

## Psikoedukasi Pola Asuh Sehat untuk Pencegahan *Stunting* Anak pada Kader

Reza Fahlevi<sup>1\*</sup>, Putri Aurel Rizkia Arfyani<sup>1</sup>, Raissa Aurely<sup>1</sup>, Legina Anggraeni<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

<sup>2</sup>Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Binawan, Jakarta, Indonesia

\*Corresponding Author: [rezaf@fpsi.untar.ac.id](mailto:rezaf@fpsi.untar.ac.id)

Dikirim: 12-03-2026; Direvisi: 21-04-2026; Diterima: 28-04-2026

**Abstrak:** Psikoedukasi ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas dan pemahaman kader kesehatan melalui program psikoedukasi pola asuh sehat sebagai strategi pencegahan *stunting*. Metode yang digunakan adalah pendekatan *Community-Based Research* (CBR) dengan melibatkan 29 kader PKK di Kelurahan X Jakarta. Intervensi dilakukan melalui psikoedukasi berbasis ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan studi kasus. Evaluasi dilakukan menggunakan desain *pre-test–post-test* dengan instrumen yang mengukur pengetahuan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pemahaman kader dari 3,4 pada *pre-test* menjadi 6,2 pada *post-test* dengan nilai  $p = .001$  ( $p < .05$ ). Selain itu, proporsi kader pada kategori pemahaman tinggi meningkat menjadi 69% dan tidak ditemukan lagi kader pada kategori rendah. Peningkatan terjadi pada seluruh aspek materi, termasuk pemahaman dampak *stunting* terhadap perkembangan otak dan perbedaan jenis pola asuh. Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi pola asuh sehat efektif dalam meningkatkan kapasitas kader sebagai agen perubahan dalam pencegahan *stunting* berbasis komunitas. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengevaluasi perubahan perilaku kader dalam jangka panjang serta dampaknya terhadap praktik pengasuhan keluarga di masyarakat.

**Kata Kunci:** Anak; Kader Kesehatan; Psikoedukasi; Pola Asuh; *Stunting*.

**Abstract:** Stunting is a multidimensional public health problem that is not only related to chronic malnutrition but also closely associated with parenting practices and the caregiving environment. Limited understanding among community health cadres regarding the relationship between parenting and stunting remains a major barrier to effective prevention at the community level. This study aimed to enhance the capacity and understanding of health cadres through a healthy parenting psychoeducation program as a strategy for stunting prevention. The study employed a Community-Based Research (CBR) approach involving 29 PKK cadres in Kelurahan X Jakarta. The intervention was delivered through interactive lectures, group discussions, and case-based learning. Evaluation was conducted using a pretest–posttest design. The results demonstrated a substantial improvement in cadres' knowledge, with the mean score increasing from 3.4 in the pre-test to 6.2 in the post-test with  $p = .001$  ( $p < .05$ ). In addition, the proportion of cadres in the high knowledge category increased to 69%, while no participants remained in the low category. Improvements were observed across all content areas, including understanding the impact of stunting on brain development and distinguishing between different parenting styles. These findings indicate that healthy parenting psychoeducation is effective in strengthening cadres' knowledge and competence. Further research is recommended to evaluate long-term changes in cadre behavior and their impact on family care practices in the community.

**Keywords:** Children; Health Cadres; Parenting; Psychoeducation; Stunting.

## PENDAHULUAN

*Stunting* masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang sangat serius di Indonesia. Kondisi ini didefinisikan sebagai kegagalan pertumbuhan linier pada anak akibat malnutrisi kronis yang terjadi terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang berdampak pada keterlambatan pertumbuhan fisik maupun perkembangan kognitif, motorik, dan sosial anak (Patimah, 2021). Data menunjukkan bahwa *stunting* tidak hanya berimplikasi pada tinggi badan yang lebih rendah dari rata-rata usianya, tetapi juga berhubungan dengan menurunnya kemampuan intelektual, rendahnya produktivitas di masa dewasa, serta meningkatnya kerentanan terhadap penyakit tidak menular di kemudian hari (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Dengan kata lain, *stunting* bukan semata masalah pertumbuhan, melainkan ancaman multidimensi terhadap kualitas generasi bangsa. Penelitian Ahmad et al. (2021) misalnya menegaskan bahwa *stunting* berdampak pada perkembangan otak, kecerdasan, kemampuan belajar, dan potensi sosial-ekonomi anak di masa depan.

Penyebab *stunting* sangat kompleks dan bersifat multifaktorial. Faktor gizi memang menjadi salah satu aspek penting, namun penelitian menunjukkan bahwa pola asuh juga memiliki peran yang sangat signifikan dalam memengaruhi status gizi anak (Rahayu et al, 2023). Orang tua yang kurang memiliki pengetahuan tentang gizi seimbang, praktik pemberian makan yang tepat, dan stimulasi perkembangan anak cenderung tidak mampu memenuhi kebutuhan dasar anak secara optimal (Khotimah et al, 2025). Sebagai contoh, masih banyak keluarga yang memberikan makanan tambahan terlalu dini atau tidak sesuai dengan usia anak, sementara sebagian lainnya tidak memahami pentingnya variasi makanan dengan kandungan protein hewani dan sayuran sebagai sumber zat gizi penting (Keatinge et al, 2011). Selain itu, pola asuh yang cenderung otoriter atau permisif tanpa memperhatikan aspek stimulasi perkembangan psikososial anak turut berkontribusi pada tingginya angka *stunting*. Dengan demikian, pendekatan untuk mengatasi *stunting* tidak hanya sebatas pemberian makanan tambahan, tetapi juga mencakup perbaikan pola asuh dan lingkungan pengasuhan anak (Khasanah & Laili, 2021).

Indonesia masih menghadapi tantangan besar dalam menurunkan prevalensi *stunting*. Data prevalensi di berbagai wilayah menunjukkan angka yang relatif tinggi. Di Jawa Tengah misalnya, prevalensi *stunting* dilaporkan berkisar antara 20–22% dalam beberapa tahun terakhir (Poltekkes Jakarta I, 2022). Angka tersebut menegaskan bahwa meskipun program nasional telah dilakukan, intervensi di tingkat komunitas masih sangat diperlukan untuk memastikan upaya pencegahan berjalan efektif. Salah satu pendekatan yang terbukti relevan adalah melalui pemberdayaan kader kesehatan di tingkat kelurahan atau desa. Kader memiliki kedekatan dengan masyarakat, memahami kondisi lokal, dan dapat menjadi perpanjangan tangan tenaga kesehatan dalam menyampaikan informasi, mendampingi keluarga, serta memonitor pertumbuhan anak di posyandu. Menurut penelitian di Kelurahan Ngijo, kader posyandu berperan tidak hanya sebagai pemeriksa tumbuh kembang anak, tetapi juga sebagai penyuluh, penggerak komunitas, dan pemantau kesehatan yang berfungsi ganda sebagai agen perubahan sosial (Nugraheni & Malik, 2023). Namun demikian, kapasitas kader kesehatan masih menghadapi sejumlah keterbatasan. Berbagai penelitian menemukan bahwa motivasi kader seringkali rendah karena minimnya



insentif, sementara keterampilan dan pengetahuan mereka juga terbatas akibat kurangnya pelatihan berkelanjutan (Zhihang & Yueyue, 2022).

Banyak kader yang belum memahami secara komprehensif keterkaitan antara pola asuh, gizi seimbang, sanitasi, dan *stunting*, sehingga intervensi yang mereka lakukan cenderung terbatas pada praktik rutin seperti penimbangan atau pencatatan pertumbuhan anak tanpa diiringi upaya edukasi yang memadai. Padahal, pengetahuan kader yang komprehensif sangat penting karena merekalah yang sehari-hari berinteraksi langsung dengan masyarakat, khususnya ibu balita (Fitriani et al., 2023). Oleh sebab itu, peningkatan kapasitas kader melalui program pelatihan berbasis psikoedukasi menjadi langkah yang strategis dan berpotensi memberikan dampak berkelanjutan. Psikoedukasi merupakan suatu pendekatan yang mengintegrasikan pendidikan kesehatan dengan aspek psikologis, yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, kesadaran, serta keterampilan individu dalam menghadapi suatu permasalahan (Supratiknya, 2021). Dalam konteks pencegahan *stunting*, psikoedukasi tidak hanya menekankan aspek informasi mengenai gizi dan kesehatan anak, tetapi juga membekali peserta dengan kemampuan mengelola pola pikir, sikap, dan perilaku yang mendukung pola asuh sehat.

Sejumlah penelitian membuktikan efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader maupun orang tua (Priscilla & Purnomo, 2024; Pramastri et al, 2024). Misalnya, sebuah penelitian melaporkan peningkatan signifikan pada skor pengetahuan kader mengenai pola asuh dan pencegahan *stunting* dari rata-rata 60% sebelum intervensi menjadi 80% setelah mengikuti psikoedukasi melalui ceramah, diskusi kelompok, dan simulasi kasus (Lestari et al, 2024). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa webinar psikoedukasi di Kalimantan Selatan membuat seluruh peserta (100%) merasa lebih memahami penyebab *stunting* yang bukan hanya soal gizi, melainkan juga faktor sosial, lingkungan, dan pola asuh (Rachmah et al., 2022). Temuan ini menegaskan bahwa psikoedukasi mampu mengubah cara pandang peserta secara lebih menyeluruh, sehingga mereka dapat berperan aktif dalam upaya pencegahan *stunting* di komunitas. Kelurahan X Jakarta sebagai salah satu wilayah padat penduduk di Jakarta memiliki tantangan tersendiri terkait pola asuh. Kondisi sosial ekonomi yang heterogen serta tingkat pengetahuan masyarakat yang beragam membuat kader kesehatan di wilayah ini perlu dibekali keterampilan tambahan agar mampu menjawab kebutuhan lapangan. Psikoedukasi pola asuh sehat bagi kader di Kelurahan X Jakarta menjadi relevan karena kader merupakan aktor terdepan dalam menyampaikan edukasi ke masyarakat. Melalui peningkatan kapasitas kader, diharapkan kader mampu memberikan pendampingan yang lebih efektif kepada orang tua dalam hal pemberian stimulasi perkembangan psikososial, serta pembentukan lingkungan rumah yang mendukung pertumbuhan optimal anak.

*Stunting* merupakan masalah kesehatan masyarakat prioritas di Indonesia yang berdampak langsung terhadap kualitas sumber daya manusia, terutama pada aspek pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan produktivitas jangka panjang. Pola asuh sehat terbukti menjadi salah satu determinan penting dalam pencegahan *stunting*, dan kader kesehatan merupakan aktor strategis dalam memastikan pengetahuan tersebut sampai kepada orang tua. Namun, keterbatasan kapasitas kader menuntut adanya intervensi pelatihan yang sistematis dan berbasis bukti. Psikoedukasi menawarkan pendekatan komprehensif yang tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga mengubah sikap dan perilaku, sehingga kader dapat



menjalankan perannya dengan lebih optimal. Oleh karena itu, pelaksanaan program psikoedukasi pola asuh sehat di Kelurahan X Jakarta merupakan langkah penting dan tepat sasaran dalam mendukung upaya nasional menurunkan prevalensi *stunting* serta meningkatkan kualitas generasi mendatang. Tujuan dari kegiatan Psikoedukasi Pola Asuh Sehat untuk Pencegahan *Stunting* pada Anak pada SDM Kader Kelurahan X Jakarta adalah untuk meningkatkan kapasitas dan kompetensi kader kesehatan agar mampu memahami, menerapkan, sekaligus menyebarkan pola asuh sehat sebagai salah satu upaya strategis dalam pencegahan *stunting*. Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan pengetahuan terkait pencegahan *stunting*, sebagian besar studi masih berfokus pada peningkatan aspek kognitif tanpa mengintegrasikan pendekatan berbasis komunitas secara partisipatif. Selain itu, penelitian yang secara spesifik menargetkan kader kesehatan sebagai agen perubahan dengan pendekatan *Community-Based Research (CBR)* masih terbatas, khususnya pada konteks masyarakat perkotaan dengan karakteristik sosial ekonomi yang heterogen. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengkaji efektivitas psikoedukasi pola asuh sehat berbasis komunitas dalam meningkatkan kapasitas kader secara kontekstual dan aplikatif. Melalui kegiatan ini, kader diharapkan memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsep dasar *stunting*, faktor penyebab, serta dampaknya terhadap tumbuh kembang anak. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mengedukasi masyarakat terkait pola asuh sehat.

## METODE PENELITIAN

Kegiatan ini menggunakan pendekatan *Community-Based Research (CBR)*, yaitu pendekatan penelitian partisipatoris yang menempatkan masyarakat sebagai mitra aktif dalam seluruh proses kegiatan, mulai dari identifikasi masalah, perencanaan program, pelaksanaan intervensi, hingga evaluasi hasil. Pendekatan ini dipilih karena permasalahan *stunting* dan pola asuh tidak dapat dipisahkan dari konteks sosial, budaya, dan praktik pengasuhan dalam masyarakat Kelurahan X Jakarta. CBR memungkinkan terbangunnya kolaborasi antara peneliti, kader kesehatan, dan pemangku kepentingan lokal sehingga program psikoedukasi tidak hanya menjadi intervensi jangka pendek, tetapi berpotensi menghasilkan perubahan perilaku yang berkelanjutan di tingkat komunitas.

### Lokasi dan Partisipan

Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan X Jakarta, dengan melibatkan SDM kader kesehatan kelurahan sebagai partisipan utama. Pemilihan lokasi dilakukan berdasarkan hasil diskusi awal dengan pihak kelurahan dan tenaga kesehatan yang menunjukkan masih perlunya penguatan kapasitas kader dalam memahami keterkaitan antara pola asuh sehat dan pencegahan *stunting*. Partisipan terdiri dari kader posyandu aktif yang terlibat langsung dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak. Kriteria inklusi meliputi: (1) kader aktif minimal satu tahun, (2) bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, dan (3) memiliki peran langsung dalam kegiatan pelayanan kesehatan masyarakat di wilayah kelurahan.



### **Prosedur Pelaksanaan**

Prosedur kegiatan dirancang mengikuti tahapan utama dalam pendekatan CBR. Pada tahap awal identifikasi masalah dan kebutuhan komunitas dilakukan melalui diskusi kelompok dengan kader kesehatan dan aparat kelurahan untuk menggali permasalahan pengasuhan, hambatan kader di lapangan, serta kebutuhan peningkatan kapasitas terkait pencegahan *stunting*. Pada tahap perencanaan program, tim menyusun modul psikoedukasi yang mencakup materi pola asuh sehat, stimulasi perkembangan anak, serta strategi pendampingan keluarga. Pada tahap pelaksanaan psikoedukasi dilaksanakan dalam bentuk sesi tatap muka yang melibatkan ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan studi kasus lapangan. Pada tahap evaluasi dan refleksi bersama, evaluasi dilakukan melalui pengukuran perubahan pengetahuan dan pemahaman kader sebelum dan sesudah kegiatan, serta refleksi kelompok mengenai manfaat, kendala, dan keberlanjutan program.

### **Teknik Pengumpulan Data dan Analisis Data**

Data dikumpulkan melalui:

1. Kuesioner pretest–posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan pemahaman kader,
2. Observasi partisipatif selama proses kegiatan,
3. Diskusi reflektif bersama kader dan aparat kelurahan sebagai bagian dari evaluasi berbasis komunitas.

Data kuantitatif dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan uji beda *paired-samples t-test* untuk menguji perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan kegiatan Psikoedukasi Pola Asuh Sehat untuk Pencegahan *Stunting* Anak pada SDM Kader Kelurahan X Jakarta dilaksanakan secara tatap muka dengan pendekatan partisipatif berbasis *Community-Based Research* (CBR). Kegiatan diawali dengan sambutan pembukaan oleh Sekretaris Lurah Kelurahan X Jakarta yang menekankan pentingnya sinergi antara akademisi, pemerintah kelurahan, dan kader kesehatan dalam upaya pencegahan *stunting* di tingkat komunitas. Dalam sambutannya, beliau menegaskan bahwa kader kesehatan memiliki peran strategis sebagai ujung tombak dalam menyampaikan edukasi kepada keluarga, khususnya terkait praktik pengasuhan dan pemenuhan gizi anak. Keterlibatan unsur pemerintah kelurahan dalam pembukaan kegiatan ini memperlihatkan dukungan struktural terhadap program serta memperkuat legitimasi kader dalam menjalankan perannya di masyarakat. Setelah pembukaan, kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan tujuan dan alur kegiatan oleh tim fasilitator. Suasana kegiatan dibangun secara interaktif untuk meningkatkan partisipasi kader. Tahap pelaksanaan psikoedukasi dilakukan melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, serta studi kasus berbasis pengalaman lapangan kader. Materi yang disampaikan mengacu pada bahan presentasi Pola Asuh Sehat untuk Pencegahan *Stunting* Anak pada SDM Kader Kelurahan X Jakarta yang mencakup kondisi *stunting* di Indonesia, dampak jangka panjang terhadap perkembangan fisik dan kognitif anak, serta keterkaitan antara pola asuh dan risiko *stunting*. Pemateri menekankan bahwa *stunting* bukan semata persoalan kekurangan gizi, melainkan juga dipengaruhi oleh



kualitas pengasuhan, pola komunikasi orang tua, serta konsistensi dalam pemberian stimulasi anak.

Dalam sesi pemaparan, kader diperkenalkan pada berbagai tipe pola asuh, yaitu otoriter, permisif, otoritatif (demokratis), dan *neglectful* (abai), beserta karakteristik dan dampaknya terhadap perkembangan anak. Diskusi menjadi semakin dinamis ketika kader diminta mengidentifikasi praktik pengasuhan yang sering mereka temui di lapangan, seperti orang tua yang memaksa anak menghabiskan makanan tanpa mempertimbangkan sinyal kenyang, atau orang tua yang membiarkan anak jajan tanpa pengawasan gizi. Melalui proses refleksi ini, Kader menyadari bahwa pola asuh demokratis merupakan pendekatan yang paling optimal, yang sesuai dengan literatur yang menyatakan bahwa pola asuh otoritatif berkontribusi positif terhadap perkembangan anak (Aboud & Yousafzai, 2015; Tripon, 2024). Proses diskusi dan studi kasus ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif memungkinkan kader mengaitkan teori dengan pengalaman nyata, sehingga pemahaman yang terbentuk menjadi lebih kontekstual dan aplikatif.



**Gambar 1.** Pelaksanaan sesi pemaparan materi oleh narasumber

Tahap evaluasi dilakukan melalui pengukuran perubahan pengetahuan dan pemahaman kader sebelum dan sesudah kegiatan, serta melalui refleksi kelompok. Hasil evaluasi kuantitatif menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata pengetahuan kader setelah mengikuti psikoedukasi. Hal ini mengindikasikan bahwa metode ceramah interaktif efektif dalam meningkatkan pemahaman kader, sejalan dengan temuan Pramastri et al. (2024) yang menunjukkan bahwa psikoedukasi berbasis partisipatif mampu meningkatkan kapasitas kognitif peserta secara signifikan. Selain peningkatan kognitif, evaluasi kualitatif melalui refleksi kelompok menunjukkan adanya perubahan perspektif kader. Sebelumnya, sebagian kader mengaku lebih berfokus pada kegiatan administratif seperti penimbangan dan pencatatan pertumbuhan anak. Namun setelah mengikuti kegiatan ini, kader menyatakan lebih memahami pentingnya edukasi pola asuh sebagai bagian dari strategi preventif. Mereka juga merasa lebih percaya diri dalam menyampaikan informasi kepada orang tua dengan pendekatan komunikasi dua arah yang lebih empatik dan tidak menyalahkan. Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi berbasis komunitas tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memperkuat kesadaran peran kader sebagai agen perubahan perilaku di masyarakat. Keterlibatan aktif kader dalam diskusi dan refleksi memperlihatkan bahwa pendekatan CBR mampu menciptakan ruang pembelajaran yang kolaboratif dan relevan dengan kebutuhan lapangan. Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menegaskan bahwa penguatan kapasitas kader melalui psikoedukasi pola asuh sehat merupakan strategi

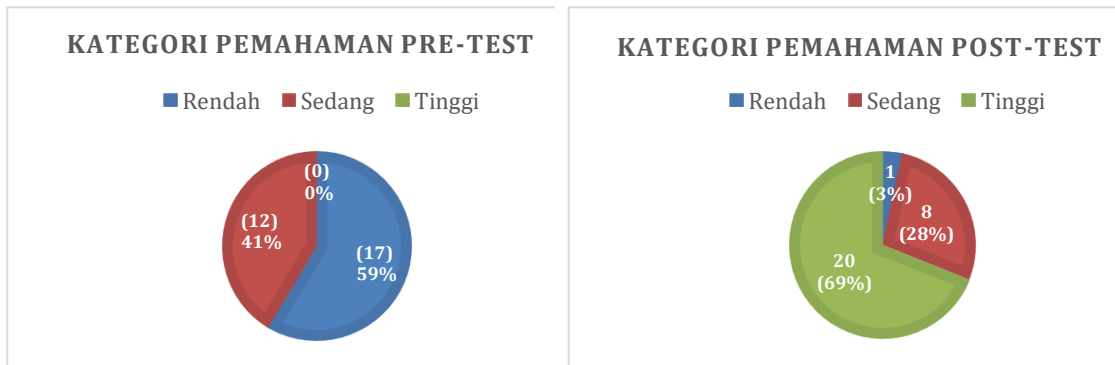
yang potensial dan kontekstual dalam mendukung upaya pencegahan *stunting* di tingkat kelurahan.

Berdasarkan hasil analisis uji beda menggunakan *paired-samples t-test*, diperoleh rata-rata skor *pre-test* sebesar  $M = 3.40$  ( $SD = 1.21$ ) dan rata-rata skor *post-test* sebesar  $M = 6.20$  ( $SD = 0.80$ ). Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan skor yang signifikan secara statistik setelah pelaksanaan psikoedukasi,  $p = .001$  ( $p < .05$ ). Perbedaan rata-rata ini mengindikasikan bahwa intervensi psikoedukasi pola asuh sehat memberikan pengaruh yang bermakna terhadap peningkatan pengetahuan dan pemahaman kader mengenai pola asuh sehat dan pencegahan *stunting*.

**Tabel 1.** Hasil uji beda pre dan post test

Pengukuran	Mean	Std. Dev.	Sig. (p)	Keterangan
<i>Pre-test</i>	3.4	1.2	0.001	Signifikan
<i>Post-test</i>	6.2	0.8		

Hasil ini menggambarkan bahwa sebelum intervensi, sebagian besar kader belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai konsep *stunting* maupun jenis pola asuh. Hal tersebut tercermin dari rata-rata skor *pre-test* yang hanya mencapai 3,4 dari skor maksimal 7, yang berada pada batas bawah kategori sedang. Sebanyak 59% peserta masih berada pada kategori rendah (0–3) dan tidak ada satu pun kader yang mencapai kategori tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengetahuan kader masih bersifat parsial dan belum terstruktur. Setelah diberikan intervensi, perubahan tampak jelas pada distribusi kategori skor. Setelah intervensi, tidak ada lagi peserta yang berada pada kategori rendah (0–3), sementara 69,0% kader telah mencapai kategori tinggi (6–7) dan sisanya 31,0% berada pada kategori sedang. Skor terendah pada *post-test* pun naik menjadi 4, yang menunjukkan bahwa seluruh peserta telah memiliki pemahaman minimal yang memadai mengenai *stunting* dan pola asuh sehat.



**Gambar 2.** Distribusi kategori pemahaman *pre* dan *post-test*

**Tabel 2.** Hasil gambaran jawaban *pre* dan *posttest*

Soal	Hasil	Pre	Post
Prevalensi <i>stunting</i> di Indonesia	Menjawab benar	10 (34.5%)	25 (86.2%)
	Menjawab salah	19 (65.5%)	4 (13.8%)
Dampak <i>stunting</i> terhadap perkembangan otak	Menjawab benar	12 (41.4%)	27 (93.1%)



	Menjawab salah	17 (58.6%)	2 (6.9%)
Penyebab Utama Stunting	Menjawab benar	11 (37.9%)	26 (89.7%)
	Menjawab salah	18 (62.1%)	3 (10.3%)
Ciri Pola Asuh Otoriter	Menjawab benar	9 (31.0%)	24 (82.8%)
	Menjawab salah	20 (69.0%)	5 (17.2%)
Dampak Pola Asuh Permisif	Menjawab benar	8 (27.6%)	23 (79.3%)
	Menjawab salah	21 (72.4%)	6 (20.7%)
Pola Asuh Autoritatif/Demokratis	Menjawab benar	10 (34.5%)	26 (89.7%)
	Menjawab salah	19 (65.5%)	3 (10.3%)
Soal	Hasil	Pre	Post
Prevalensi stunting di Indonesia	Menjawab benar	10 (34.5%)	25 (86.2%)
	Menjawab salah	19 (65.5%)	4 (13.8%)
Dampak stunting terhadap perkembangan otak	Menjawab benar	12 (41.4%)	27 (93.1%)
	Menjawab salah	17 (58.6%)	2 (6.9%)
Penyebab Utama Stunting	Menjawab benar	11 (37.9%)	26 (89.7%)
	Menjawab salah	18 (62.1%)	3 (10.3%)
Ciri Pola Asuh Otoriter	Menjawab benar	9 (31.0%)	24 (82.8%)
	Menjawab salah	20 (69.0%)	5 (17.2%)
Dampak Pola Asuh Permisif	Menjawab benar	8 (27.6%)	23 (79.3%)
	Menjawab salah	21 (72.4%)	6 (20.7%)
Pola Asuh Autoritatif/Demokratis	Menjawab benar	10 (34.5%)	26 (89.7%)

Pada *pre-test*, lebih dari separuh kader belum mengetahui data prevalensi *stunting* nasional, menunjukkan keterbatasan literasi awal mengenai urgensi masalah. Setelah pemaparan materi berbasis data SSGI dan diskusi kontekstual kondisi di wilayah Kelurahan X Jakarta, terjadi peningkatan sebesar 51,7%. Hal ini menandakan bahwa penyampaian informasi faktual di awal sesi berhasil membangun kesadaran situasional kader. Peningkatan 51,7% pada item ini menunjukkan kader mulai memahami bahwa *stunting* tidak hanya berkaitan dengan tinggi badan, tetapi juga kecerdasan dan masa depan anak. Penggunaan contoh kasus dan diskusi pendek dalam sesi edukasi membantu peserta menghubungkan konsep biologis dengan realitas perkembangan anak. Sebelum intervensi, sebagian kader masih menganggap



faktor keturunan sebagai penyebab dominan. Setelah penjelasan mengenai pentingnya peran pola asuh makan, terjadi perubahan pemahaman yang sangat kuat (kenaikan 51,8%). Ini penting karena persepsi yang keliru dapat memengaruhi cara kader memberi edukasi pada keluarga. Item ini mengukur kemampuan kader membedakan praktik pengasuhan yang bersifat menekan. Peningkatan 51,8% menunjukkan metode simulasi dialog orang tua-anak efektif membantu kader mengenali contoh konkret, misalnya memaksa anak makan tanpa memperhatikan rasa kenyang.

Pada soal dampak pola asuh permisif merupakan salah satu skor terendah pada pre-test, menandakan konsep permisif masih asing. Setelah diskusi mengenai kebiasaan anak jajan tanpa kontrol dan tidak adanya jadwal makan, pemahaman meningkat 51,7%. Artinya kader mulai melihat kaitan antara kurangnya aturan dengan risiko terjadinya *stunting*. Pada soal pola asuh autoritatif/demokratis terjadi Peningkatan 55,2% pada item ini menunjukkan kader mulai memahami bahwa pola asuh ideal bukan sekadar disiplin, tetapi kombinasi antara kasih sayang dan batasan yang konsisten. Pemahaman ini menjadi kunci peran kader dalam mengedukasi orang tua di posyandu. Sebelum pelatihan, pada soal *pre-test* ciri pola asuh *neglectful* mayoritas kader belum mengenali bentuk pengasuhan abai. Setelah diberikan studi kasus anak yang jarang dipantau makan dan stimulasi, terjadi peningkatan 51,8%. Ini penting karena banyak kasus *stunting* berakar pada kurangnya keterlibatan orang tua.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa program psikoedukasi pola asuh sehat yang diberikan kepada 29 kader PKK Kelurahan X Jakarta efektif meningkatkan pemahaman peserta mengenai *stunting* dan praktik pengasuhan. Peningkatan rata-rata skor dari 3,4 pada *pre-test* menjadi 6,2 pada *post-test* ( $p < 0.001$ ) mengindikasikan terjadinya perubahan kognitif yang substansial. Temuan ini sejalan dengan konsep psikoedukasi yang tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga memfasilitasi perubahan cara berpikir dan sikap peserta (Coleman, 2025; Supratiknya, 2021; Pramastri et al., 2024). Sebelum intervensi, mayoritas kader memandang *stunting* sebagai persoalan tinggi badan semata. Kondisi ini serupa dengan temuan Rachmah et al. (2022) yang melaporkan bahwa masyarakat sering memiliki pemahaman reduksionis mengenai *stunting*. Setelah psikoedukasi, 93,1% peserta mampu mengidentifikasi bahwa *stunting* berkaitan dengan perkembangan otak. Perspektif ini sesuai dengan bukti internasional yang menegaskan bahwa *stunting* berdampak pada fungsi kognitif, prestasi belajar, dan produktivitas dewasa (Lestari et al, 2024; Sideropoulos et al, 2025).

Pemahaman mengenai periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) juga meningkat signifikan. Hal ini penting karena berbagai studi di Indonesia menunjukkan bahwa praktik pemberian makan dan stimulasi pada periode ini merupakan determinan utama status gizi anak (Rahayu et al., 2023; Ruswiyani & Irviana, 2024). Kementerian Kesehatan RI (2023) menekankan bahwa kegagalan intervensi pada fase awal kehidupan sulit diperbaiki pada usia berikutnya, sehingga peningkatan literasi kader pada aspek ini memiliki nilai strategis. Hasil per soal menunjukkan peningkatan terbesar pada pemahaman pola asuh autoritatif (34,5% menjadi 89,7%). Literatur menyatakan bahwa pola asuh autoritatif yang memadukan kehangatan dan batasan merupakan model paling protektif terhadap *stunting* (Tripon, 2024; Aboud & Yousafzai, 2015). Sebaliknya, pola permisif dan *neglectful* berkorelasi dengan praktik makan yang tidak terkontrol dan kurangnya stimulasi psikososial (Masita et al., 2018; Khasanah & Laili, 2021).



Peningkatan pemahaman kader mengenai dampak pola asuh permisif (27,6% menjadi 79,3%) relevan dengan temuan Sari et al. (2024) bahwa perubahan perilaku ibu sangat dipengaruhi oleh kemampuan fasilitator menjelaskan hubungan konkret antara pengasuhan dan gizi. Metode studi kasus yang digunakan dalam kegiatan ini sejalan dengan rekomendasi WHO (2022) tentang pentingnya pembelajaran kontekstual dalam intervensi pengasuhan. Peran kader sebagai agen perubahan komunitas telah diakui secara global (WHO, 2018). Namun Wisnuwardani (2021) mencatat bahwa banyak kader masih terbatas pada tugas administratif tanpa bekal pengetahuan psikososial. Tidak adanya lagi peserta pada kategori rendah setelah intervensi menunjukkan bahwa psikoedukasi mampu menjembatani kesenjangan tersebut.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Irdawati et al. (2024) yang melaporkan peningkatan kapasitas kader setelah pelatihan *stunting*, serta Lestari et al. (2024) yang menemukan kenaikan pengetahuan signifikan pasca psikoedukasi. Nugraheni & Malik (2023) menegaskan bahwa kader yang memiliki pemahaman komprehensif lebih efektif dalam memengaruhi norma pengasuhan di tingkat keluarga. Kelurahan X Jakarta memiliki karakter urban dengan heterogenitas sosial ekonomi. Fitriani et al. (2023) menyebut bahwa pada masyarakat perkotaan, pola asuh sering dipengaruhi keterbatasan waktu orang tua dan maraknya jajanan tidak sehat. Oleh karena itu, peningkatan literasi kader mengenai risiko pola permisif menjadi sangat relevan. UNICEF (2020) menekankan bahwa pencegahan *stunting* harus mengintegrasikan gizi, stimulasi, dan pengasuhan responsif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kader mulai mengadopsi kerangka tersebut, terlihat dari kemampuan mereka mengaitkan praktik sehari-hari seperti memaksa makan atau membiarkan anak jajan dengan risiko *stunting*.

Meskipun penelitian ini mengukur aspek pengetahuan, literatur menunjukkan bahwa peningkatan kognitif merupakan prasyarat perubahan perilaku (Pugh., 2025). Yousafzai et al. (2014) menekankan bahwa kader yang percaya diri dan memahami rasional intervensi lebih mampu melakukan konseling keluarga secara efektif. Rahayu et al. (2023) serta Ruswiyani & Irviana (2024) membuktikan bahwa praktik pengasuhan merupakan mediator utama antara kondisi sosial ekonomi dan *stunting*. Dengan meningkatnya kapasitas kader, diharapkan terjadi efek berantai pada perilaku orang tua di posyandu, sebagaimana dilaporkan oleh Sari et al. (2024). Penelitian ini terbatas pada evaluasi jangka pendek berbasis pengetahuan. Studi lanjutan perlu menilai perubahan praktik kader dan dampaknya terhadap pola asuh keluarga. Integrasi modul komunikasi empatik sebagaimana direkomendasikan Pramastri et al. (2024) dapat memperkuat keberlanjutan program.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan psikoedukasi yang telah dilaksanakan pada 29 kader PKK Kelurahan X Jakarta, dapat disimpulkan bahwa program psikoedukasi pola asuh sehat terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman kader mengenai *stunting* dan praktik pengasuhan anak. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan skor rata-rata pre-test sebesar 3,44 menjadi 6,00 pada post-test, yang secara statistik dinyatakan signifikan ( $p = 0,001$ ). Peningkatan pemahaman tidak hanya terjadi pada aspek pengetahuan umum mengenai *stunting*, tetapi juga pada pemahaman mendalam terkait dampak *stunting* terhadap perkembangan otak, pentingnya periode



1.000 Hari Pertama Kehidupan, serta kemampuan membedakan berbagai jenis pola asuh dan implikasinya terhadap status gizi anak.

Berdasarkan hasil pelaksanaan dan pembahasan kegiatan, beberapa saran dapat diajukan sebagai tindak lanjut program. Bagi pihak kelurahan dan pemangku kebijakan lokal, program psikoedukasi pola asuh sehat perlu diintegrasikan secara berkelanjutan dalam agenda pembinaan kader PKK dan kader posyandu. Dukungan kebijakan, fasilitasi sarana, serta penguatan koordinasi lintas sektor di tingkat kelurahan diharapkan dapat memperluas jangkauan dan menjaga konsistensi implementasi program. Bagi kader kesehatan, pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh selama kegiatan diharapkan dapat diaplikasikan secara langsung dalam pendampingan keluarga, khususnya ibu balita, serta dikembangkan menjadi kegiatan edukasi rutin di posyandu maupun lingkungan sekitar sebagai bagian dari upaya preventif *stunting*. Secara lebih luas, pendekatan psikoedukasi berbasis komunitas dapat dipertimbangkan sebagai strategi pelengkap dalam program pencegahan *stunting* nasional, mengingat hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman dan kesiapan kader sebagai ujung tombak edukasi masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aboud, F. E., & Yousafzai, A. K. (2015). Global health and development in early childhood. *Annual Review of Psychology*, 66, 433–457. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010814-015128>
- Ahmad, A. S., Azis, A., & Fadli, F. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita di Kabupaten Sidrap Tahun 2020. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 195-203. <https://doi.org/10.33096/woh.v4i03.209>
- Fitriani, A., Wijaya, Y., Sudirman, M. Y., Fahlevi, R., Kusnadi, I. H., Astuti, S. W., & Wulanyani, N. M. S. (2023). *Konsep dasar perilaku manusia*. Global Eksekutif Teknologi.
- Irdawati, I., Arifah, S., Muhlisin, A., Kusumawati, Y., Zulaekah, A. S., Nugrahwati, E., Putri, N.F., & Syaiful, A. A. (2024). Efforts of increase cadre capacity about stunting prevention. *MethodsX*, 13, 102720. <https://doi.org/10.1016/j.mex.2024.102720>
- Keatinge, J. D. H., Yang, R. Y., Hughes, J. D. A., Easdown, W. J., & Holmer, R. (2011). The importance of vegetables in ensuring both food and nutritional security in attainment of the Millennium Development Goals. *Food security*, 3(4), 491-501. <https://doi.org/10.1007/s12571-011-0150-3>
- Khasanah, U., & Laili, A. N. (2021). *Penguatan Pola Asuh Keluarga dalam Mencegah Stunting Sejak Dini*. Penerbit NEM.
- Khotimah, K., Hasibuan, R., Susilowati, E., Bunnayah, S., & Zumara, N. I. (2025). Peran orang tua dalam meningkatkan kesehatan serta nutrisi anak pada pendidikan anak usia dini. *JURNAL MADINASIKA Manajemen Pendidikan dan Keguruan*, 6(2), 166-174.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia*.



- Lestari, E., Siregar, A., Hidayat, A. K., & Yusuf, A. A. (2024). Stunting and its association with education and cognitive outcomes in adulthood: A longitudinal study in Indonesia. *Plos one*, 19(5), e0295380. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0295380>
- Masita, M., Biswan, M., & Puspita, E. (2018). Pola asuh ibu dan status gizi balita. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 23-32. Retrieved from <https://ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id/index.php/adm/article/view/44>
- Lestari, D. R., Rahmah, M., Kausar, L. I. E., & Rachmawati, K. (2024). Implementasi Psikoedukasi Pola Asuh Keluarga Untuk Mencegah Stunting Pada Anak. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 5(4), 5719-5723. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i4.4766>
- Nugraheni, D., & Malik, A. (2023). Peran kader posyandu sebagai agen perubahan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.59935/lej.v3i1.198>
- Patimah, S. (2021). *Stunting mengancam human capital*. Deepublish.
- Pramastri, M. R., Rahma, K. M., Aufa, N., Kartikananda, P., & Saniatuzzulfa, R. (2024). Efektivitas Edukasi Kesehatan Mental Sebagai Upaya Peningkatan Kapasitas Mental Kader Posyandu Remaja Kampung X Surakarta. *SEMAR (Jurnal Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Seni bagi Masyarakat)*, 13(2). <https://doi.org/10.20961/semar.v13i2.84813>
- Priscilla, V., & Purnomo, I. D. (2024). Penggunaan Psikoedukasi untuk Meningkatkan Pengetahuan Kader Puskesmas dalam Memahami Kecemasan Ibu Hamil. *Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan*, 67-77. <https://doi.org/10.33476/knpk.v5i1.5163>
- Pugh, J. (2025). Cognitive Enhancement. *Ethics in Practice: An Anthology*, 272.
- Rahayu, S., Fajrin, R., & Rumah, P. P. (2023). *Pola asuh orang tua dengan kejadian stunting pada balita*. Penerbit Pustaka Rumah Cinta.
- Rachmah, D. N., Zwagery, R. F., Azharah, B., & Azzahra, F. (2022). Psikoedukasi mengenai stunting pada anak dan peran pengasuhan orangtua untuk meningkatkan pengetahuan mengenai stunting. *Altruis: Journal of Community Services*, 3(1), 8-13. <https://doi.org/10.22219/altruis.v3i1.18390>
- Ruswiyani, E., & Irviana, I. (2024). Peran stimulasi psikososial, faktor ibu, dan asuhan anak dalam meningkatkan perkembangan anak stunting: Tinjauan literatur. *Jurnal Parenting Dan Anak*, 1(2), 8-8. <https://doi.org/10.47134/jpa.v1i2.313>
- Sari, R. K., Mayangsari, C. P., Mashoedi, I. D., Intan, Y. S. N., Trisnadi, S., & Aprilyanti, D. F. (2024). Strengthening emotional intelligence intervention on behavior changes of mothers in stunting prevention. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 13(2), 536. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v13i2.23652>
- Sideropoulos, V., Draper, A., Munoz-Chereau, B., Ang, L., & Dockrell, J. E. (2025). Childhood stunting and cognitive development: a meta-analysis. *Journal of Global Health*, 15, 04257. <https://doi.org/10.7189/jogh.15.04257>



- Supratiknya, A. (2021). *Psikoedukasi: Konsep dan Aplikasi*. Yogyakarta: Kanisius.
- UNICEF. (2020). Improving young children's diets.
- Tripon, C. (2024). Nurturing sustainable development: the interplay of parenting styles and SDGs in Children's development. *Children*, 11(6), 695. <https://doi.org/10.3390/children11060695>
- World Health Organization. (2022). *WHO guidelines on parenting interventions to prevent maltreatment and enhance parent-child relationships with children aged 0-17 years*. World Health Organization.
- WHO. (2018). *Community health worker guidelines*.
- Yousafzai, A. K., Rasheed, M. A., Daelmans, B., Manji, S., Arnold, C., Lingam, R., ... & Lucas, J. E. (2014). Capacity building in the health sector to improve care for child nutrition and development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1308(1), 172-182. <https://doi.org/10.1111/nyas.12322>
- Zhihang, X., & Yueyue, W. (2022). An analysis of the work motivation of cadres from the perspective of national strategic development and management. *Procedia Computer Science*, 199, 1000-1007. <https://doi.org/10.1016/j.procs.2022.01.126>

