



Optimalisasi Tumbuh Kembang Anak Melalui SMART Parenting dan Exercise Terapi di Posyandu Balita Cerdas Mandiri

Nur Susanti ✉, Wahyuningsih, Afra Aisyah Putri Haryadi, Neny Kristyla, Hanifah Cendekia Bestari, Dhiya Ayu Paramita, Dwi Kafita Maryam

Universitas Pekalongan

Jl. Sriwijaya No.3, Bendan, Kec. Pekalongan Bar., Kota Pekalongan, Jawa Tengah 51119

susantimoto@yahoo.com ✉ | DOI: <https://doi.org/10.37729/abdimas.v9i4.6547> |

Abstrak

Posyandu balita menjadi salah satu UKBM yang berfokus pada intervensi dan pemantauan tumbuh kembang dari masa kandungan, bayi dan balita. Posyandu menjadi dapat membantu memantau dan meningkatkan kesehatan balita, serta mencegah berbagai penyakit dan masalah kesehatan. Mengingat pentingnya kegiatan Posyandu balita ini maka sangatlah penting partisipasi ibu hamil, ibu balita untuk memantau anak sejak dini. Desa Purworejo termasuk desa di wilayah kabupaten Pekalongan dengan kondisi geografis yang luas dan juga memiliki Posyandu balita yang cukup banyak. Namun kegiatan posyandu balita ini masih belum optimal yaitu masih kurangnya pemahaman dan kesadaran dalam treatment pada anak dengan keterlambatan tumbuh kembang dan juga parenting yang komprehensif dibutuhkan dalam proses pengasuhan anak dengan kondisi tersebut. Oleh karena itu tim menawarkan solusi untuk memberikan treatment exercise terapi dan edukasi SMART parenting bagi balita dan ibu balita pada Posyandu balita desa Purworejo. Metode yang digunakan adalah melalui pendekatan Participatory Learning Action (PLA) dengan melibatkan ibu balita untuk mengikuti kegiatan edukasi dan exercise terapi terhadap balita yang mengalami keterlambatan tumbuh kembang. Hasil dari kegiatan ini diperoleh hasil rata-rata pengetahuan sebelum intervensi (pre-test) 51,6 dan rata-rata pengetahuan setelah intervensi (post-test) yaitu 78,5. Dari hasil tersebut terdapat kenaikan skor 26,9 poin dan dilakukan analisis Wilcoxon diperoleh p_{value} sebesar 0,000061, karena $p_{\text{value}} < 0,05$ maka terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan post-test. Artinya, edukasi kesehatan memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita.

Kata Kunci: Balita cerdas, Edukasi, Posyandu, Exercise therapy, Smart parenting



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](#)

1. Pendahuluan

Anak adalah individu dalam rentang pertumbuhan dan perkembangan sejak masa bayi hingga masa remaja. Anak-anak merupakan periode tumbuh kembang yang oleh Aristoteles (384-322 SM) dibagi menjadi fase bermain (0-7 tahun), fase sekolah (7-14 tahun), dan fase remaja (14-21 tahun). Kisaran ini akan bervariasi untuk setiap anak karena setiap anak berasal dari latar belakang yang berbeda-beda (Candra, 2020). Tumbuh kembang pada anak dimulai sejak anak terjadinya pembuahan sampai dengan anak memasuki usia remaja. Pertumbuhan dan perkembangan pada anak memiliki pola yang khas. Pertumbuhan diidentikkan dengan pertambahan ukuran dan perubahan bentuk. Sedangkan perkembangan diidentikkan dengan kemampuan anak baik bahasa, personal sosial, motorik kasar dan motorik halus.

Tumbuh kembang pada anak memiliki pola yang berurutan dan teratur dimana tidak akan terbalik. Sebagai contoh, anak tidak akan mampu berjalan sebelum anak tersebut mampu untuk berdiri. (Piaget, 2010) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan yaitu faktor internal (genetik) dan faktor eksternal (lingkungan). Faktor internal (genetik) adalah faktor bawaan dan patologis, jenis kelamin dan ras atau suku bangsa hal ini juga dipengaruhi dari asupan ibu saat hamil sehingga bisa membentuk sistem imun dan kondisi patologis pada bayi dan balita (Wahyuningsih and Irawan, 2018; Susanti *et al.*, 2024). Sedangkan faktor eksternal (lingkungan) adalah faktor pendukung yang sangat menentukan tercapainya potensi genetik yang 5 optimal, yang terdiri dari faktor lingkungan prenatal (masih dalam kandungan) dan faktor lingkungan pascanatal (setelah lahir). Whaley & Wong (Yulizawati & Afrah, 2022) mengatakan bahwa pertumbuhan mengacu pada peningkatan ukuran dan jumlah sel dan jaringan intraseluler yang ditandai dengan bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh sebagian atau keseluruhan, sehingga dapat diukur dengan satuan panjang dan berat. Sedangkan perkembangan mengacu pada perubahan yang terjadi secara bertahap dari tingkat yang paling rendah ke tingkat yang paling tinggi dan kompleks melalui proses maturasi dan pembelajaran.

Orang tua mengetahui sejauh mana perkembangan dari balitanya apakah sudah sesuai dengan usia atau mengalami keterlambatan. Pada umumnya jika orang tua tidak memiliki bekal yang cukup kaitan tumbuh kembang anak tak mustahil adanya keterlambatan tumbuh kembang ini tidak terdeteksi terkadang orang tua justru menutupi keadaan ini atau justru tidak terima jika anaknya di diagnose mengalami keterlambatan. (Susanti *et al.*, 2019; Susanti & Putri, 2020). Dari permasalahan tersebut kami tim PkM dari Prodi Fisioterapi dan Kesehatan Masyarakat mencoba mengatasi permasalahan tersebut dengan memberikan edukasi dan pelatihan terapi bagi balita yang mengalami keterlambatan tumbuh kembang. Adapun pelatihan yang diberikan adalah tentang Pelatihan *Exercise Terapi* dan Edukasi penerapan SMART *Parenting* untuk mengoptimalkan perkembangan anak.

Desa Purworejo adalah desa yang terletak di kabupaten Pekalongan dekat dengan jalur Pantura. Sementara itu, jarak tempuh mitra dari kampus Universitas Pekalongan menuju kantor balai desa Purworejo kurang lebih 17 km. Secara Geografis dan secara administratif desa Purworejo merupakan salah satu dari desa di kabupaten Pekalongan, memiliki luas wilayah 2,16 km berada pada ketinggian 8 meter di atas permukaan laut. Adapun batas sebelah baratnya adalah desa Kalijambe, sebelah timur yaitu desa Kedungjuran, sebelah utara adalah desa Gebangkerep dan sebelah selatan adalah desa Randumuktiwaren (Diskominfo Kab. Pekalongan, 2021; Pemdes Desa Purworejo Sragi, 2022). Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang telah dilakukan didapatkan informasi bahwa masih banyak terdapat balita yang mengalami keterlambatan tumbuh kembang secara anatomi fisiologis karena kurangnya stimulus atau rangsangan dari ibu balita. Hal ini juga disebabkan kurangnya pengetahuan ibu terkait bagaimana menerapkan pola asuh yang tepat pada balita saat belum sesuai dengan tumbuh kembangnya. Oleh karena itu tema dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah *exercise therapy* dan edukasi penerapan SMART *parenting* untuk mengoptimalkan perkembangan anak.

2. Metode

Kegiatan PkM ini menggunakan metode pendekatan *Participatory Learning and Action* (PLA). Pendekatan ini berorientasi pada keterlibatan aktif masyarakat sebagai subjek dalam proses pembelajaran dan tindakan, bukan sekadar sebagai objek kegiatan. Melalui pendekatan PLA, para ibu yang memiliki balita dengan keterlambatan tumbuh kembang dilibatkan secara partisipatif dalam seluruh tahapan kegiatan, mulai dari identifikasi permasalahan, perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi program.

Kegiatan intervensi dilakukan melalui dua bentuk utama, yaitu edukasi kesehatan dan *exercise therapy*. Edukasi diberikan dengan metode komunikasi interaktif yang berfokus pada peningkatan pengetahuan ibu tentang stimulasi tumbuh kembang anak, pentingnya deteksi dini, serta strategi perawatan berbasis keluarga. Sementara itu, *exercise therapy* dilaksanakan dengan pendekatan praktik langsung di bawah bimbingan tenaga kesehatan profesional, agar peserta mampu menguasai keterampilan dasar dalam melakukan latihan stimulasi di rumah secara mandiri dan berkelanjutan.

3. Hasil dan Pembahasan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah *Participatory Learning Action* (PLA) dengan melibatkan ibu balita untuk mengikuti kegiatan edukasi dan *exercise* terapi terhadap balita yang mengalami keterlambatan tumbuh kembang (Mardikanto, 2013). Harapan dengan pendekatan ini dapat meningkatkan kesadaran dan ketrampilan ibu hamil dalam memberikan stimulus terapi pada balitanya serta mendorong kemandirian dalam menerapkan pola asuh yang tepat dengan SMART *parenting* sesuai perkembangan, sehingga balita di desa Purworejo Sragi dapat tumbuh dan berkembang secara optimal dan menjadi SDM yang berkualitas menuju Indonesia Emas 2045 (Widyawati, 2021). Kegiatan PkM dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

3.1. Tahap Persiapan (Koordinasi Awal)

Kegiatan ini diawali dengan koordinasi awal dengan bidan desa serta perangkat desa setempat guna perijinan Lokasi dan penentuan sasaran; kemudian dilakukan FGD terbatas mengenai permasalahan dan intervensi yang dilakukan tim melakukan kunjungan ke balai desa Purworejo bertemu dengan kepala desa beserta bidan selaku ketua kader Cerdas Mandiri untuk menyampaikan maksud dan tujuan terkait perijinan dan rencana program kegiatan PkM. Setelah mendapatkan ijin dari kepala desa dan ketua kader, selanjutnya tim melakukan wawancara serta menggali informasi melalui ketua kader tentang permasalahan dan hambatan yang dihadapi oleh pengurus. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, tim memperoleh informasi sebagai dasar acuan dalam merumuskan program kegiatan di Posyandu Balita tersebut. Gambar 1 menunjukkan kegiatan tanggal 19 Februari 2025 berupa kegiatan koordinasi dengan kepala desa Purworejo dan bidan desa Cerdas Mandiri.



Gambar 1. Koordinasi Awal dan Wawancara Terhadap Kepala Desa dan Bidan

3.2. Focus Group Discussion (FGD)

Setelah melakukan kunjungan untuk berkoordinasi dan mendapatkan informasi, tim melakukan *Focus Group Discussion* (FGD) dengan pihak balai desa, ketua kader posyandu balita Cerdas Mandiri desa Purworejo. Kegiatan FGD yang dilaksanakan pada tanggal 7 Mei 2025 dapat ditunjukkan pada **Gambar 2**. Setelah melakukan tahap koordinasi dengan pemangku wilayah setempat dilanjutkan dengan implementasi kegiatan.



Gambar 2. Focus Group Discussion (FGD)

3.3. Penyuluhan dan Pelatihan

Narasumber pelaksanaan kegiatan ini memiliki kompetensi dalam bidang fisioterapi dan kesehatan masyarakat. Kegiatan yang turut dihadiri oleh kepala desa, ketua PKK, bidan desa, 15 ibu dan balita, 10 orang perangkat desa serta kader Cerdas Mandiri. Hasil kegiatan ini ada perubahan sikap dan paradigma masyarakat (ibu balita) setelah mengikuti penyuluhan dan pelatihan fisioterapi dengan *exercises therapy*, penyuluhan *SMART Parenting* dalam peningkatan pertumbuhan dan perkembangan anak. Peserta sangat senang, antusias mengikuti kegiatan ini dan bersemangat saat melakukan praktek bersama tim. Adapun pelaksanaan kegiatan ini pada hari Minggu, 18 Mei 2025. Narasumber pertama, bidang Fisioterapi dengan penyuluhan dan pelatihan *exercises therapy*, setelah tim menjelaskan tentang definisi, manfaat, tujuan, indikasi, kontra indikasi, dan cara melakukan, masyarakat (ibu balita) secara perlahan pola berpikir berubah bahwa, sangat penting dan besar manfaatnya mengikuti kegiatan posyandu balita selama ananda masih dalam proses masa pertumbuhan dan perkembangan untuk menuju pertumbuhan dan perkembangan anak yang normal. Hasil kegiatan ini pihak mitra dan banyak peserta yang meminta kepada tim untuk bersedia melatih kembali setelah program kegiatan ini selesai.

Exercises Therapy adalah suatu aktifitas yang dilaksanakan secara terus menerus untuk mencapai sebuah kemudahan. *Exercise* adalah aktivitas fisik yang melibatkan penggunaan kelompok otot besar dari pada kelompok otot yang sangat khusus.

Menurut WHO aktifitas fisik (physical activity) merupakan gerakan tubuh yang dihasilkan otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Exercises melibatkan proses biokimia dan biomekanik. Exercises terapi yang dilakukan berupa passive exercise (latihan pasif) dan active exercise (latihan aktif) (WHO, 2020). Pertanyaan dari beberapa peserta tentang manfaat exercises therapy selama masa pertumbuhan dan perkembangan, ini mengindikasikan bahwa peserta ibu balita ingin mengetahui lebih jauh peran Fisioterapi bagi balita terutama dalam meningkatkan tumbuh kembang anak. Kegiatan penyuluhan Fisioterapi didokumentasikan pada [Gambar 3](#).



Gambar 3. Penyampaian Materi Tentang *Exercises Therapy*

Setelah sesi diskusi selesai di lanjutkan pelatihan *exercises therapy* berupa *play exercises* dan *baby massage* untuk meningkatkan perkembangan dan pertumbuhan si anak ([Gambar 4](#)). Latihan ini di peragakan dan di praktekkan bersama sama dengan mahasiswa Fisioterapi. Ibu dan balita semangat dan antusias dalam melakukan latihan yang di pandu oleh Fisioterapis. Tim menyampaikan supaya latihan ini bisa di lakukan sendiri di rumah dan di tularkan pada ibu balita yang tidak mengikuti program ini. Dengan demikian balita akan tetap sehat jasmani, rohani, bugar dan bahagia sehingga tujuan tercapai yaitu dengan rutin latihan dapat meningkatkan sistem imun tubuh, sehingga pertumbuhan dan perkembangan anak berjalan secara optimal sesuai usianya.

Kegiatan pemaparan kedua disampaikan oleh narasumber dari bidang kesehatan masyarakat dengan edukasi *SMART Parenting* dalam mengoptimalkan perkembangan dan pertumbuhan anak. Dalam materi ini di sampaikan kepada ibu balita bahwa pentingnya menata emosi dan memberikan pola asuh yang tepat pada anak yang mengalami *development delay* atau keterlambatan perkembangan. Upaya ini untuk meningkatkan kesadaran bahwa anak yang mengalami keterlambatan perkembangan bukan berarti bodoh atau tidak pintar namun perlu adanya stimulasi dan terapi yang lebih intens untuk mengarahkan perkembangan tersebut sehingga bisa optimal ([Wahyuningsih & Irawan, 2022](#)). Adapun kegiatan Penyuluhan *SMART parenting* didokumentasikan pada [Gambar 4](#).

Mendidik anak dengan keterlambatan tumbuh kembang membutuhkan pendekatan yang lebih sabar, terstruktur, dan adaptif. *SMART parenting* dapat menjadi strategi yang efektif untuk membantu orang tua dalam memberikan stimulasi yang tepat dan mendukung perkembangan anak secara optimal. Anak dengan pola asuh yang tepat akan tumbuh menjadi anak yang bahagia karena kebutuhannya terpenuhi, meningkatkan IQ dan EQ yang baik secara kognitif dan sosial, dan memiliki kedisiplinan karena terbiasa tumbuh dengan rutinitas. Tidak hanya pada anak, tapi smart parenting juga berdampak pada ibu yakni mengurangi stres karena pola asuhannya berdasarkan perkembangan dan karakter anak, bukan dibandingkan dengan sekitarnya ([Widya et al., 2019; Wiranata, 2019](#)).



Gambar 4. Praktek *Exercises Therapy* Pada Balita dan Penyuluhan *SMART Parenting*

Dalam edukasi *SMART Parenting* ini terdapat beberapa materi yang disampaikan terkait penjelasan terkait gangguan tumbuh kembang anak yang perlu disampaikan agar menumbuhkan *awarness/kesadaran* kepada ibu bahwa tidak semua anak bisa tumbuh secara optimal, dan hal disesuaikan dengan perkembangan anak berbeda-beda kemudian dijelaskan tentang tantangan orang tua dalam mengasuh anak khususnya dengan anak yang mengalami *Development Delay* (DD) (Hasanah *et al.*, 2022). Adapun materi yang dipaparkan pada tahapan ini dapat disajikan pada Gambar 5.



Gambar 5. Materi Pelatihan *SMART Parenting*

Setelah dilakukan edukasi dan pelatihan oleh tim, langkah selanjutnya yaitu evaluasi untuk mengukur pengetahuan ibu sebelum dan sesudah intervensi dilakukan. Adapun peserta dalam kegiatan pengabdian kali ini adalah 15 peserta yang kemudian diukur pengetahuannya menggunakan kuesioner. Kemudian hasil data yang diperoleh dianalisis menggunakan *Wilcoxon Test* (Sugiyono, 2010). Adapun hasil dari pengukuran tersebut disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pengukuran Mean Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah Intervensi

	Mean (Rerata) Pengetahuan	Selisih	<i>p</i> value
Pengetahuan Sebelum	51,6	27,27	0,000061
Pengetahuan Sesudah	78,87		

Dari pengukuran *pre-test* dan *post-test* tersebut diperoleh kesimpulan bahwa terdapat perbedaan rerata pengetahuan antara sebelum dan sesudah intervensi sebanyak 27,27 poin. Rerata pengetahuan sebelum intervensi sebanyak 51,6 poin sedangkan rerata setelah intervensi sebesar 78,87. Tercatat terjadi peningkatan sebesar 52,85% pengetahuan ibu terkait *exercise therapy* dan *SMART parenting*. Hal tersebut menunjukkan kegiatan intervensi yang diberikan memberikan dampak peningkatan terhadap pengetahuan ibu terkait penerapan *exercise therapy* dan *SMART parenting*, sementara itu untuk balita dengan adanya terapi ini dapat memperkuat motorik halus dan motorik kasar serta mensinkronkan koordinasi gerak dan otot sehingga pertumbuhan tulang balita diharapkan dapat maksimal. Kajian terdahulu tentang proses fisioterapi ini dilakukan oleh (Susanti & Rachmawati, 2020) tentang penyuluhan dan pelatihan fisioterapi pada balita di posyandu balita seruni XII Poncol kota Pekalongan. Dari hasil PkM ini didapatkan hasil salah satunya yaitu bahwa dengan pemberian stimulasi secara rutin seminggu sekali dapat meningkatkan nafsu makan, imunitas anak membaik sehingga perkembangan dan pertumbuhan anak meningkat secara maksimal (Wahyuningsih & Nugraheni, 2019; Susanti et al., 2023). Hal ini juga relevan dengan kajian oleh (Dian Afriyani et al., 2019), bahwa *exercise therapy* dengan gerakan yang benar dapat mengoptimalkan tumbuh kembang balita. Pemberian edukasi pada ibu mengenai *SMART Parenting* dapat meningkatkan pemahaman dan ketrampilan pada ibu terkait stimulasi untuk tumbuh dan kembang balita. Harapannya ibu yang memiliki pengetahuan yang baik akan memiliki sikap dan dominasi praktik yang baik (Yogman et al., 2025).

Pelatihan *SMART parenting* adalah salah satu cara untuk meningkatkan kepercayaan diri orang tua, terutama ibu yang bekerja dan memiliki anak usia batita. Pelatihan ini bertujuan memberikan pengetahuan serta mendorong peningkatan PSE (*parental self-efficacy*) berdasarkan teori keseimbangan kerja dan keluarga serta pengasuhan anak usia batita. Teori tersebut merujuk pada aspek-aspek kepercayaan diri orang tua yang diperkenalkan oleh (van Rijen et al., 2014), yakni perhatian penuh kasih sayang, kedisiplinan, rutinitas, dan bermain (van Rijen et al., 2019; Rokhanawati et al., 2023) peserta dalam kegiatan PkM antusias dalam menyimak materi penyuluhan dan pelatihan. Peserta berharap ada kegiatan ini yang dilakukan secara rutin sehingga dapat meningkatkan pengetahuan peserta dalam hal ini ibu balita di desa Purworejo.

4. Kesimpulan

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat bertema optimalisasi tumbuh kembang anak melalui *SMART parenting* dan *exercise therapy* di posyandu balita Cerdas Mandiri memberikan hasil positif berupa peningkatan pengetahuan dan kemampuan ibu dalam menerapkan pola asuh cerdas serta latihan fisik yang sesuai untuk mendukung perkembangan anak. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa metode pembelajaran partisipatif melalui praktik langsung, simulasi, dan diskusi lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dibandingkan pendekatan penyuluhan konvensional. Kekuatan utama kegiatan ini terletak pada kolaborasi lintas pihak antara akademisi, kader posyandu, dan masyarakat yang menghasilkan bentuk pemberdayaan sesuai kebutuhan lokal. Upaya tindak lanjut dari program ini memiliki potensi untuk dikembangkan menjadi kegiatan pendampingan berkelanjutan serta diadaptasi pada posyandu lain guna memperluas manfaatnya dalam meningkatkan kemandirian keluarga dan kualitas tumbuh kembang anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini secara keseluruhan mendapatkan respon positif dari ibu balita di desa Purworejo, kecamatan Sragi, kegiatan yang telah dilaksanakan meliputi edukasi *SMART Parenting* dan pelatihan *exercise therapy* pada balita dengan keterlambatan tumbuh kembang dan dari hasil analisis yang diperoleh kegiatan intervensi ini mampu meningkatkan pengetahuan ibu sebesar 52,85 % dan efektif.

Acknowledgement

Terima kasih kepada ibu balita, kader kesehatan dan bidan desa di desa Purworejo Sragi yang telah memberikan kesempatan kami untuk memberikan penyuluhan dan pelatihan tentang kesehatan, LPPM Universitas Pekalongan yang telah memberikan izin untuk kegiatan PkM ini.

Daftar Pustaka

- Afriyani, L. D., Purwanti, S., Wulandari, R., Kristiana, K., & Khasanah, F. (2020, August). Pengabdian masyarakat pelatihan pijat bayi sehat. *Seminar Nasional Kebidanan*. pp. 54-60).
- Candra, A. (2020). Patofisiologi Stunting. *JNH (Journal of Nutrition and Health*, 8(2), p. 2020.
- Diskominfo Kab. Pekalongan (2021) *Profil Kecamatan Sragi Tahun 2021*.
- Hasanah, N., Haryadi, R. N., Ulfa, M., & Oktaviana, E. (2022). Smart Parenting to Improve Children's Intrapersonal Intelligence. *Edukasi*, 16(2), 166-172.
- Mardikanto, T. (2013). *Konsep-konsep Pemberdayaan Masyarakat*. Surakarta: UNS Press.
- Pemdes Desa Purworejo Sragi (2022). *Profil Desa Purworejo Sragi*.
- Piaget, J.& B.I. (2010) *Psikologi Anak*. 1st ed. Edited by M. Jannah. Yogyakarta: Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
- Rokhanawati, D., Salimo, H., Andayani, T. R., & Hakimi, M. (2023). The effect of parenting peer education interventions for young mothers on the growth and development of children under five. *Children*, 10(2), 338.
- Sugiyono. (2010). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta

- Susanti, N., Wahyuningsih, W., Prihanani, N., & Istikomah, M. (2023). Pendampingan Kelas Ibu Hamil Cerdas Mandiri Melalui Pelatihan Senam Varises, KIE Gizi Seimbang, dan Strategi Pengelolaan Emosi Selama Kehamilan. *Surya Abdimas*, 7(4), 651-659. <https://doi.org/10.37729/abdimas.v8i4.5004>
- Susanti, N. and Putri, A.R. (2020). Penyuluhan Dan Pelatihan Fisioterapi Pada Balita Di Posyandu Balita Seruni XII Poncol Kota Pekalongan. *PENA ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1). <https://doi.org/10.31941/abdms.v1i1.1013>.
- Susanti, N., Wulandari, I.D., Ristiawati, R. (2019). IbM Kelas Ibu Hamil Pondok Bersalin As-Syakira Kabupaten Pekalongan dan Rumah Bersalin Bhakti Ibu Kota Pekalongan. *ABDIMAS UNWAHAS*, 4(1). <https://doi.org/10.31942/abd.v4i1.2688>.
- van Rijen, E.H.M. et al. (2019). Self-Efficacy for Parenting Tasks Index-Toddler Scale--Short Form, PsycTESTS Dataset. *Child Psychiatry and Human Development*. <https://doi.org/10.1037/t72254-000>.
- Wahyuningsih, Irawan, T. (2018). Strategi Peningkatan Status Gizi Balita di Kabupaten Batang (Upaya Menurunkan Angka Kejadian Gizi Buruk). *RISTEK; Jurnal Riset, Inovasi dan Teknologi*, 2(2), pp. 53-66.
- Wahyuningsih and Irawan, T. (2022). Environmental Factor Correlation to stuntend in Toddlers (Case Study in Sragi, Pekalongan District). *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), pp. 212-219.
- Wahyuningsih and Nugraheni RM., D. (2019). Pemetaan Daerah Status Gizi Bermasalah Di Kabupaten Batang Berbasis Analisis Spasial. *Pena Medika : Jurnal Kesehatan*, 9(2).
- WHO (2020). *Advice for the public-WHO*.
- Wiranata, I. G. L. A. (2019). Mengoptimalkan perkembangan anak usia dini melalui kegiatan parenting. *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 48-56.
- Widyawati (2021). *Penurunan Prevalensi Stunting tahun 2021 sebagai Modal Menuju Generasi Emas Indonesia 2045*. Jakarta.
- Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health, & Council on Communications and Media. (2018). The power of play: A pediatric role in enhancing development in young children. *Pediatrics*, 142(3), e20182058.
- Yulizawati and Afrah, R. (2022). *Buku Ajar Pemantauan Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi Dan Balita*. 1st ed. Indomedia Pustaka.