyada, E. A., & Lestari, T. W. (2025). Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang asupan gizi seimbang dengan kejadian stunting pada anak usia 36–60 bulan di wilayah kerja Puskesmas Mranggen III Kabupaten Demak. *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan*, 5(1), 142–148. <https://doi.org/10.31983/juk.v5i1.12967>
- Noordyanto, N. (2023). Poster edukasi gizi seimbang: Sarapan “isi piringku sekali makan” pada anak usia sekolah di Madura. *DeKaVe*, 16(1), 100–115. <https://doi.org/10.24821/dkv.v16i1.8055>

- Noviasari, N. A., Fuad, W., Muslimah, Syarifa, H. M., Agustina, A. S. (2026). Edukasi, Pengembangan, dan Pengetahuan tentang Gizi Seimbang “Isi Piringku” di Pertubuhan Kebajikan dan Perlindungan Al-Haq Malaysia. *Jurnal Pengabdian Sosial*, 6(1), 23–34. <https://doi.org/10.32493/pbs.v6i1>
- Rahmawati, D., Setyowati, S., Ningrum, M., Adhe, K., & Kristanto, A. (2025). Pengembangan media pembelajaran playmate sensory sebagai stimulasi indera pada anak usia dini. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(7), 7675–7683. <https://doi.org/10.54371/jiip.v8i7.7842>
- Ramadia, A., Sundari, W., Permanasari, I., & Pardede, J. A. (2021). Pengetahuan orangtua tentang stimulasi perkembangan anak berhubungan dengan tahap tumbuh kembang anak usia toddler. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.26714/jkj.9.1.2021.1-10>
- Reverri, E. J., Arensberg, M. B., Murray, R. D., Kerr, K. W., & Wulf, K. L. (2022). Young child nutrition: Knowledge and surveillance gaps across the spectrum of feeding. *Nutrients*, 14(15), 3093. <https://doi.org/10.3390/nu14153093>
- Wahyuni, T., Syswianti, D., Suazini, E. R., Handayani, T. P., Humaeroh, L., Linda, & Syifa, I. (2022). Edukasi “isi piringku” untuk balita di Paud Al-Azmi Kecamatan Cilawu Garut. *Jurnal Pengabdian Masyarakat DEDIKASI*, 3(02). <https://doi.org/10.33482/ddk.v3i02.52>
- WHO. (2024). *Malnutrition*. World Health Organization <https://www.who.int/westernpacific/newsroom/fact-sheets/detail/malnutrition>
- Yuliatwati, D., & Marcelina, S. T. (2024). Optimizing the growth and development of toddlers through empowering cadres and mothers of toddlers with asikia activities. *Journal of Public Services*, 8(2), 210–218. <https://doi.org/10.20473/jlm.v8i2.2024.210-218>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Media sosialisasi Isi Piringku berupa poster



Lampiran 2. Leaflet Stimulasi Tumbuh Kembang Balita

