PRIMER: Jurnal Ilmiah Multidisiplin
2026, Vol. 4, No. 1, 30-39
https://doi.org/10.55681/primer.v4i1.494

Psikoedukasi Stunting: Deteksi Dini dan Strategi Pencegahan Berbasis Keluarga

Angel Nafisah Putri[1], Chalifa Khairunnisa[2], Gista Mahesa[3], Nabila Putri Shabiyyah[4], Nerisya Destariana Paino[5], Rifqi Farisan Akbar[6], Pratidina Ekanesia[7]
[1,2,3,4,5,6,7]Universitas Indonesia Membangun
Corresponding Author's e-mail : angelnafisah9@gmail.com, khairunnisachalifa2@gmail.com, gistamahesa01@gmail.com, nabilaps882@gmail.com, destariananerisya@gmail.com

e-ISSN: 2985-7996

Article History:
Received: 16-01-2026
Revised: 04-02-2026
Accepted: 27-02-2026

© 2026, The Author(s)

Abstrak : Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif, regulasi emosional, kesehatan mental anak, serta kesejahteraan psikologis orang tua. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai dampak psikologis stunting, deteksi dini tumbuh kembang, serta strategi pencegahan secara holistik. Kegiatan dilaksanakan menggunakan metode Participatory Action Research (PAR) melalui psikoedukasi, pelatihan deteksi dini perkembangan anak, dan pendampingan manajemen stres pengasuhan. Program dilaksanakan di Posyandu Moncorong 4 dengan melibatkan 20 peserta yang terdiri atas ibu balita, ibu hamil, dan kader Posyandu. Evaluasi menggunakan data pretest dan post-test (N=9) menunjukkan peningkatan rata-rata nilai dari 64,44 menjadi 96,30. Nilai median dan modus meningkat dari 80,00 menjadi 100,00, sedangkan nilai minimum meningkat dari 6,67 menjadi 86,67. Selain itu, variasi nilai menurun, ditunjukkan oleh penurunan rentang, varians, dan standar deviasi, yang menunjukkan peningkatan pemahaman peserta menjadi lebih merata. Peserta juga mengalami peningkatan keterampilan dalam memantau perkembangan kognitif dan emosional anak serta memahami pentingnya dukungan kesehatan mental bagi pengasuh. Temuan ini menunjukkan bahwa pencegahan stunting perlu mengintegrasikan intervensi gizi dengan dukungan psikososial dan penguatan kapasitas keluarga.

Kata Kunci : Stunting, Psikoedukasi, Kesehatan Mental, Participatory Action Research, Evaluasi Belajar

How to cite: Angel Nafisah Putri, Chalifa Khairunnisa, Gista Mahesa, Nabila Putri Shabiyyah, Nerisya Destariana Paino, Rifqi Farisan Akbar, & Pratidina Ekanesia. (2026). Psikoedukasi Stunting: Deteksi Dini dan Strategi Pencegahan Berbasis Keluarga. *PRIMER : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, *4*(1), 30–39. https://doi.org/10.55681/primer.v4i1.494

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang berdampak signifikan terhadap kualitas sumber daya manusia di berbagai negara, khususnya negara berkembang. Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization [WHO], 2024) melaporkan bahwa sekitar 150,2 juta balita di dunia mengalami stunting atau sekitar 23,2% dari total populasi anak usia di bawah lima tahun. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa stunting masih menjadi tantangan global yang memerlukan penanganan lintas sektor karena dampaknya tidak hanya terbatas pada gangguan pertumbuhan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, kapasitas belajar, produktivitas ekonomi, serta kualitas hidup individu hingga usia dewasa (World Bank, 2024). UNICEF (2023) menegaskan bahwa stunting merupakan manifestasi kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan serta perkembangan otak yang bersifat permanen apabila tidak segera ditangani.

Di Indonesia, berbagai program nasional telah berhasil menurunkan prevalensi stunting dalam beberapa tahun terakhir. Meskipun demikian, angka kejadian stunting masih menjadi perhatian serius karena prevalensinya masih berada di atas target yang ditetapkan WHO. Selain berdampak terhadap pertumbuhan fisik, berbagai penelitian menunjukkan bahwa anak yang mengalami stunting memiliki risiko lebih tinggi mengalami keterlambatan perkembangan kognitif, rendahnya kemampuan akademik, gangguan fungsi eksekutif, kesulitan regulasi emosi, hingga meningkatnya kerentanan terhadap gangguan kesehatan mental pada masa remaja dan dewasa (Victora et al., 2021). Oleh karena itu, penanganan stunting memerlukan pendekatan multidimensional yang tidak hanya berorientasi pada pemenuhan kebutuhan gizi, tetapi juga memperhatikan aspek perkembangan psikologis, lingkungan pengasuhan, serta kesejahteraan keluarga secara menyeluruh.

Selama ini, kajian mengenai stunting lebih banyak berfokus pada faktor biologis, status gizi, sanitasi lingkungan, dan penyakit infeksi berulang sebagai determinan utama terjadinya gangguan pertumbuhan. Pendekatan tersebut memang telah memberikan kontribusi penting terhadap upaya penurunan prevalensi stunting, namun belum sepenuhnya mampu menjelaskan konsekuensi jangka panjang yang dialami anak maupun keluarga. Sejumlah penelitian mutakhir menunjukkan bahwa stunting memiliki hubungan erat dengan keterlambatan perkembangan neurokognitif, rendahnya kesiapan belajar, gangguan perilaku, hingga penurunan kemampuan adaptasi sosial pada masa sekolah (Black et al., 2023). Selain itu, kondisi psikologis orang tua, terutama ibu selama masa kehamilan dan pengasuhan, turut berkontribusi terhadap kualitas pemberian makan, stimulasi perkembangan, serta interaksi emosional yang diterima anak. Berbagai penelitian melaporkan bahwa depresi, kecemasan, maupun stres pada ibu berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya stunting melalui penurunan kualitas praktik pengasuhan dan pemberian makan responsif (Pertiwi & Pardede, 2023; Putri, 2024).

Berdasarkan berbagai kajian tersebut, masih ditemukan research gap berupa terbatasnya program intervensi masyarakat yang mengintegrasikan edukasi gizi, stimulasi perkembangan anak, serta kesehatan mental keluarga dalam satu model pemberdayaan yang komprehensif. Sebagian besar penelitian masih mengkaji hubungan antara faktor gizi, psikologis, dan pengasuhan secara terpisah sehingga belum memberikan gambaran yang utuh mengenai mekanisme bagaimana kondisi psikososial keluarga memengaruhi risiko stunting maupun perkembangan anak. Padahal, pendekatan yang mengintegrasikan ketiga aspek tersebut diyakini lebih efektif dalam

membentuk perilaku kesehatan keluarga yang berkelanjutan dan meningkatkan kapasitas masyarakat dalam melakukan pencegahan stunting sejak dini (WHO, 2024).

Berdasarkan kondisi tersebut, Tim Pengabdian kepada Masyarakat yang terdiri atas kolaborasi dosen dan praktisi dari Fakultas Psikologi serta Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Padjadjaran menyelenggarakan program edukasi terpadu mengenai literasi gizi, deteksi dini tumbuh kembang, dan kesehatan mental keluarga. Program dilaksanakan melalui kemitraan dengan kader Posyandu serta ibu yang memiliki balita di Desa Cisereuh, Kecamatan Regol, Kota Bandung. Kegiatan ini didanai melalui Hibah Internal Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Padjadjaran Tahun Anggaran 2026 sebagai bagian dari implementasi tridarma perguruan tinggi dalam mendukung pencapaian target penurunan stunting nasional.

Secara historis, Desa Cisereuh berkembang dari kawasan agraris menjadi wilayah semi-perkotaan akibat pertumbuhan industri dan pemukiman di Kota Bandung. Wilayah ini memiliki kepadatan penduduk yang cukup tinggi dengan mayoritas masyarakat bekerja sebagai buruh pabrik dan pelaku sektor informal. Meskipun memiliki potensi pemanfaatan lahan pekarangan untuk mendukung ketahanan pangan keluarga, beberapa wilayah masih menghadapi keterbatasan akses air bersih dan sanitasi yang memadai sehingga meningkatkan risiko penyakit infeksi pada balita. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa faktor lingkungan, sosial ekonomi, dan perilaku keluarga saling berinteraksi dalam memengaruhi status gizi anak sehingga memerlukan pendekatan intervensi yang bersifat holistik.

Dalam konteks tersebut, peningkatan kapasitas masyarakat melalui literasi gizi dan penguatan kesehatan mental keluarga menjadi salah satu strategi preventif yang sangat penting. Rahmawati et al. (2021) menjelaskan bahwa literasi gizi yang baik pada ibu berhubungan dengan meningkatnya keragaman konsumsi pangan dan kualitas pemberian MPASI pada balita. Di sisi lain, Suryani dan Utami (2023) menekankan bahwa praktik *responsive feeding* yang didukung interaksi positif antara orang tua dan anak berperan penting dalam membangun kebiasaan makan sehat sekaligus mendukung perkembangan emosional anak. Oleh karena itu, integrasi edukasi gizi dengan pendekatan psikososial dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran keluarga mengenai pentingnya pencegahan stunting secara komprehensif sehingga dapat menciptakan lingkungan pengasuhan yang sehat, responsif, dan berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang dirancang secara sistematis agar tujuan kegiatan, yaitu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta keterampilan masyarakat dalam mencegah stunting berbasis keluarga, dapat tercapai secara optimal. Program menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif yang menempatkan masyarakat sebagai mitra aktif dalam proses pembelajaran sehingga tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mampu mengidentifikasi permasalahan, berdiskusi, serta menyusun solusi yang sesuai dengan kondisi lingkungan setempat. Pendekatan partisipatif dipilih karena terbukti mampu meningkatkan keterlibatan masyarakat dalam proses pembelajaran, memperkuat rasa memiliki terhadap program, serta mendorong perubahan perilaku kesehatan yang lebih berkelanjutan (UNICEF, 2023; World Health Organization [WHO], 2024).

Tahap pertama merupakan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan pengelola Posyandu Moncorong 4, kader kesehatan, dan tokoh masyarakat setempat

untuk menentukan waktu, sasaran, serta mekanisme pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya dilakukan identifikasi kebutuhan masyarakat melalui diskusi awal dan observasi lapangan guna memperoleh gambaran mengenai tingkat pemahaman masyarakat tentang stunting, pola pemberian makan anak, praktik pengasuhan, serta berbagai kendala yang dihadapi keluarga dalam mendukung tumbuh kembang anak. Hasil identifikasi tersebut menjadi dasar dalam penyusunan materi edukasi yang mengintegrasikan aspek gizi, kesehatan anak, perkembangan psikologis, dan penguatan kapasitas keluarga. Materi disusun berdasarkan pedoman nasional pencegahan stunting, rekomendasi pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI), stimulasi tumbuh kembang sesuai usia, serta konsep parenting positif yang menekankan pentingnya keterlibatan seluruh anggota keluarga dalam pengasuhan anak. Selain itu, tim juga menyiapkan media edukasi berupa presentasi, leaflet, poster, lembar observasi, serta instrumen evaluasi yang dirancang menggunakan bahasa sederhana agar mudah dipahami oleh seluruh peserta dengan latar belakang pendidikan yang beragam. Penggunaan media edukasi yang menarik dan mudah dipahami diketahui mampu meningkatkan efektivitas penyampaian informasi kesehatan kepada masyarakat (Ayuningtyas & Formen, 2025).

Tahap berikutnya adalah pelaksanaan pretest sebagai evaluasi awal terhadap tingkat pengetahuan peserta. Sebanyak sembilan orang perwakilan mitra yang terdiri atas kader Posyandu dan ibu balita diminta mengisi instrumen berupa 15 soal pilihan ganda yang telah disusun sesuai dengan tujuan program. Instrumen tersebut mencakup materi mengenai pengertian stunting, faktor penyebab, dampak jangka pendek dan jangka panjang, pemberian MPASI yang tepat, pentingnya stimulasi perkembangan otak anak, pengenalan tanda keterlambatan perkembangan, penanganan perilaku tantrum, serta peran ayah dan anggota keluarga dalam mendukung tumbuh kembang anak. Hasil pretest digunakan untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan awal peserta sekaligus menentukan fokus materi yang perlu mendapatkan penekanan lebih selama proses edukasi berlangsung. Evaluasi awal seperti ini penting dilakukan agar proses pembelajaran dapat disesuaikan dengan kebutuhan peserta sehingga intervensi yang diberikan menjadi lebih efektif (Hake, 1998).

Tahap intervensi dilaksanakan melalui kegiatan psikoedukasi menggunakan pendekatan partisipatif yang menempatkan peserta sebagai subjek aktif dalam proses pembelajaran. Penyampaian materi dilakukan menggunakan metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan *Focus Group Discussion* (FGD), sesi tanya jawab, demonstrasi penyusunan menu gizi seimbang berbahan pangan lokal, simulasi penanganan tantrum pada anak, serta praktik sederhana mengenai stimulasi perkembangan sesuai kelompok usia. Dalam sesi diskusi, peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pengalaman selama mengasuh anak, hambatan dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga, serta strategi yang telah dilakukan untuk mengatasi berbagai permasalahan tersebut. Melalui pendekatan ini, peserta tidak hanya memperoleh tambahan pengetahuan, tetapi juga membangun kemampuan berpikir kritis, meningkatkan rasa percaya diri, serta mengembangkan keterampilan praktis dalam menerapkan pola pengasuhan yang responsif dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Integrasi aspek psikologis dalam edukasi stunting juga bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat bahwa pencegahan stunting tidak hanya berfokus pada pemenuhan gizi, tetapi juga membutuhkan lingkungan pengasuhan yang sehat, dukungan emosional, serta kesehatan mental orang tua sebagai pengasuh utama (Pertiwi & Pardede, 2023; Putri, 2024; Suryani & Utami, 2023).

Setelah seluruh materi selesai disampaikan, peserta mengikuti posttest menggunakan instrumen yang memiliki tingkat kesulitan dan cakupan materi yang sama dengan pretest. Tahap ini bertujuan mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah pelaksanaan intervensi sekaligus mengukur efektivitas program edukasi yang telah diberikan. Seluruh data hasil pretest dan posttest kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif melalui perhitungan nilai rata-rata (*mean*), median, modus, nilai minimum dan maksimum, rentang (*range*), varians, serta standar deviasi untuk menggambarkan perubahan tingkat pengetahuan peserta secara menyeluruh. Selain itu, efektivitas program dianalisis menggunakan Normalized Gain (N-Gain) untuk mengetahui besarnya peningkatan hasil belajar setelah mengikuti kegiatan edukasi (Hake, 1998). Analisis tersebut menjadi dasar dalam mengevaluasi keberhasilan program sekaligus memberikan rekomendasi bagi pengembangan kegiatan edukasi stunting berbasis keluarga yang lebih komprehensif, berkelanjutan, dan mudah direplikasi pada Posyandu maupun komunitas lain. Dengan demikian, program ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam jangka pendek, tetapi juga mendorong terbentuknya perilaku pengasuhan yang lebih adaptif, meningkatkan literasi gizi keluarga, serta memperkuat peran keluarga sebagai garda terdepan dalam upaya pencegahan stunting (Rahmawati et al., 2021; Wahyuni et al., 2023; WHO, 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keberhasilan program edukasi integratif gizi dan kesehatan mental keluarga ini diukur melalui analisis komparatif yang mendalam antara tingkat pemahaman peserta sebelum (pretest) dan setelah (posttest) intervensi dilakukan. Lonjakan nilai rata-rata (mean) kelompok yang sangat signifikan, dari 64,44 menjadi 96,30, serta nilai Normalized Gain (N-Gain) sebesar 0,90 membuktikan bahwa metode penyampaian materi yang digunakan sangat efektif dan efisien.

Analisis Statistik Deskriptif

Karena jumlah peserta Pretest (9 orang) dan Posttest (9 orang) sama, perhitungan deskriptif dan N-Gain dihitung menggunakan nilai rata-rata keseluruhan kelompok (Group N-Gain) untuk melihat efektivitas intervensi secara menyeluruh.

DATA

Keterangan	Total Nilai	Mean	SD
Data Pretest	**580,00**	**64,44**	**30,55**
Data Posttest	**866,66**	**96,30**	**4,84**

Perhitungan N-Gain:

Rumus : N-Gain = (Mean Posttest - Mean Pretest) / (100 - Mean Pretest)

Perhitungan : (96,30 - 64,44) ÷ (100 - 64,44) = 31,86 ÷ 35,56 = 0,90 (Kategori Tinggi)

Tabel 1. Pretest, Posttest dan N-Gain Pemahaman Stunting

Kelompok Peserta	N	Pretest (Mean)	Pretest (SD)	Posttest (Mean)	Posttes t (SD)	N-Gain (Indeks)	N-Gain (Kategori)
9	9	64,44	30,55	96,30	4,84	0,90	Tinggi

Tabel 2. Data Pretest, Posttest, dan N-Gain Control Class

Control Class	N	Pretest (Mean)	Pretest (SD)	Posttest (Mean)	Posttest (SD)	N-Gain (Indeks)	N-Gain (Kategori)
9	9	64,44	30,55	96,30	4,84	0,90	Tinggi

Tabel 3. Ringkasan Statistik Deskriptif

Parameter Statistik	Pretest (N=9)	Posttest (N=9)	Perubahan (Selisih)
Rata-Rata (Mean)	64,44	96,30	+31,86 (Meningkat)
Nilai Tengah (Median)	80,00	100,00	+20,00 (Meningkat)
Nilai Sering Muncul (Modus)	80,00	100,00	+20,00 (Meningkat)
Nilai Minimum	6,67	86,67	+80,00 (Meningkat)
Nilai Maksimum	100,00	100,00	0,00 (Optimal)
Rentang Nilai (Range)	93,33	13,33	-80,00 (Semakin Menyempit)
Varians Sampel(s)	933,33	23,46	-909,87 (Penyebaran mengecil)
Standar Deviasi (S)	30,55	4,84	-25,71 (Semakin Homogen)

Analisis & Interpretasi Hasil

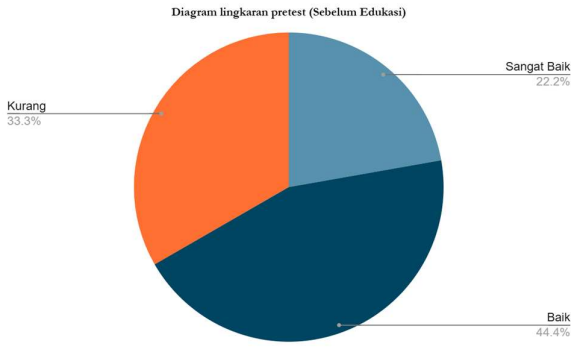
1. **Ukuran Pemusatan Data (Central Tendency)**

   Peningkatan Rata-rata (Mean): Nilai rata-rata melonjak signifikan dari 64,44 pada pretest menjadi 96,30 pada posttest. Peningkatan sebesar 31,86 poin ini mengindikasikan bahwa intervensi edukasi yang dilakukan sangat efektif meningkatkan pemahaman bersama secara drastis.

   Pergeseran Median & Modus: Pada pretest, mayoritas peserta berada di kisaran nilai 80,00. Namun pada posttest, nilai tengah (median) dan nilai yang paling sering muncul (modus) bergeser ke angka sempurna yaitu 100,00. Hal ini menunjukkan bahwa materi edukasi dapat diserap secara maksimal oleh sebagian besar peserta.

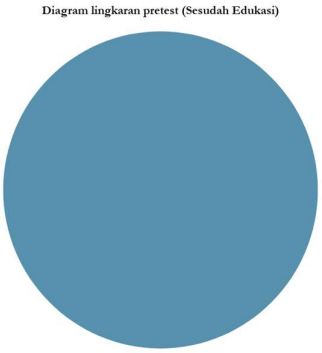
2. **Visualisasi Data**

   Berdasarkan Gambar diagram Lingkaran di atas, terlihat visualisasi perubahan distribusi tingkat pemahaman peserta yang sangat kontras sebelum dan sesudah pelaksanaan program edukasi:



Gambar 1 Diagram Lingakaran Sebelum Edukasi

Interpretasi Diagram Pretest (Sebelum Edukasi): Grafik lingkaran menunjukkan bahwa sebelum intervensi diberikan, tingkat pengetahuan mitra masih sangat bervariasi dan cenderung heterogen. Proporsi terbesar berada pada kategori Baik (44,4%), disusul oleh kategori Kurang (33,3%), dan hanya sebagian kecil yang berada pada kategori Sangat Baik (22,2%). Komposisi ini mencerminkan adanya kesenjangan pemahaman awal yang cukup lebar di antara para kader dan ibu balita terkait integrasi gizi dan kesehatan mental keluarga.



Gambar 2 diagram lingkaran setelah edukasi

Interpretasi Diagram Posttest (Sesudah Edukasi): Setelah pelaksanaan program edukasi, diagram lingkaran menunjukkan perubahan mutlak yang sangat signifikan. Seluruh area grafik (100%) bertransformasi penuh secara homogen ke dalam satu kategori tunggal, yaitu Sangat Baik. Hal ini menandakan bahwa seluruh peserta (9 orang) telah berhasil menyerap informasi, meluruskan kekeliruan konsep seputar pengasuhan dan stunting, serta mencapai standar kompetensi literasi yang optimal.

Secara visual, perbandingan kedua diagram lingkaran ini menegaskan bahwa program intervensi terpadu yang dilaksanakan tidak hanya sekadar mendongkrak nilai rata-rata kelompok, melainkan sukses memangkas kesenjangan pengetahuan antar-peserta hingga mencapai tingkat pemerataan pemahaman yang sempurna di tingkat akar rumput.

Pembahasan Komprehensif

Analisis komprehensif terhadap dinamika perubahan pemahaman peserta menunjukkan hasil yang signifikan pada beberapa aspek utama yang diintervensi, di mana temuan ini memiliki keterkaitan erat dengan berbagai landasan teoritis. Peningkatan pemahaman merata mengenai pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan peran vital protein hewani merupakan aplikasi langsung dari *Life Course*

Perspective. Teori ini menegaskan bahwa masa awal kehidupan merupakan *window of opportunity* sekaligus *window of vulnerability*, di mana intervensi gizi pada fase ini menentukan struktur fisik dan kapasitas fungsional anak di masa depan. Perubahan paradigma peserta dari menganggap stunting sebagai faktor genetik menjadi kesadaran akan dampak kurang gizi kronis juga sejalan dengan konsep *Environmental Enteric Dysfunction* (EED). Keberhasilan edukasi dalam mengoreksi pandangan mengenai sanitasi membuktikan pemahaman peserta terhadap mekanisme biologis EED, di mana lingkungan yang kotor memicu infeksi berulang seperti diare dan cacingan, yang memaksa tubuh melakukan *metabolic trade-off* dengan mengalihkan energi untuk fungsi imun alih-alih mendukung pertumbuhan fisik dan otak anak.

Di sisi lain, integrasi materi pengasuhan positif dan kesehatan mental dalam program ini memperluas intervensi dari sekadar aspek biomedis menuju pendekatan holistik yang selaras dengan Teori Ekologi Bronfenbrenner. Dengan menyasar mikrosistem keluarga melalui keterlibatan ayah dan ibu, program ini menciptakan lingkungan mikro yang mendukung perkembangan anak secara utuh. Penguatan konsep kelekatan aman (*secure attachment*) melalui respons tenang terhadap tantrum dan stimulasi hangat seperti pelukan mengakar kuat pada *Attachment Theory* dari John Bowlby, yang menyatakan bahwa hubungan emosional yang stabil menjadi pangkalan aman (*secure base*) bagi regulasi emosi anak. Selain itu, peningkatan kesadaran mengenai dampak negatif gawai terhadap risiko *speech delay* berkaitan dengan *Social Learning Theory* dari Albert Bandura. Teori ini menekankan bahwa anak memperoleh kemampuan bahasa melalui observasi dan interaksi sosial dua arah yang responsif dengan lingkungannya, sebuah proses yang terhambat ketika gawai menciptakan vakum interaksi. Melalui keterkaitan lintas disiplin ini, program berhasil membuktikan bahwa penanggulangan stunting yang efektif harus mengintegrasikan elemen nutrisi, kesehatan lingkungan, dan stimulasi psikososial secara berkesinambungan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan dan evaluasi program pengabdian kepada masyarakat mengenai edukasi stunting dan kesehatan mental keluarga di Desa Cisereuh, Kecamatan Regol, dapat disimpulkan bahwa program intervensi multidisiplin ini berjalan dengan sangat efektif dan efisien dalam meningkatkan kapasitas serta literasi mitra. Pendekatan holistik yang menjembatani aspek klinis nutrisi dengan psikologi pengasuhan anak terbukti mampu memberikan pemahaman yang komprehensif dibandingkan dengan model penyuluhan stunting konvensional yang cenderung parsial.

Secara kuantitatif, efektivitas program ini ditunjukkan oleh lonjakan nilai rata-rata (mean) pemahaman peserta secara signifikan, yaitu dari 64,44 pada saat pretest menjadi 96,30 pada saat posttest. Hasil tersebut diperkuat oleh pencapaian indeks Normalized Gain (N-Gain) sebesar 0,90, yang menempatkan program intervensi ini ke dalam kategori efektivitas tinggi. Selain itu, tingkat kesenjangan pengetahuan awal antarpeserta yang semula melebar akibat latar belakang pendidikan yang beragam berhasil diminimalisir secara optimal. Hal ini terkonfirmasi dari penyusutan nilai Standar Deviasi (s) yang sangat drastis, yaitu dari 30,55 pada tahap pretest menjadi 4,84 pada tahap posttest, yang mengindikasikan bahwa pemerataan literasi telah terbentuk secara homogen di tingkat akar rumput.

Secara kualitatif, peningkatan kapasitas para kader Posyandu dan ibu balita mencakup tiga dimensi substantif. Pertama, pada dimensi literasi gizi dan lingkungan, peserta berhasil menguasai urgensi optimalisasi 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pemenuhan protein hewani, pemberian ASI eksklusif, serta memahami mekanisme

korelasi kausalitas antara sanitasi yang kurang memadai dengan risiko infeksi pencernaan berulang yang dapat menghambat pertumbuhan fisik serta perkembangan jaringan otak anak. Kedua, pada dimensi psikososial keluarga, peserta telah menginternalisasi keterampilan pengasuhan positif (positive parenting), yang meliputi manajemen tantrum secara regulatif tanpa kekerasan, kesadaran pembatasan gawai untuk mencegah keterlambatan bicara (speech delay), pembentukan kelekatan aman (secure attachment), serta pentingnya pelibatan aktif figur ayah dalam pengasuhan. Ketiga, dari aspek metodologis, kombinasi metode ceramah yang diintegrasikan dengan focus group discussion (FGD), demonstrasi menu gizi seimbang, dan simulasi penanganan tantrum terbukti menjadi instrumen pembelajaran yang inklusif dan partisipatif bagi masyarakat formal maupun informal.

Sebagai rekomendasi untuk keberlanjutan program (sustainability), modal sosial berupa literasi yang merata pada kader dan ibu balita ini perlu dilembagakan melalui program pemantauan kesehatan berkala yang terintegrasi di tingkat desa. Dukungan pendanaan berkelanjutan serta kolaborasi akademisi lintas disiplin diharapkan dapat terus dikembangkan guna mereplikasi model intervensi berbasis komunitas ini di wilayah lain yang memiliki karakteristik sosial-demografis serupa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat menyampaikan apresiasi dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Rifqi dan Ibu Pratidina atas dukungan penuh dan bimbingannya selama pembuatan modul dan jurnal. Penghargaan yang tinggi juga kami sampaikan kepada pimpinan Fakultas Psikologi dan Ibu-Ibu kader di posyandu moncorong 4 atas fasilitasi dan dukungan administratif yang diberikan selama persiapan hingga pelaksanaan program intervensi ini. Selain itu, ucapan terima kasih kami tujukan kepada Pemerintah Desa Cisereuh, Kecamatan Regol, Kota Bandung, Provinsi Jawa Barat, yang telah memberikan izin operasional, sarana, serta koordinasi wilayah yang sangat baik. Terakhir, apresiasi yang mendalam kami haturkan kepada para Kader Posyandu dan segenap Ibu balita di wilayah Desa Cisereuh atas partisipasi aktif, dedikasi, dan kerja samanya yang luar biasa, sehingga program edukasi Stunting dan kesehatan mental keluarga ini dapat berjalan dengan sukses, lancar, dan memberikan dampak nyata bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Ayuningtyas, A., & Formen, A. (2025). *Pengaruh literasi gizi terhadap kemampuan orang tua dalam memilih nutrisi untuk anak usia dini*. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.

Black, M. M., Walker, S. P., Fernald, L. C. H., Andersen, C. T., DiGirolamo, A. M., Lu, C., McCoy, D. C., Fink, G., Shawar, Y. R., Shiffman, J., Devercelli, A. E., Wodon, Q. T., Vargas-Barón, E., & Grantham-McGregor, S. (2017). Early childhood development coming of age: Science through the life course. *The Lancet, 389*(10064), 77–90. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31389-7

Grantham-McGregor, S., Cheung, Y. B., Cueto, S., Glewwe, P., Richter, L., & Strupp, B. (2007). Developmental potential in the first 5 years for children in developing countries. *The Lancet, 369*(9555), 60–70. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)60032-4

Hake, R. R. (1998). Interactive-engagement versus traditional methods: A six-thousand-student survey of mechanics test data for introductory physics courses. *American Journal of Physics, 66*(1), 64–74. https://doi.org/10.1119/1.18809

Pertiwi, Y., & Pardede, E. L. (2023). *Pengaruh kesehatan mental ibu terhadap status gizi anak di Indonesia*. *Jurnal Ekonomi dan Pembangunan Indonesia*.

Putri, A. (2024). *Self-stigma stunting, dampak dan perubahan psikologis ibu dengan anak stunting di Kabupaten Garut*. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*.

Rahmawati, T., Lestari, W., & Wijaya, A. (2021). *Hubungan literasi gizi ibu dengan keanekaragaman pangan balita dalam upaya pencegahan stunting*. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*.

Suryani, L., & Utami, R. D. (2023). *Integrasi aspek psikologis dalam pengasuhan 1000 hari pertama kehidupan (HPK) untuk menekan prevalensi stunting*. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan Terpadu*.

UNICEF. (2023). *Child food poverty: A nutrition crisis in early childhood*. United Nations Children's Fund. https://www.unicef.org/reports/child-food-poverty-2024

Wahyuni, F. C., Karomah, U., Basrowi, R. W., Sitorus, N. L., & Lestari, L. A. (2023). The relationship between nutrition literacy and nutrition knowledge with the incidence of stunting: A scoping review. *Amerta Nutrition, 7*(4), 613–623. https://doi.org/10.20473/amnt.v7i4.2023.613-623

Walker, S. P., Wachs, T. D., Grantham-McGregor, S., Black, M. M., Nelson, C. A., Huffman, S. L., Baker-Henningham, H., Chang, S. M., Hamadani, J. D., Lozoff, B., Gardner, J. M. M., Powell, C. A., Rahman, A., & Richter, L. (2011). Inequality in early childhood: Risk and protective factors for early child development. *The Lancet, 378*(9799), 1325–1338. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60555-2

World Health Organization. (2024). *Global nutrition report: Scaling up nutrition and resolving stunting*. World Health Organization.