

## PSIKOEDUKASI SMART PARENTING: MENCIPTAKAN GENERASI SEHAT DAN BEBAS STUNTING (UPAYA MENCEGAH STUNTING MELALUI PERSPEKTIF PENGASUHAN YANG EFEKTIF)

Ririn Nur Abdiah Bahar<sup>1\*</sup>, Siti Fatonah<sup>2</sup>, Vania Shavina Santri<sup>3</sup>, Santimah<sup>4\*</sup>, Rosdiana<sup>5</sup>

<sup>1,3</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bina Bangsa

<sup>2</sup>Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bina Bangsa

<sup>4,5</sup>Program Studi PGPAUD, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa

\*Email : [ririn.bahar21@gmail.com](mailto:ririn.bahar21@gmail.com)<sup>1</sup>, [auntymanis21@gmail.com](mailto:auntymanis21@gmail.com)<sup>4</sup>

### Abstrak

Stunting merupakan salah satu permasalahan yang terjadi di Indonesia. Stunting tidak hanya mempengaruhi keterlambatan perkembangan secara fisik anak, tetapi juga berdampak secara psikologis. Berbagai upaya dilakukan oleh pemerintah untuk mencegah semakin tingginya angka stunting. Namun, tidak bisa dipungkiri bahwa faktanya di beberapa daerah masih mengalami kendala terkait hal tersebut, khususnya di Kelurahan Terumbu, Kecamatan Kasemen, Kota Serang, Banten. Dengan demikian, tujuan dilakukannya kegiatan pengabdian ini adalah untuk mencegah angka kejadian pada balita di Kelurahan Terumbu. Metode pendekatan yang dilakukan yaitu memberikan psikoedukasi terkait pola pengasuhan efektif sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan usianya. Peserta dari kegiatan ini sebanyak 55 orang tua yang merupakan warga wilayah setempat. Hasil dari kegiatan ini dapat menunjukkan peningkatan pemahaman warga sebesar 80% terkait pola pengasuhan dan stunting. Harapannya psikoedukasi ini dapat dilakukan secara kontinu untuk menurunkan angka stunting.

**Kata kunci:** balita; mencegah; pola asuh; psikoedukasi; stunting

### Abstract

*Stunting is one of the problems that occur in Indonesia. Stunting not only affects the delay in physical development of children, but also has psychological impacts. Various efforts have been made by the government to prevent the increasing number of stunting. However, it cannot be denied that in fact in several areas there are still obstacles related to this, especially in Terumbu Village, Kasemen District, Serang City, Banten. Thus, the purpose of this community service activity is to prevent the incidence of toddlers in Terumbu Village. The approach method used is to provide psychoeducation related to effective parenting patterns so that children can grow and develop according to their age. Participants in this activity were 55 parents who were local residents. The results of this activity can show an increase in residents' understanding by 80% regarding parenting patterns and stunting. It is hoped that this psychoeducation can be carried out continuously to reduce stunting rates.*

**Keywords:** toddler; prevention; parenting; psychoeducation; stunting

## PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi permasalahan di Indonesia, di mana efek jangka panjang dari kondisi ini adalah mempengaruhi kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Stunting merupakan suatu kondisi gagal tumbuh yang menunjukkan anak lebih pendek dari rata-rata anak seusianya yang disebabkan karena kekurangan nutrisi (Hardono & Lestari, 2004). Kekurangan nutrisi tersebut

dapat terjadi sejak di dalam kandungan sampai awal kehidupan setelah kelahiran. Tidak bisa dipungkiri bahwa pengetahuan ibu juga mempengaruhi terjadinya fenomena stunting (Husnaniyah, dkk., 2020). Dampak jangka panjang dari stunting adalah mempengaruhi perkembangan otak anak sehingga berdampak pada kecerdasan anak yang kurang optimal dan berisiko menurunkan produktivitas saat dewasa nantinya. Selain itu, stunting dapat membuat anak lebih rentan terhadap penyakit kronis (Kosasih, dkk., 2018).

Menurut Kementerian Kesehatan (2013), stunting memiliki dampak negatif baik secara jangka pendek, maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek, dapat menyebabkan gangguan pada otak, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan pada metabolisme tubuh sehingga anak akan tumbuh dengan berat badan dan tinggi badan yang jauh dari ideal. Pada jangka panjang, dapat menyebabkan gangguan kognitif yang mempengaruhi prestasi belajar, penurunan kualitas hidup sehingga berpotensi menurunkan produktivitas, kesejahteraan masyarakat, daya saing, dan kualitas SDM Indonesia. Dalam RPJMN 2020-2024, penanganan stunting ditetapkan sebagai salah satu prioritas pembangunan nasional. Target dari program ini adalah menurunkan angka stunting sebesar 11,8% pada tahun 2024 (Badan Perencanaan Pembangunan Nasional, 2019). Kementerian Kesehatan juga menggalakkan program intervensi khusus gizi dalam 1000 Hari Pertama Kelahiran (HPK).

Program 1000 HPK ini tentu saja efektif dalam menangani stunting karena pertumbuhan dan perkembangan otak anak sedang dalam periode yang berkembang pesat (Kraemer, dkk., 2018). Di mana program ini dilakukan melalui posyandu yang berfokus pada ibu hamil dan balita (Kemenkes RI, 2013). Dengan demikian, perkembangan balita dan anak dapat dipastikan berkembang secara maksimal dan optimal, dengan kemampuan emosional, sosial, psikologis, dan fisik. Perkembangan yang demikian dapat membantu anak dalam kesiapan belajar, berinovasi, dan berkompetisi di tingkat global. Dalam upaya pemerintah untuk mengurangi percepatan penurunan angka stunting, maka orang tua juga membuka diri untuk belajar terkait pengasuhan yang efektif untuk tumbuh kembang anak (Didah, 2024).

Pemberdayaan keluarga sebagai dasar pencegahan stunting adalah mekanisme yang sangat memungkinkan tercapainya perubahan melalui intervensi pendekatan promosi kesehatan, serta kesesuaian budaya yang mempengaruhi tindakan dan perkembangan keluarga (Rahman, dkk.,

2021). Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan stake holder yang memiliki peranan penting, termasuk kader kesehatan dan orang tua terkait masalah gizi dan pengasuhan, terutama untuk balita adalah dengan mengadakan psikoedukasi, penyuluhan, atau pelatihan (Megawati & Wiramihardja, 2019).

Kelurahan Terumbu, Kecamatan Kasemen, Kota Serang, Banten adalah salah satu wilayah yang mana angka stuntingnya cukup tinggi. Berdasarkan data dan informasi yang diperoleh, bahwa perbulan April 2024 terdapat 13 anak yang terindikasi mengalami stunting, dengan beberapa anak lainnya yang juga berpotensi mengalami hal tersebut. Hasil observasi juga menunjukkan bahwa di lingkungan tersebut belum memperhatikan pola hidup sehat, di mana sanitasi dan penggunaan air bersih masih diabaikan. Selain itu, tingkat pendidikan masyarakat setempat kurang memadai sehingga berdampak pada pengetahuan dan pola asuh yang dipraktikkan dalam keseharian. Oleh karena itu, kegiatan ini bermaksud untuk dilakukan agar pemahaman masyarakat terhadap pola asuh yang efektif dapat diterapkan sehingga mencegah bahkan menurunkan angka stunting, khususnya di Kelurahan Terumbu.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Kantor Kelurahan Terumbu, Kecamatan Kasemen, Kota Serang, Banten. Kegiatan psikoedukasi ini dilakukan pada Rabu, 7 Agustus 2024 yang dihadiri oleh 55 orang warga setempat. Kegiatan ini juga dihadiri dan disambut antusias oleh Pegawai Kelurahan dan Puskesmas. Adapun tema kegiatan "*Smart Parenting dalam Menciptakan Generasi Sehat Bebas Stunting*", di mana terdapat dua orang pembicara, yaitu: 1) Ririn Nur Abdiah Bahar, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Universitas Bina Bangsa dan Psikolog Klinis, sekaligus menjadi anggota dalam tim pelaksana kegiatan ini. Pembicara 1 membahas terkait pengasuhan efektif dalam sudut pandang psikologis sehingga dapat mencegah terjadinya stunting pada anak. 2) Ratu Fitria Ningrat Istiqomah, M.K.M yang merupakan pembicara dari Dinas Kesehatan UPTD Puskesmas Kilasah. Pembicara 2 membahas terkait pemenuhan gizi pada ibu hamil dan balita sehingga meminimalisir terjadinya stunting. Pada kegiatan ini dilakukan *pretest* dan *posttest* untuk mengukur tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sebelum dimulai kegiatan ini, seluruh anak yang ikut hadir diberikan makanan bergizi tambahan, seperti susu dan biskuit. Setelah seluruh peserta berkumpul di dalam ruangan, dilakukan *brainstorming* dan memberikan *pretest*, yang dilanjutkan dengan pembukaan kegiatan. Kegiatan dibuka secara langsung oleh Bapak Lurah Kelurahan Terumbu, yang didampingi Oleh Ibu Hj. Siti Fatonah selaku Dosen Pendamping Kelompok 13 KKM (Kuliah Kerja Mahasiswa). Setelah pembukaan dilakukan pemberian materi oleh 2 orang narasumber yang dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Lalu pemberian *posttest* yang terakhir penutupan dan berfoto bersama.



Gambar 1

### Pembukaan Kegiatan Psikoedukasi Smart Parenting



Gambar 2

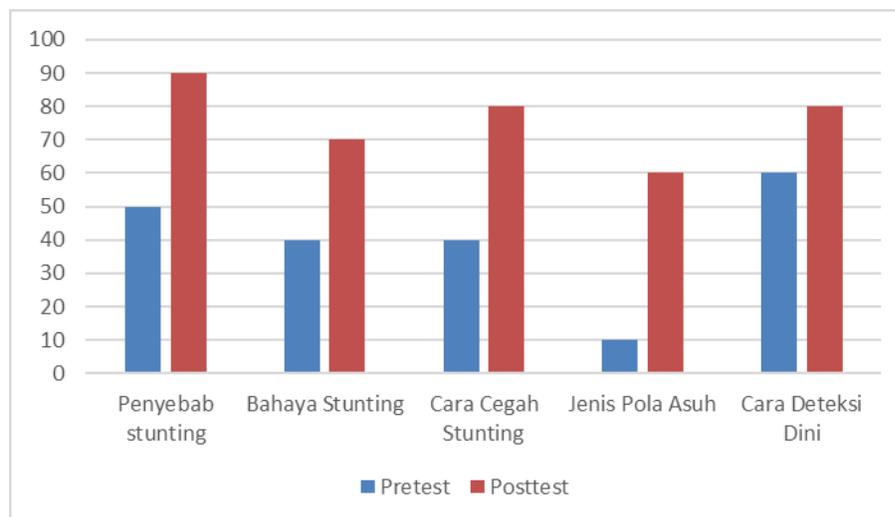
### Pemberian Materi Psikoedukasi



**Gambar 3**

**Penutupan dan Foto Bersama**

Berikut merupakan rata-rata hasil perbandingan *pretest* dan *posttest* psikoedukasi smart parenting untuk mencegah stunting:



**Diagram 1**

**Perbandingan Pretest dan Posttest**

Berdasarkan diagram di atas terlihat bahwa pemahaman peserta psikoedukasi mengalami peningkatan dari pretest sebesar 40% menjadi 80% saat dilakukan posttest. Peserta memahami bahwa berbagai penyebab stunting ternyata secara sengaja ataupun tidak sengaja dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa sudah memahami dampak stunting baik jangka pendek

maupun jangka panjang. Awalnya merasa tidak mengetahui cara mencegah stunting, tetapi setelah diberikan materi jadi mendapatkan gambaran upaya pencegahannya serta cara mendeteksi dini. Pada pemahaman terkait pola asuh, sebelumnya hanya sebagian kecil yang mengetahui secara tepat pengaplikasian pola asuh pada anak sesuai usianya. Namun, setelah diberikan edukasi, pemahaman menjadi meningkat dan mendapatkan gambaran pola asuh yang dapat diaplikasikan dalam keseharian. Oleh karena itu, pemberdayaan kader dan orang tua sangat penting untuk dilibatkan karena dapat meningkatkan motivasi dan pengetahuan dalam mengasuh anak yang secara tidak langsung mencegah terjadinya stunting (Wulandari & Kusumastuti, 2020).

Para kader dan orang tua menerima banyak informasi terkait pencegahan stunting dan pola asuh afektif. Hal ini perlu dilakukan karena kurangnya pengetahuan tentang aspek pemberian nutrisi dan pola asuh dapat berakibat fatal bagi perkembangan anak, khususnya balita (Arfan, dkk., 2023). Melalui psikoedukasi ini, peningkatan pemahaman peserta dapat dilakukan sehingga dapat dipraktikkan secara langsung. Di mana seseorang lebih mudah memahami dan meningkatkan keterampilan ketika mempraktikkan atau berdiskusi langsung dengan orang lain (Oematan, dkk., 2023). Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dikatakan membawa dampak positif bagi mitra.

## **KESIMPULAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan pendekatan psikoedukasi di Kelurahan Terumbu, Kecamatan Kasemen, Kota Serang, Banten terkait pengasuhan yang efektif untuk mencegah terjadinya stunting dapat berjalan dengan lancar. Adapun hasilnya dapat terlihat bawah terdapat peningkatan pengetahuan peserta mengenai pengasuhan yang tepat dan asupan gizi yang seimbang secara tidak langsung dapat mencegah terjadinya stunting. Besar harapan bahwa kegiatan ini dapat terus dilakukan secara berkala sehingga dapat konsisten menurunkan angka terjadinya kejadian stunting di tempat mitra.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan pendekatan psikoedukasi ini tidak terlepas dari kontribusi semua pihak yang terlibat dalam kegiatannya. Kami ucapkan terimakasih kepada Bapak Lurah dan para pegawai Kantor Kelurahan Terumbu, para kader, dan seluruh warga di Kelurahan Terumbu, Kecamatan Kasemen, Kota Serang, Banten. Terima kasih juga kepada Universitas Bina Bangsa yang selalu memberikan dukungan penuh demi terlaksananya kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arfan, N. A., Nuzula, R. F., & Ningrum, S. (2023). Peran Kader Terhadap Upaya Peningkatan Status Gizi Balita di Posyandu. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu (JKSI)*, 14(1), 18-21. <https://doi.org/10.55426/jksi.v14i01.246>.
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (2019). *Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) Tahun 2020–2024. Rancangan Teknokratik*. Jakarta: Bappenas.
- Didah. (2024). Pencegahan Stunting Berbasis Pemberdayaan Keluarga di Desa Pakutandang Kec. Ciparay Kab. Bandung. *Sawala: Jurnal pengabdian Masyarakat Pembangunan Sosial, Desa dan Masyarakat*, 5(1), 52-56. <https://doi.org/10.24198/sawala.v5i1.45838>.
- Hardono, J., & Lestari, S. (2024). Pentingnya Pencegahan Stunting Dalam Rangka Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Yang Optimal. *Journal of Social Sciences and Technology for Community Service (JSSTCS)*, 5(1), 34-41. <https://doi.org/10.33365/jsstcs.v5i1.3424>.
- Husnaniyah, D., Yulyanti, D., & Rudiansyah, R. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Kejadian Stunting. *The Indonesian Journal of Health Science*, 12(1), 57-64. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v12i1.4857>.
- Kemendes RI. (2013). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.65 Tahun 2013 Tentang Pedoman Pelaksanaan dan Pembinaan Pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan*. Kemendes RI.
- Kosasih, C. E., Purba, C. I. H., & Sriati, A. (2018). Upaya Peningkatan Gizi Balita Melalui Pelatihan Kader Kesehatan di Desa Cilumba dan Gunungsari Kabupaten Tasikmalaya. *Media Karya Kesehatan*, 1(1), 90-100. <https://doi.org/10.24198/mkk.v1i1.16945>.
- Megawati, G., & Wiramihardja, S. (2019). Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu Dalam Mendeteksi dan Mencegah Stunting. *Dharmakarya*, 8(3), 154-159. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v8i3.20726>.
- Oematan, G., Oematan, G., & Aspatria, U. (2023). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu dalam Mencegah Stunting. *GOTAVA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 42-47. <https://doi.org/10.59891/jpmgotava.v1i2.9>.
- Rahman, Z., Werenfridus, M. W., R, D. R. N., Ukhra, A., & M, N. W. (2021). Analisis Kebijakan Pencegahan Stunting dan Relevansi Penerapan di Masyarakat. *Karta Rahardja: Jurnal Pembangunan dan Inovasi*, 3(1), 27-33.
- Wulandari, H. W., & Kusumastuti, I. (2020). Pengaruh Peran Bidan, Peran Kader, Dukungan

Keluarga dan Motivasi Ibu terhadap Perilaku Ibu dalam Pencegahan Stunting pada Balitanya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(02), 73-80.  
<https://doi.org/10.33221/jikes.v19i02.548>.