

**Tumbuh Sehat, Tumbuh Hebat: Katakan Tidak pada *Stunting* Melalui Edukasi Gizi, Pola Asuh, dan Pemberdayaan Keluarga dalam Masyarakat**

***Growing Healthy, Growing Strong: Say No to Stunting through Nutrition Education, Parenting Practices, and Family Empowerment in the Community***

**Arthur Huwae\*, Grace Shielde Yuniar Kusuma, Radya Gardinna Tyo Cahya,  
Michelle M. T. Tumengkol, Rafy Qurniawan Bayu Sudibyo,  
Michelle Felicia Amanda, Gesry Shielda Surenyu**

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana  
Jl. Diponegoro 52-60 Salatiga, Jawa Tengah, Indonesia

\*Email: arthur.huwae@uksw.edu

(Diterima 18-02-2026; Disetujui 24-03-2026)

**ABSTRAK**

*Stunting* masih menjadi permasalahan gizi kronis yang berdampak serius terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta kualitas hidup anak di masa depan. Kegiatan psikoedukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu terkait pencegahan *Stunting* melalui pemahaman konsep dasar *Stunting*, penyebab, dampak, serta praktik gizi seimbang. Psikoedukasi diikuti oleh ibu-ibu pemberdayaan dan kesejahteraan keluarga (PKK) Karang Taruna Salatiga yang terdiri atas ibu promil, ibu hamil, dan ibu dengan anak usia dini. Kegiatan ini mencakup sesi pemberian materi, diskusi, tanya jawab, dan refleksi. Pengukuran tingkat pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test* berdasarkan skala pengetahuan ibu balita tentang *Stunting*. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terkait *Stunting* dan langkah pencegahannya. Peserta mampu mengidentifikasi faktor risiko *Stunting*, memahami pentingnya gizi seimbang, serta menunjukkan kesiapan untuk mengaplikasikan perilaku preventif dalam kehidupan sehari-hari. Implikasi dari psikoedukasi ini menegaskan pentingnya intervensi edukatif yang berkelanjutan bagi orang tua dan calon orang tua sebagai upaya memperkuat pencegahan *Stunting*.

Kata kunci: *Stunting*, Faktor Risiko, Pencegahan, Gizi

**ABSTRACT**

*Stunting* remains a chronic nutritional problem with serious consequences for children's physical growth, cognitive development, and long-term quality of life. This psychoeducational program aimed to increase mothers' knowledge regarding *Stunting* prevention by enhancing their understanding of its basic concepts, causes, consequences, and balanced nutrition practices. The program was attended by members of the Family Empowerment and Welfare (PKK) group of Karang Taruna Salatiga, including women planning pregnancy, pregnant women, and mothers with early childhood-aged children. The activities consisted of educational sessions, group discussions, question-and-answer sessions, and reflective exercises. Knowledge levels were assessed using *pre-test* and *post-test* questionnaires based on a maternal knowledge scale on *Stunting* among mothers of toddlers. The findings indicated an improvement in participants' understanding of *Stunting* and its preventive measures. Participants were able to identify risk factors, recognize the importance of balanced nutrition, and demonstrate readiness to implement preventive behaviors in daily life. These results underscore the importance of sustained educational interventions for parents and prospective parents to strengthen *Stunting* prevention efforts.

Keywords: *Stunting*, Risk Factors, Prevention, Nutrition

**PENDAHULUAN**

*Stunting* masih menjadi permasalahan gizi yang serius di Indonesia, bahkan di dunia. *Stunting* menjadi ancaman serius untuk perkembangan anak yang dapat menyebabkan perkembangan fisik dan kognitif anak menjadi kurang optimal (Subramanian et al., 2025). Kurangnya asupan gizi saat bayi, kondisi sosial ekonomi, serta kurangnya pengetahuan orang tua terhadap *stunting* menyebabkan anak mengalami *stunting* (Rahmawati dkk., 2019).

Berdasarkan data oleh WHO tahun 2020, sekitar 149,2 juta anak di seluruh dunia mengalami *stunting*. Di Asia tenggara, Indonesia menduduki peringkat kedua dengan prevalensi *stunting*

mencapai angka 19,8% berdasarkan data Survei Status Gizi Nasional (SSGI) tahun 2024 meskipun angka ini menunjukkan penurunan yang cukup signifikan dibandingkan tahun 2021 yang berada di angka 24,4%. (Fitriani dkk., 2023). Hal ini menggambarkan beban kesehatan publik yang masih tinggi di tengah upaya nasional. *Stunting* pada balita dapat menjadi landasan kritis untuk memahami dampak jangka panjang terhadap perkembangan anak (Fahmida dkk., 2024). Kondisi gizi kronis yang berkepanjangan pada balita tidak hanya menghambat perkembangan fisik dan kognitif, tetapi juga menghambat pertumbuhan motorik dan mental, serta meningkatkan risiko terkena penyakit dan kurangnya produktivitas di masa dewasa. Dermawan dkk. (2022) menegaskan bahwa *stunting* dapat menghambat pertumbuhan ekonomi dan memperkuat siklus kemiskinan.

Ketika anak mengalami *stunting*, pertumbuhan mereka tidak akan optimal, baik perkembangan fisik, motorik, kognitif, bahkan sosial-emosionalnya. Anak yang mengalami *stunting* perkembangannya akan tertinggal dari anak seusianya karena dampak *Stunting* bersifat jangka panjang. Tingkat pengetahuan orang tua terhadap pentingnya nutrisi pada 1.000 hari pertama kehidupan anak juga berpengaruh penting, terutama ibu (Maulida dkk., 2025). Sejalan dengan hal tersebut, hasil wawancara yang dilakukan dengan seorang bidan di Desa Karang Taruna mendapati bahwa pemahaman dan kesadaran orang tua mengenai pencegahan *stunting* masih rendah. Meskipun telah banyak program pencegahan *stunting* yang dilaksanakan, akan tetapi implementasinya belum optimal. Beberapa bantuan yang seharusnya diperuntukkan bagi anak, misalnya paket makanan bergizi, tidak selalu dikonsumsi oleh anak. Dalam beberapa kasus, makanan justru dimakan oleh anggota keluarga lain, sehingga tujuan program tidak tercapai dan risiko *stunting* tetap ada.

Studi sebelumnya menunjukkan apabila *stunting* tidak dicegah dan diatasi secara dini, anak akan sulit belajar dan beradaptasi di lingkungan sekolah karena sulit konsentrasi, daya ingat rendah, serta sulit membedakan huruf (Mosites et al., 2017; Thurstans et al., 2022; Madiuw dkk., 2023). Kondisi ini tidak hanya menghambat pertumbuhan fisik dan kognitif tetapi juga meningkatkan risiko penyakit metabolik, penyakit kardiovaskular, dan penurunan imunitas di masa dewasa. Maka dari itu, orang tua perlu memiliki pengetahuan yang baik akan nutrisi dan pola asuh yang dapat mendukung perkembangan anak agar kebutuhan gizi anak dapat tercukupi dan terhindar dari risiko *stunting*. Maulida dkk. (2025) menegaskan bahwa orang tua harus memiliki pengetahuan dan pemahaman yang baik karena minimnya pengetahuan orang tua akan *stunting* menjadi salah satu faktor dominan yang dapat meningkatkan risiko anak terkena *stunting*.

Pengetahuan dan pemahaman yang baik tentang gizi pada orang tua, khususnya ibu, menjadi salah satu faktor kunci pencegahan dan penanganan *stunting* (Setiarini & Rahman, 2023). Oleh karena itu, psikoedukasi diperlukan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu mengenai nutrisi 1.000 hari pertama kehidupan, pemberian MP-ASI tepat waktu, serta pola asuh yang mendukung perkembangan anak agar kebutuhan gizi anak pada 1.000 hari pertama kehidupan dapat tercukupi dan terhindar dari risiko *stunting*.

Menindaklanjuti hal tersebut, tujuan dari kegiatan psikoedukasi ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu sedang promil, ibu hamil dan ibu yang memiliki anak balita di Desa Karang Taruna dalam melaksanakan pencegahan *stunting* secara efektif.

## BAHAN DAN METODE

Pelaksanaan psikoedukasi dilaksanakan pada bulan November – Desember 2025. Peserta yang berpartisipasi dalam kegiatan ini adalah ibu-ibu PKK Desa Karang Taruna Salatiga - Jawa Tengah yang terdiri atas ibu sedang promil, ibu hamil, dan ibu yang memiliki anak masih kecil. Kegiatan psikoedukasi ini memberikan pemahaman tentang *stunting*, yaitu apa itu *stunting*, faktor penyebab *stunting*, dampak *stunting*, peran orang tua dalam mencegah *stunting*, gizi seimbang dan makanan harian anak dan pantau pertumbuhan anak. Pengukuran *pre-test* dan *post-test* menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan ibu balita tentang *stunting* oleh Latifah (2022). Skala ini disesuaikan dengan kegiatan psikoedukasi seperti pada gambar Tabel 1.

**Tabel 1. Gambaran Kegiatan Psikoedukasi *Stunting***

Tahapan	Tujuan	Kegiatan Layanan
Awal	Melakukan pengenalan dan uraian rangkaian kegiatan psikoedukasi.	Kegiatan diawali dengan pengenalan dari kegiatan psikoedukasi dan fasilitator serta pemaparan uraian rangkaian psikoedukasi yang akan dimulai. Selain itu, dilakukan pemberian <i>pre-test</i> tentang tingkat pengetahuan ibu balita tentang <i>stunting</i> .
Inti	Meningkatkan pengetahuan tentang cegah <i>stunting</i> melalui kegiatan psikoedukasi tumbuh sehat tumbuh hebat: katakan tidak pada <i>stunting</i> .	Pada kegiatan inti psikoedukasi, terdiri atas 3 sesi, yaitu sesi 1 tentang penyampaian materi <i>stunting</i> , faktor penyebab <i>stunting</i> , dampak <i>stunting</i> , peran orang tua dalam mencegah <i>stunting</i> , gizi seimbang & makanan harian anak serta pantau pertumbuhan anak; sesi 2 kuis tentang <i>stunting</i> dan sesi 3 tentang refleksi dari materi yang sudah disampaikan.
Akhir	Mengetahui pemahaman pengetahuan tentang <i>stunting</i> dan tingkat keberhasilan kegiatan psikoedukasi dalam cegah <i>stunting</i> .	Tahap ini dilakukan pengukuran dengan pemberian <i>post-test</i> tentang keberhasilan kegiatan cegah <i>stunting</i> dan evaluasi akhir dari kegiatan psikoedukasi.

Sebelum kegiatan psikoedukasi diberikan kepada peserta, tahapan awal kegiatan peserta diberikan *pre-test* untuk mengetahui sejauh mana peserta memahami tentang *stunting* dan pencegahannya. Setelah itu, tahapan selanjutnya diberikan pemaparan materi mengenai *stunting*, faktor penyebab *stunting*, dampak *stunting*, peran orang tua dalam mencegah *stunting*, gizi seimbang dan makanan harian anak, serta pantau pertumbuhan anak. Untuk mengetahui keberhasilan dari kegiatan psikoedukasi ini, peserta diberikan *post-test* dengan menggunakan skala yang sama untuk melihat perubahannya.

Skala tingkat pengetahuan ibu balita tentang *stunting* terdiri atas 20 pernyataan. Peserta diminta untuk memilih jawaban “ya” atau “tidak” dari pernyataan tersebut. Jika jawaban sesuai dengan kunci jawaban, maka diberikan skor 1, dan jika jawaban tidak sesuai dengan kunci jawaban, maka jawaban akan diberikan skor 0.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan psikoedukasi dalam bentuk edukasi *stunting* sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya pertumbuhan dan perkembangan anak pada usia dini. Pelaksanaan psikoedukasi diawali dengan pembuatan rancangan materi berdasarkan modul “*Tumbuh Sehat, Tumbuh Hebat: Katakan Tidak pada Stunting*” yang berisi penjelasan tentang konsep *stunting*, penyebab, dampak jangka panjang, serta langkah-langkah pencegahannya. Penyusunan materi ini dilakukan agar informasi yang diberikan dapat tersampaikan secara jelas, terstruktur, dan sesuai dengan kebutuhan peserta. Setelah materi disusun, fasilitator mempersiapkan media pendukung seperti *slide* presentasi dan contoh visual untuk mempermudah pemahaman.



**Gambar 1. Pengenalan**

Psikoedukasi ini dilaksanakan untuk mempersiapkan peserta dalam menghadapi berbagai tantangan pengasuhan anak yang membutuhkan perhatian khusus pada aspek gizi, kebersihan lingkungan, serta pemantauan tumbuh kembang. Kegiatan edukasi diisi dengan aktivitas yang berkaitan langsung

dengan konteks pencegahan *stunting*, sehingga peserta dapat dengan mudah menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan psikoedukasi diawali dengan melakukan pembagian modul kepada seluruh peserta sebagai bahan pendamping selama proses edukasi berlangsung. Setelah pembagian modul, kegiatan dilanjutkan dengan pemberian *pre-test* kepada peserta untuk mengukur tingkat pemahaman awal sebelum menerima psikoedukasi. *Pre-test* ini terdiri atas 20 pernyataan dengan pilihan jawaban “ya” dan “tidak” yang mencakup aspek definisi *stunting*, faktor penyebab, dampak, hingga langkah pencegahan.

Setelah *pre-test* selesai, fasilitator melanjutkan kegiatan dengan penyampaian materi inti psikoedukasi. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan menggabungkan penjelasan verbal, penggunaan media visual, serta diskusi terbuka untuk memperkuat pemahaman peserta. Pada tahap ini, fasilitator menjelaskan konsep dasar *stunting* meliputi definisi, ciri utama, serta dampak jangka panjangnya terhadap perkembangan otak, imunitas, dan produktivitas. Peserta juga diberikan pemahaman mengenai pentingnya gizi seimbang, ASI eksklusif, pola asuh responsif, dan sanitasi yang baik sebagai langkah pencegahan *stunting*.



Gambar 2. Penyampaian Materi

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan awal peserta terkait *stunting* berada pada kategori rendah hingga sedang. Skor yang diperoleh berada pada rentang 8 hingga 15 dari total 20 butir penilaian. Dari hasil ini dapat diperoleh bahwa beberapa peserta belum memahami bahwa *stunting* bukan hanya terkait dengan keterbatasan tinggi badan, melainkan merupakan kondisi gagal tumbuh yang berpengaruh pada perkembangan otak dan kemampuan kognitif anak. Selain itu, masih banyak peserta yang belum menyadari bahwa faktor-faktor seperti sanitasi yang kurang memadai, infeksi berulang, dan minimnya stimulasi perkembangan turut meningkatkan risiko terjadinya *stunting*. Sementara, WHO (2020) menegaskan bahwa sanitasi buruk dan paparan infeksi kronis, khususnya infeksi saluran cerna, merupakan determinan utama yang berkontribusi terhadap gangguan pertumbuhan anak melalui mekanisme *environmental enteric dysfunction*. Selain itu, beberapa peserta juga masih memiliki persepsi keliru bahwa kondisi *stunting* dapat membaik seiring pertambahan usia. Pemahaman ini tidak sesuai dengan temuan ilmiah yang menjelaskan bahwa dampak *stunting* bersifat menetap apabila tidak dicegah dalam periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan. Penelitian yang dilakukan oleh Prado dan Dewey (2014) menunjukkan bahwa kekurangan gizi kronis pada masa awal kehidupan menyebabkan perubahan struktur dan fungsi otak yang sulit dipulihkan, sehingga berpengaruh pada kemampuan kognitif, perkembangan motorik, serta potensi belajar anak di kemudian hari. Temuan tersebut menguatkan bahwa intervensi pencegahan harus dilakukan sedini mungkin, karena pemulihan setelah usia dua tahun menjadi sangat terbatas.



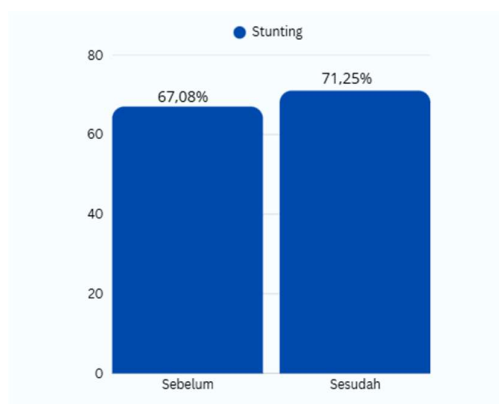
Gambar 3. Aktivitas

Selanjutnya, fasilitator melakukan simulasi pemantauan pertumbuhan anak. Pada sesi ini, peserta diperkenalkan pada prosedur pengukuran dasar seperti penimbangan berat badan, pengukuran tinggi atau panjang badan, serta pengukuran lingkaran lengan atas (LILA). Tidak hanya diberikan penjelasan teoretis, fasilitator juga mendemonstrasikan penggunaan alat ukur seperti timbangan, *height chart*, dan pita LILA, sekaligus menjelaskan cara menginterpretasikan hasil pengukuran menggunakan kurva pertumbuhan. Simulasi ini dirancang agar peserta tidak hanya memahami konsep pemantauan pertumbuhan secara teoritis, tetapi juga mampu mengaplikasikannya secara mandiri dalam konteks sehari-hari.



Gambar 4. Simulasi Pemantauan Pertumbuhan Anak

Pada kegiatan selanjutnya, pelaksanaan *post-test* dilakukan sebagai bentuk evaluasi untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti psikoedukasi. Instrumen *post-test* menggunakan butir yang sama dengan *pre-test* sehingga mampu memberikan gambaran perubahan pengetahuan secara lebih akurat. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya peningkatan pemahaman pada seluruh peserta, dengan rentang skor meningkat menjadi 11 hingga 16. Mayoritas peserta mengalami peningkatan yang cukup bermakna, khususnya pada aspek-aspek yang sebelumnya sering disalahpahami, seperti faktor penyebab *stunting*, sifat *irreversible* kondisi tersebut, serta pentingnya sanitasi dan pola asuh dalam mendukung tumbuh kembang anak. Hal ini menunjukkan bahwa psikoedukasi memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan peserta.

Gambar 5. Hasil *Pre-test* dan *Post-test Stunting*

Berdasarkan grafik tersebut terlihat adanya peningkatan persentase pemahaman peserta setelah psikoedukasi diberikan. Sebelum kegiatan, pemahaman peserta berada pada angka 67,08%, yang menunjukkan pengetahuan masih terbatas terkait *stunting*, gizi seimbang, sanitasi, dan pemantauan pertumbuhan. Setelah penyampaian materi dan diskusi, persentase pemahaman meningkat menjadi 71,25%, menandakan bahwa psikoedukasi memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pencegahan *stunting*.

### Evaluasi Program Psikoedukasi *Stunting*

Berdasarkan hasil evaluasi program pada Tabel 2, didapatkan hasil secara keseluruhan berada pada tingkat kepuasan yang tinggi. Ibu-ibu di Desa Karang Taruna juga mengungkapkan bahwa kegiatan psikoedukasi ini membawa banyak manfaat bagi mereka, dimana mereka menjadi paham mengenai *stunting*, faktor dan dampaknya, serta bagaimana peran orang tua untuk mencegah *stunting*. Melalui psikoedukasi ini juga muncul harapan-harapan agar anaknya dapat terbebas dari *stunting* dan *stunting* di Indonesia dapat berkurang. Persoalan *stunting* pada anak di Indonesia telah menjadi perhatian besar. Hal ini karena anak adalah generasi penerus yang nantinya menentukan kualitas pembangunan di masa depan, sehingga upaya pencegahan *stunting* perlu dilakukan secara berkelanjutan, salah satunya melalui program edukasi.

**Tabel 2. Hasil Evaluasi Capaian Psikoedukasi *Stunting***

No.	Pernyataan	Persentase	Kategori
1.	Melalui psikoedukasi <i>stunting</i> , orang tua memahami bahwa keberhasilan tumbuh kembang anak tidak hanya ditentukan oleh apa yang dimakan sejak masa kelahiran.	50%	Rendah
2.	Melalui psikoedukasi, orang tua mampu mengidentifikasi bahwa proses pertumbuhan dapat dilihat dan diukur secara kasat mata sesuai dengan usia.	83%	Tinggi
3.	Melalui psikoedukasi, menjadi tahu bahwa <i>stunting</i> bersifat irreversible sehingga pencegahan harus sedini mungkin.	33%	Rendah
4.	Psikoedukasi membantu orang tua memahami bahwa genetik bukan alasan utama anak mengalami <i>stunting</i> .	25%	Rendah
5.	<i>Stunting</i> merupakan kondisi gagal tumbuh pada tubuh dan otak akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama.	8,3%	Rendah
6.	Melalui psikoedukasi, menjadi paham bahwa anak <i>stunting</i> tetap berisiko mengalami obesitas ketika dewasa.	83%	Tinggi
7.	Melalui psikoedukasi, orang tua tahu bahwa pencegahan tidak hanya saat bayi lahir, tetapi dimulai sejak kehamilan dan berlanjut setelahnya.	83%	Tinggi
8.	Melalui psikoedukasi, orang tua menyadari bahwa kurangnya akses air bersih dan sanitasi dapat menjadi penyebab penyakit gizi pada anak.	92%	Tinggi
9.	Psikoedukasi <i>stunting</i> membantu orang tua paham bahwa balita harus mendapatkan sebagian besar sayuran setiap makan.	92%	Tinggi
10.	Melalui psikoedukasi, orang tua memahami pentingnya lingkungan penuh kasih (asah) bagi kenyamanan dan perkembangan anak.	92%	Tinggi
11.	Psikoedukasi mengklarifikasi bahwa <i>stunting</i> tidak semata-mata akibat kurang asupan makanan.	8,3 %	Rendah
12.	Melalui psikoedukasi, orang tua paham bahwa pertumbuhan anak harus dipantau setiap bulan untuk mencegah anak mengalami kegagalan pertumbuhan yang ditandai dengan penurunan berat badan di KMS.	92%	Tinggi
13.	Psikoedukasi menjelaskan bahwa pola pertumbuhan anak laki-laki dan perempuan berbeda.	92%	Tinggi
14.	Melalui psikoedukasi, orang tua memahami bahwa anak bertubuh pendek bisa saja mengalami pertumbuhan fisik dan mental yang tidak normal	67%	Sedang
15.	Melalui psikoedukasi, orang tua tahu bahwa anak dengan tubuh pendek tidak selalu memiliki risiko tinggi terhadap penurunan fungsi otak.	17%	Rendah
16.	Psikoedukasi membantu orang tua mengetahui bahwa anak yang terkena <i>stunting</i> akan lebih mudah terkena penyakit.	100%	Tinggi
17.	Melalui psikoedukasi, orang tua memahami bahwa <i>Stunting</i> pada anak dapat menyebabkan penurunan IQ dan gangguan perkembangan.	100%	Tinggi
18.	Psikoedukasi membantu orang tua bahwa ASI Eksklusif dapat mencegah anak dari penyakit <i>stunting</i> .	100%	Tinggi

19.	Melalui psikoedukasi, ibu dapat memahami bahwa kurangnya pengetahuan akan nutrisi yang baik untuk anak dapat memicu anak mengalami <i>stunting</i> .	92%	Tinggi
20.	Psikoedukasi membantu orang tua memahami bahwa menjaga kebersihan lingkungan rumah dapat mencegah terjadinya penyakit gizi pada anak.	100%	Tinggi

### KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan psikoedukasi mengenai pencegahan *stunting* yang dilaksanakan bagi ibu promil, ibu hamil, dan ibu dengan anak usia dini di Desa Karang Taruna terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai *stunting*, mulai dari konsep dasar, penyebab, dampak jangka panjang, hingga langkah pencegahannya. Hasil pengukuran *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan peserta, yang menggambarkan perubahan pemahaman yang lebih baik terutama pada aspek penting seperti pentingnya pencegahan sejak masa kehamilan, peran gizi seimbang dalam 1.000 hari pertama kehidupan, pentingnya sanitasi yang baik, serta keterlibatan orang tua dalam pemantauan pertumbuhan anak. Peserta juga menunjukkan kesiapan dalam menerapkan perilaku preventif, seperti memperhatikan asupan nutrisi anak, memaksimalkan peran ASI eksklusif, serta menjaga kebersihan lingkungan untuk mencegah infeksi berulang yang dapat memicu terjadinya *stunting*. Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa intervensi edukasi yang dilakukan secara terstruktur dan interaktif dapat menjadi strategi efektif dalam mendukung upaya pencegahan *stunting* di tingkat keluarga, khususnya melalui peningkatan kapasitas pengetahuan ibu sebagai pihak utama dalam pengasuhan anak.

Berdasarkan hasil kegiatan, upaya pencegahan *stunting* perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui penguatan program edukasi bagi orang tua dan calon orang tua. Pemerintah desa dan tenaga kesehatan disarankan untuk melanjutkan kegiatan psikoedukasi secara rutin agar pengetahuan masyarakat mengenai *stunting* terus berkembang dan dapat diterapkan dalam praktik sehari-hari. Selain itu, perlu dilakukan monitoring tumbuh kembang anak secara berkala agar risiko *stunting* dapat terdeteksi lebih dini dan ditangani secara cepat. Materi edukasi juga dapat dikembangkan dalam bentuk modul atau media informasi sederhana agar lebih mudah dipahami dan diakses oleh masyarakat. Bagi peserta, diharapkan pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan secara konsisten melalui pemberian nutrisi seimbang, penerapan pola asuh responsif, pemeliharaan sanitasi lingkungan, serta komitmen melakukan pemantauan pertumbuhan anak.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana yang telah memfasilitasi kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini secara penuh dari awal sampai akhir.

### DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2025). Potret *Stunting* di Indonesia. Diakses pada 1 Desember 2025 melalui <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/potret-Stunting-di-indonesia/>
- Dermawan, A., Mahanim, M., & Siregar, N. (2022). Upaya percepatan penurunan *Stunting* di kabupaten asahan. *Jurnal Bangun Abdimas*, 1(2), 98-104.
- Fahmida, U., Pramesthi, I. L., Kusuma, S., Sudibya, A. R., Rahmawati, R., Suciyanti, D., ... & Diana, A. (2024). Problem nutrients in diet of under-five children and district food security status: Linear programming analyses of 37 *Stunting* priority districts in Indonesia. *Plos one*, 19(12), e0314552. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0314552>
- Fitriani, L., Wahyuni, S., Usman, A., Jamir, A. F., Sari, A. P., & Irawati, A. (2023). Penyuluhan dan praktek menu makanan sehat balita untuk pencegahan *Stunting* di Kelurahan Anreapi. *Jurnal Abdimas ITEKES Bali*, 3(1), 40-44. <https://doi.org/10.37294/jai.v3i1.500>

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). SSGI 2024: Prevalensi *Stunting* nasional turun menjadi 19,8%. Diakses pada 1 Desember 2025 melalui <https://kemkes.go.id/id/ssgi-2024-prevalensi-Stunting-nasional-turun-menjadi-198>
- Madiuw, D., Manuhutu, F., Sainafat, A., Rehena, Z., Leutualy, V., Tasijawa, F. A., & Huwae, A. (2023). SIDIK SIAMA: An instrument for risk detection of *Stunting* since pregnancy. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan [Internet]*, 8(1), 383-390. <https://dx.doi.org/10.30604/jika.v8i1.1551>
- Maulida., Hayani, M., Nazari, N., Morian, P. C. S. (2025). Pengaruh *Stunting* pada tumbuh kembang anak periode golden age. *Journal of Language and Health*, 6(2), 107-114. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JLH/article/view/6665>
- Mosites, E., Dawson-Hahn, E., Walson, J., Rowhani-Rahbar, A., & Neuhouser, M. L. (2017). Piecing together the *Stunting* puzzle: A framework for attributable factors of child *Stunting*. *Paediatrics and International Child Health*, 37(3), 158–165. <https://doi.org/10.1080/20469047.2016.1230952>
- Prado, E. L., & Dewey, K. G. (2014). *Nutrition and brain development in early life*. 72(4), 267–284. <https://doi.org/10.1111/nure.12102>
- Rahmawati, A., Nurmawati, T., & Sari, L. P. (2019). Faktor yang berhubungan dengan pengetahuan orang tua tentang *Stunting* pada balita. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(3), 389-395. <https://doi.org/10.26699/jnk.v6i3.ART.p389-395>
- Setiarini, S., & Rahman, N. (2023). Pengaruh Psikoedukasi Masalah *Stunting* Pada Ibu Yang Mempunyai Balita Di Kabupaten Sijunjung Tahun 2022. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*, 17(2), 122-129. <https://doi.org/10.31869/mi.v17i2.4187>
- Subramanian, S. V., Karlsson, O., & Kim, R. (2022). Revisiting the *Stunting* metric for monitoring and evaluating nutrition policies. *The Lancet Global Health*, 10(2), e179-e180. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(21\)00504-0](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(21)00504-0)
- Thurstans, S., Sessions, N., Dolan, C., Sadler, K., Cichon, B., Isanaka, S., ... & Khara, T. (2022). The relationship between wasting and *Stunting* in young children: A systematic review. *Maternal & Child Nutrition*, 18(1), e13246. <https://doi.org/10.1111/mcn.13246>