

## Psikoedukasi Online Sebagai Upaya Mencegah Stunting Melalui Cara Makan yang Baik Pada Anak

Eva Meizara Puspita Dewi<sup>1</sup> Maizani Aulia Kanata<sup>2</sup>, Muhammad Farhan Muharram<sup>3</sup>,  
Muhammad Abizar Nafara Aliyandra<sup>4</sup>, Muh. Idul Fauzi Muhaimin<sup>5</sup>  
Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar  
Email: [evameizara@unm.ac.id](mailto:evameizara@unm.ac.id)<sup>1</sup>

**Abstrak.** Berdasarkan hasil analisis kebutuhan yang telah dilakukan selama KKP di Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), diketahui bahwa strategi dan kebijakan yang ditempuh BKKBN adalah dengan terus memberikan pemahaman yang utuh kepada masyarakat luas mengenai stunting. Stunting disebabkan oleh beberapa faktor dan menjadi penting untuk ditangani bersama dengan masyarakat. Permasalahan stunting merupakan kekurangan gizi pada anak yang berdampak pada tumbuh kembang anak. Anak yang mengalami kekurangan gizi dalam jangka waktu yang panjang maka akan terhambat pertumbuhan fisiknya sehingga menjadi pendek (*stunted*). Pemberian makanan bergizi dapat menunjang perkembangan fisik dan kesehatan anak. Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa pentingnya pemahaman mengenai stunting dengan pemberian makanan yang baik (*maternal feeding*) pada anak. Kegiatan ini dilaksanakan dengan tujuan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat melalui Penyuluh Lapangan Keluarga Berencana (PLKB) mengenai pentingnya pencegahan stunting melalui cara makan yang baik pada anak. Metode yang digunakan yaitu psikoedukasi berbasis online dengan menggunakan aplikasi Zoom Meeting Cloud. Peserta yang mengikuti webinar ini adalah PLKB Kab/Kota di Sulawesi Selatan berjumlah 222 peserta. Hasilnya yang diperoleh dari psikoedukasi ini, yaitu adanya peningkatan pemahaman peserta yang signifikan. Peserta semakin sadar akan pentingnya pencegahan stunting melalui cara makan yang baik pada anak

**Kata kunci:** *Psikoedukasi, Stunting, Pemberian Makan Ibu*

### PENDAHULUAN

Stunting merupakan pertumbuhan yang tidak normal akibat kekurangan gizi sejak dalam kandungan, hingga lahir dan berlangsung lama, balita mengalami kekurangan gizi kronis sehingga pertumbuhan otak dan tubuhnya tidak akan normal atau terhambat. Stunting merupakan kondisi tubuh seseorang terutama anak-anak dimana tubuh tidak dapat bertumbuh sesuai dengan umurnya, yaitu lebih pendek bahkan sangat pendek. (Hamzah, 2020) mengemukakan bahwa penyebab utama terjadinya stunting adalah kurangnya asupan gizi pada janin ketika masih di dalam kandungan. Stunting sudah menjadi masalah yang serius dalam bidang kesehatan dan sudah sangat mendunia. Namun hal ini dapat diatasi dengan pemberian gizi yang seimbang di masa kehidupan selanjutnya, yaitu masa kanak-kanak.

(Widianingsih et al., 2019) mengemukakan bahwa masa kanak-kanak merupakan masa yang tepat untuk membangun pola makan yang lebih baik. Selain pendek, stunting juga dapat menyebabkan perkembangan otak menjadi tidak sempurna yang mengakibatkan perkembangan kognitif dan IQ anak. Kejadian stunting dipengaruhi oleh kondisi pada masa 1000 hari kehidupan yaitu mulai dari janin berada dalam perut atau ketika wanita dalam kondisi hamil sampai anak tersebut

berusia 2 tahun. Masa ini disebut dengan masa critical windows, karena terjadi perkembangan otak atau kecerdasan dan pertumbuhan badan yang cepat. (Purbowati et al., 2021) mengemukakan bahwa anak merupakan aset bangsa dimasa depan. Bisa di bayangkan bagaimana sumber daya manusia dimasa mendatang jika saat ini masih banyak anak yang menderita stunting. Bangsa ini akan tidak bisa bersaing dalam menghadapi tantangan global, maka dari itu permasalahan stunting ini sangat menarik untuk dikaji lebih lanjut, untuk menemukan strategi penanggulangan stunting melalui BKKBN.

Picauly (Hamzah, 2020) mengemukakan bahwa dampak yang dapat ditimbulkan oleh stunting dalam jangka pendek terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Dampak buruk dalam jangka panjang menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua, serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi. Anak yang stunting sebagian besar memiliki prestasi belajar kurang, sementara anak yang tidak stunting sebagian besar memiliki prestasi belajar yang baik.

(Pratiwi, 2020) mengemukakan bahwa status gizi khususnya status gizi anak balita merupakan salah satu indikator kualitas sumber daya manusia yang menentukan tingkat kesejahteraan masyarakat yang akan datang. Sedemikian strategisnya status gizi dalam upaya pembangunan manusia Indonesia, sehingga ditetapkan sebagai salah satu sasaran dan target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) bidang Kesehatan, yaitu menurunkan prevalensi balita gizi kurang dan balita pendek/stunting dengan mengacu pada indikator kinerja kegiatan pembinaan gizi masyarakat

(Fachrisa et al., 2020) mengemukakan bahwa salah satu usaha pemerintah dalam program penanggulangan stunting dilakukan melalui Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Adapun program dari BKKBN di tingkat kabupaten yang bersinggungan dengan penanganan kasus stunting adalah program Kependudukan Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga (KKBPK). Dalam program KKBPK sendiri terdapat pencerminan dari pelaksanaan 8 fungsi keluarga, yang meliputi fungsi keagamaan, fungsi social budaya, fungsi cinta kasih, fungsi perlindungan, fungsi reproduksi, fungsi sosialisasi dan pendidikan, fungsi ekonomi, dan fungsi pembinaan lingkungan.

Pemerintah menjalankan program penanggulangan stunting yang dilakukan melalui Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (Sulistyaningsih et al., 2020) mengemukakan bahwa pemerintah menetapkan lima pilar penangan stunting antara lain kepemimpinan yang memiliki visi dan komitmen, edukasi secara nasional yang akan menimbulkan perubahan perilaku, program yang terintegrasi di semua tingkat pemerintahan, pangan dan gizi yang baik, serta monitoring dan evaluasi secara berkelanjutan untuk mencapai target tersebut. Lima pilar tersebut di jabarkan dalam banyak upaya yang terdiri dari upaya gizi spesifik dan gizi sensitive. Upaya ini harus dilakukan secara terintegrasi agar dapat mencapai hasil maksimal.

Salah satu tugas BKKBN adalah melaksanakan tugas pemerintah di bidang penduduk dan penyelenggaraan keluarga berencana. Peran berbagai pihak termasuk Petugas Lapangan Keluarga Berencana (PLKB) yang tersebar di beberapa daerah sangat dibutuhkan untuk dapat menanggulangi stunting. Oleh karena itu melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, tim pelaksana bersama PLKB ingin turkontriut berbusi dalam upaya penanggulangan stunting dan peningkatan derajat kesehatan masyarakat melalui kegiatan Psikoedukasi online

Upaya gizi spesifik memiliki sifat jangka pendek dan langsung ditujukan pada seribu hari pertama kehidupan. Upaya gizi sensitif memiliki sifat jangka panjang dan ditujukan kepada

masyarakat luas tidak hanya pada seribu hari pertama kehidupan. Edukasi dengan tujuan meningkatkan pengetahuan merupakan salah satu upaya sensitif yang dapat dilakukan. Salah satu program yang dilaksanakan dalam upaya pencegahan balita stunting dengan mengikuti program KB, dimana ibu dapat membuat perencanaan pengaturan jarak kehamilan melalui penggunaan alat kontrasepsi. Peran BKKBN dalam penurunan stunting adalah dengan Program Pengendalian jarak dan jumlah kelahiran dengan KB Pasca Persalinan/Post Partum. Sehingga kontrasepsi menjadi pilihan, dengan kontrasepsi kemudian jaraknya bisa lebih dari 36 bulan

(D E Puspaningtyas<sup>1</sup>, M Iqbal<sup>2</sup>, 2018) mengemukakan bahwa Gizi sangatlah penting bagi proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Kecukupan gizi bisa didapatkan dengan mengkonsumsi beragam makanan, maka pengetahuan ibu tentang gizi menjadi hal yang sangat penting bagi pencegahan dan penanganan. Status gizi merupakan tolak ukur dari terpenuhinya kebutuhan gizi yang didapatkan dari asupan makanan dan minuman oleh tubuh. Kondisi malgizi (malnutrition) adalah suatu kondisi jika tubuh mengalami kekurangan atau kelebihan zat gizi, meskipun sering digunakan untuk menggambarkan kondisi kekurangan gizi. Gizi yang tercukupi sangat dibutuhkan pada masa awal pertumbuhan anak-anak untuk memastikan pertumbuhannya sehat, organ tubuh berfungsi dengan baik, memiliki sistem imun yang kuat, serta untuk perkembangan otak dan kognitif

Sulawesi Selatan pada tahun 2017 menunjukkan kasus gizi buruk mencapai 3,8% dan gizi kurang mencapai 14%. Pada tahun 2018 data mengalami peningkatan kasus menjadi 4,9% gizi buruk dan 17,9% gizi kurang. Kasus obesitas sebesar 6,56%. Secara statistik, kota Makassar menunjukkan jumlah kasus lebih tinggi dibanding Sulawesi Selatan. Kasus gizi buruk sebanyak 5,29%, gizi kurang 16,62% serta kasus obesitas menunjukkan angka 11,89% (Risesdas, 2018). Data tersebut nampak bahwa pola perilaku makan anak belum menunjukkan pola makan gizi seimbang sehingga penting untuk meningkatkan pembiasaan pola perilaku makan yang sehat.

(Anita Dyah Listyarini, Yayuk Fatmawati, 2020) mengemukakan bahwa Stunting masih dapat diperbaiki jika terjadi pada dua tahun pertama usia anak, namun setelahnya akan sulit untuk diperbaiki. Pola asuh dalam pemberian makan pada anak menurut beberapa penelitian berpotensi menyebabkan stunting dan terbukti adanya hubungan antara keduanya. Pemberian makan untuk anak usia 6-24 bulan harus diperhatikan baik secara kualitas maupun kuantitas karena pada masa ini juga turut ditanamkan tahap serta jenis makanan.. Sri (2019) mengemukakan bahwa anak akan susah mengonsumsi makanan pendamping pada periode ini karena adanya perubahan makanan dari hanya ASI menjadi ASI ditambah makanan lumat dan lunak, serta pengenalan terhadap makanan keluarga untuk anak usia lebih dari satu tahun. Asupan makanan dengan kualitas rendah pada anak merupakan gambaran langsung dari pemilihan makanan orangtua yang diberikan kepada anak.

Ibu memiliki peran penting dalam asupan dan perkembangan terhadap perilaku makan anak melalui pola pemberian makan, salah satunya adalah dengan *maternal feeding*. Savage, Fisher, & Birch (2008) mengemukakan strategi maternal feeding merupakan cara memberi makan anak yang sifatnya berubah-ubah mulai dari merencanakan, menyediakan makan, memberi makan anak, hingga memikirkan dampaknya. Anak mengonsumsi makanan bergizi yang menunjang perkembangan fisik dan kesehatannya sangat dipengaruhi oleh praktik pemberian makanan sehat yang dilakukan oleh ibu sejak dilahirkan. Sebaliknya, kebiasaan anak mengonsumsi makanan dengan kandungan gizi yang tidak seimbang merupakan pencerminan strategi maternal feeding yang belum dipahami sehingga tidak dijalankan ibu sebagaimana mestinya.

Kebiasaan makan yang baik pada masa kanak-kanak merupakan dasar bagi pembentukan perilaku makan sehat pada masa yang akan datang. Pola makan anak akan menetap setelah anak

berumur 3-7 tahun. Orang tua memiliki tujuan atau motivasi yang berbeda-beda ketika memberi makan anak. Masih banyak orang tua memberi makan anak karena kewajiban dan agar anak kenyang. Memberi makan merupakan kewajiban orang tua dalam memenuhi kebutuhan dasar. Namun orang tua memberi makan karena memiliki alasan, motivasi, atau intensi yang beragam.

(Ortega et al., 2007) mengemukakan bahwa orang tua memiliki peranan penting dalam membentuk perilaku makan anak. Pola makan anak menentukan pola makan pada masa yang akan datang. (Ogden et al., 2020) mengemukakan bahwa orang tua sebagai penjaga gawang dalam pembentukan perilaku makan anak. (Carruth et al., 2004) mengemukakan bahwa obesitas dan gizi kurang disebabkan oleh problem perilaku makan. Anak yang mengalami obesitas disebabkan anak mengkonsumsi makanan dalam porsi lebih dari yang disyaratkan oleh pola makan gizi seimbang. Sedangkan anak yang mengalami gizi kurang disebabkan oleh problem perilaku makan seperti picky eater. Kedua problem kesehatan anak sangat dipengaruhi oleh cara orang tua dalam memberi makan anak

(Ogden et al., 2020) mengemukakan bahwa Ibu memegang peranan penting dalam pembentukan pola perilaku makan anak. Anak belajar tentang apa yang dimakan, kapan waktu makan, dan berapa banyak makanan yang harus dimakan melalui kultur, keyakinan, sikap, serta perilaku sehari-hari dalam pola pengasuhan pemberian makanan dari ibu. (Birch et al., 2015) mengemukakan bahwa pola asuh ibu terkait memberi makan pada anak dikenal dengan istilah strategi *maternal feeding*. (Ogden et al., 2020) mengemukakan bahwa ibu merupakan pemegang kunci utama dalam membentuk pola perilaku makan sehat. Anak mengkonsumsi makanan bergizi yang menunjang perkembangan fisik dan kesehatannya sangat dipengaruhi oleh praktik pemberian makanan sehat yang dilakukan oleh ibu sejak anak dilahirkan. Sebaliknya, kebiasaan anak mengkonsumsi makanan dengan kandungan gizi yang tidak seimbang merupakan pencerminan strategi *maternal feeding* yang belum dipahami sehingga tidak dijalankan ibu sebagaimana mestinya.

(Rifani & Suminar, 2014) mengemukakan bahwa pengasuhan anak menjadi tanggung jawab ibu. Ibu bekerja mengalami kendala waktu dan mengalami kesulitan dalam memberi makan anak sehingga membutuhkan bantuan untuk menemukan cara atau strategi yang efektif. Dampak dari lemahnya strategi *maternal feeding* menyebabkan anak dapat mengalami malnutrisi seperti gizi buruk yaitu asupan nutrisi anak berada di bawah angka kecukupan gizi. Strategi *maternal feeding* memegang peranan kunci dalam membentuk pola perilaku makan sehat pada anak. Kondisi tersebut menimbulkan dampak lanjutan secara fisik dan psikologis pada anak, baik jangka pendek maupun jangka panjang.

(Rahmandiani et al., 2019) mengemukakan bahwa gizi sangatlah penting bagi proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Kecukupan gizi bisa didapatkan dengan mengkonsumsi beragam makanan, maka pengetahuan ibu tentang gizi menjadi hal yang sangat penting bagi pencegahan dan penanganan stunting. Melihat kondisi tersebut, cara memberi makan yang baik pada anak (*maternal feeding*) menjadi sangat penting dalam pemenuhan gizi anak untuk pencegahan stunting. Adanya program yang kami laksanakan, yaitu Psikoedukasi online mengenai pencegahan stunting melalui pemberian makan yang baik pada anak diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat.

## METODE KEGIATAN

Metode yang digunakan pada pengabdian ini, yaitu psikoedukasi *online* menggunakan aplikasi *zoom*. (Chasanah, 2018) mengemukakan bahwa program psikoedukasi merupakan pemberian informasi kepada individu yang dapat memengaruhi tingkat kesejahteraan masyarakat. Seminar ini diadakan secara *online* karena adanya imbauan dari pemerintah untuk tidak mengadakan pertemuan

yang melibatkan banyak orang dimasa pandemi Covid-19. Psikoedukasi *online* yang dilaksanakan diberi tema “Mencegah stunting dengan cara makan yang baik pada anak”.

Psikoedukasi online diikuti oleh Penyuluh Lapangan Keluarga Berencana yang tersebar pada Kabupaten/Kota di Sulawesi-Selatan berjumlah 222 peserta. Psikoedukasi *online* dilaksanakan pada 13 September 2021 pukul 09.30-13.00 WITA. Psikoedukasi *online* pencegahan stunting dengan cara makan yang baik pada anak dibagi menjadi tiga tahap pengerjaan, yaitu pra-pelaksanaan, pelaksanaan, dan pasca-pelaksanaan. Pra-pelaksanaan seminar dilakukan dengan analisis dan *review* kasus yang menjadi strategi dan kebijakan BKKBN Provinsi Sulawesi Selatan untuk menentukan tema psikoedukasi *online*.

Setelah penentuan tema, dilanjutkan dengan menghubungi pemateri dan narasumber. Setelah menghubungi pemateri dan narasumber, dilanjutkan dengan menyiapkan keperluan seminar, seperti pamflet, *form* pendaftaran, *room zoom*, dan sertifikat pemateri, narasumber serta peserta. Peserta juga diminta untuk mengisi *form pre-test* sebelum seminar dilaksanakan. Pelaksanaan seminar online diawali dengan pembukaan seminar secara resmi oleh Kepala Perwakilan BKKBN Provinsi Sulawesi Selatan, kemudian dilanjutkan pemaparan materi oleh pemateri dan narasumber.

Setelah sesi pemaparan materi selesai, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Psikoedukasi *online* ditutup dengan sesi foto bersama dan peserta diminta untuk mengisi *form post-test*. Pasca-pelaksanaan psikoedukasi online dilakukan dengan mengirimkan *form* evaluasi psikoedukasi kepada peserta melalui *grup WhatsApp* dan *zoom meeting*. Setelah *form* evaluasi terkumpul, dilanjutkan dengan mengirimkan sertifikat seminar kepada pemateri, narasumber, dan peserta.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

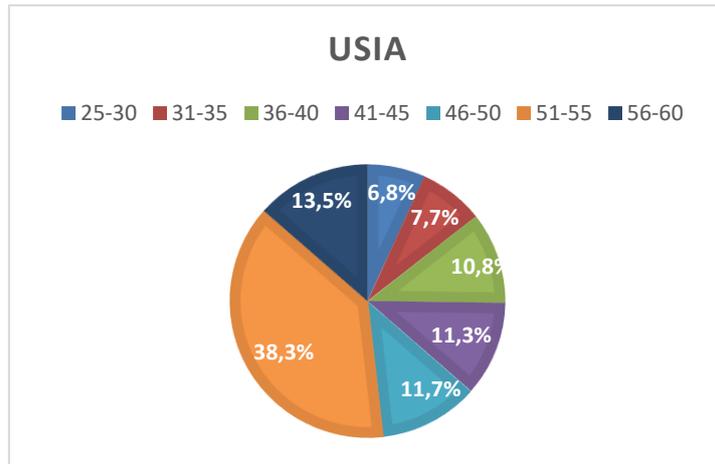
Hasil evaluasi dan tanggapan yang diperoleh dari peserta psikoedukasi *online* pencegahan stunting dengan cara makan yang baik pada anak yang telah dilakukan sangat beragam. Terdapat juga perbedaan yang signifikan pada hasil *pre-test* dan *post-test* mengenai pandangan PLKB terhadap stunting dan *maternal feeding* sebelum dan setelah adanya Psikoedukasi online. Berikut hasil Psikoedukasi yang telah dilaksanakan:

### a. Hasil Deskripsi Karakteristik Demografis Peserta

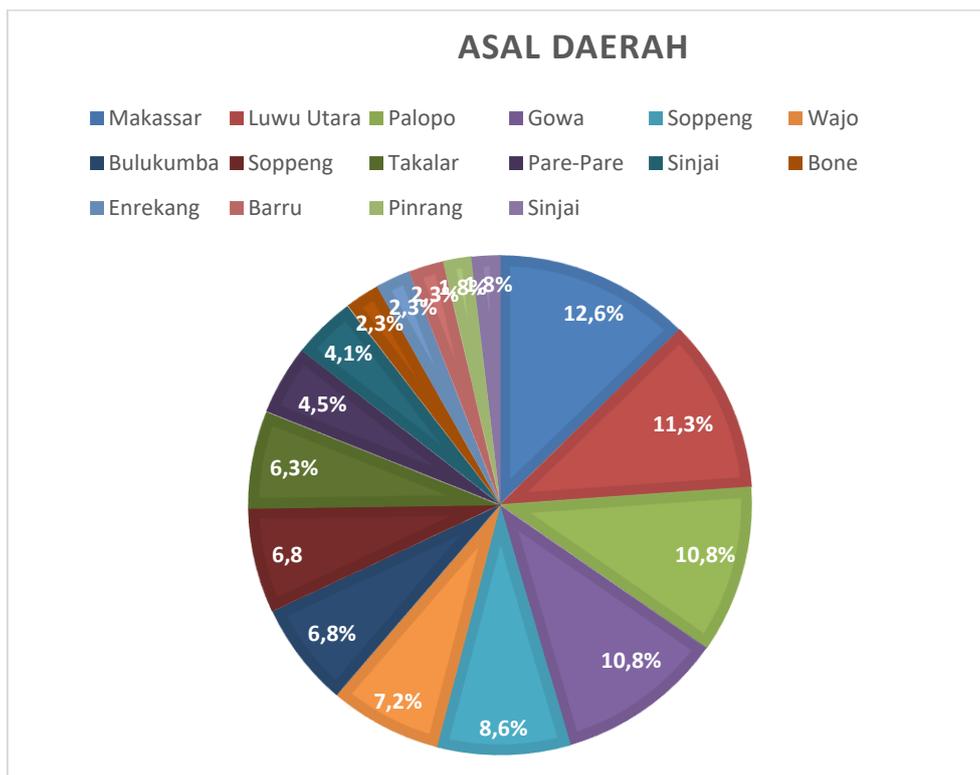
*Deskripsi karakteristik demografis peserta (n=222)*



Berdasarkan diagram diatas, peserta yang mengikuti kegiatan Psikoedukasi Online “Pencegahan Stunting Melalui Cara Makan yang Baik pada anak” 33% berjenis kelamin laki-laki, dan 67% berjenis kelamin perempuan.



Berdasarkan diagram diatas, peserta yang mengikuti kegiatan Psikoedukasi Online “Pencegahan Stunting Melalui Cara Makan yang Baik pada anak” 6,8% berusia 25-30 tahun, 7,7% berusia 31-35 tahun, 10,8% berusia 36-40 tahun, 11,3% berusia 41-45%, 11,7% berusia 46-50 tahun, 38,3% berusia 51-55% dan 13,5% berusia 56-60 tahun



Berdasarkan diagram diatas 12,6% berasal dari daerah Makassar, 1,3% berasal dari daerah Luwu Utara, 10,8% berasal dari daerah Palopo, 10,8% berasal dari daerah Gowa, 8,6% berasal dari Soppeng, 7,2% berasal dari Wajo, 6,8% berasal dari Bulukumba, 6,8% berasal dari Soppeng, 6,3% berasal dari Takalar, 4,5% berasal dari Pare pare, 4,1% berasal dari Sinjai, 2,3% berasal dari Bone, 2,3% berasal dari Enrekang, 2,3% berasal dari Barru, 1,8% berasal dari Pinrang dan 1,8% berasal dari Sinjai

b. Hasil *Pre-test* dan *Post-Test*

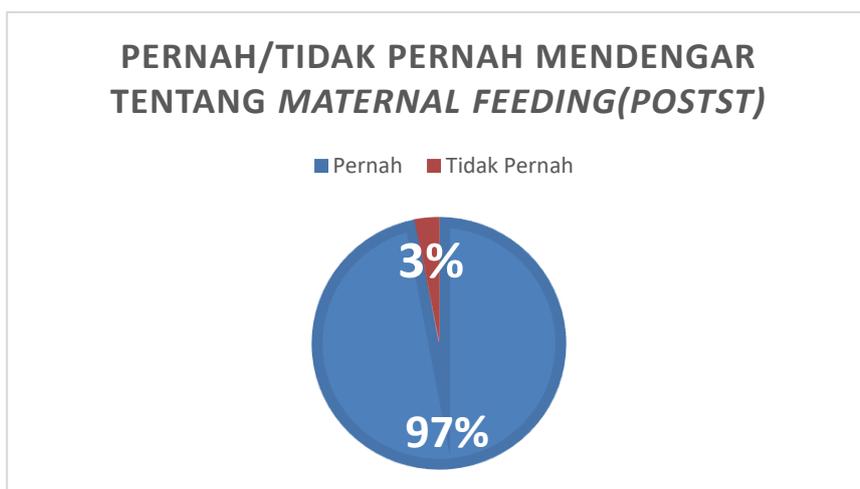
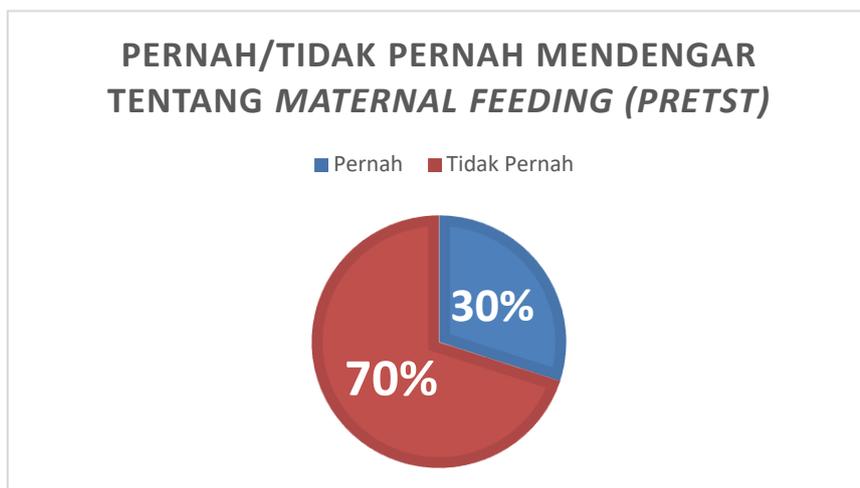


Berdasarkan dua diagram diatas, diketahui bahwa pada saat *pre-test* (sebelum psikoedukasi *online* dilaksanakan), sebanyak 72% peserta yang benar dan 28% yang menjawab salah mengenai jumlah strategi BKKBN dalam mengatasi stunting. *Post-test* (setelah seminar online dilaksanakan), terdapat hasil yang berbeda dan meningkat, yaitu sebanyak 92% peserta yang benar dan 8% yang menjawab salah mengenai jumlah strategi BKKBN dalam mengatasi stunting

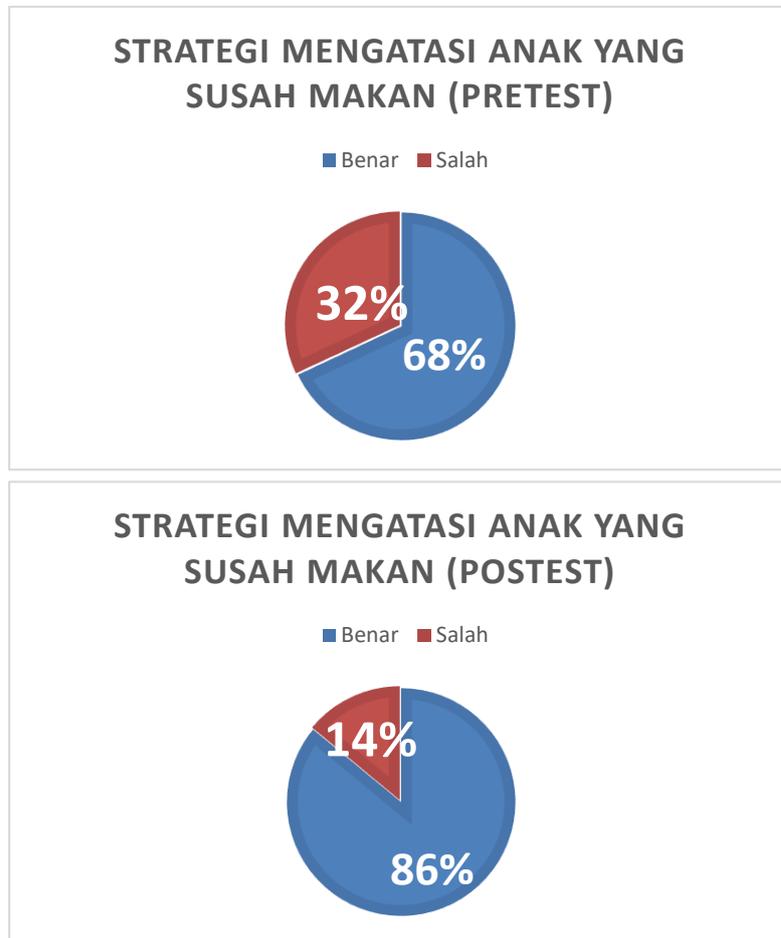




Berdasarkan dua diagram diatas, diketahui bahwa pada saat *pre-test* (sebelum psikoedukasi *online* dilaksanakan), sebanyak 66% peserta yang benar dan 34% yang menjawab salah mengenai apa saja strategi BKKBN dalam mengatasi stunting. *Post-test* (setelah seminar online dilaksanakan), terdapat hasil yang berbeda dan meningkat, yaitu sebanyak 88% peserta yang benar dan 12% yang menjawab salah mengenai apa saja strategi BKKBN dalam mengatasi stunting

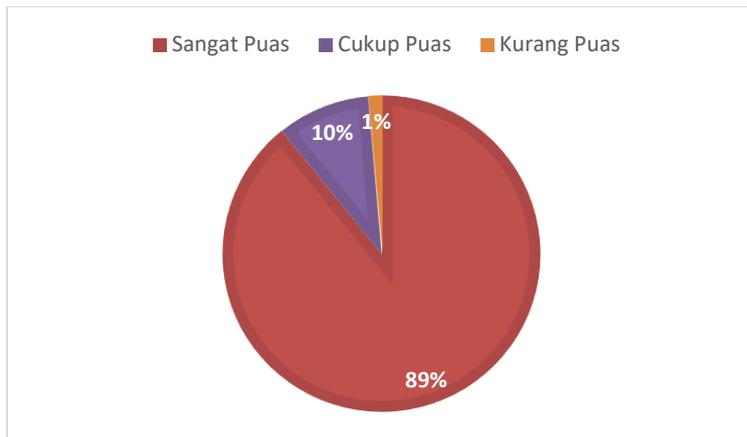


Berdasarkan dua diagram diatas, diketahui bahwa pada saat *pre-test* (sebelum psikoedukasi *online* dilaksanakan), sebanyak 30% peserta yang pernah mendengar *maternal feeding* dan 70% yang menjawab tidak pernah mendengar tentang *maternal feeding*. *Post-test* (setelah seminar online dilaksanakan), terdapat hasil yang berbeda dan meningkat, yaitu sebanyak 97% peserta yang pernah mendengar tentang *maternal feeding* dan 3% yang menjawab tidak pernah mendengar tentang *maternal feeding*

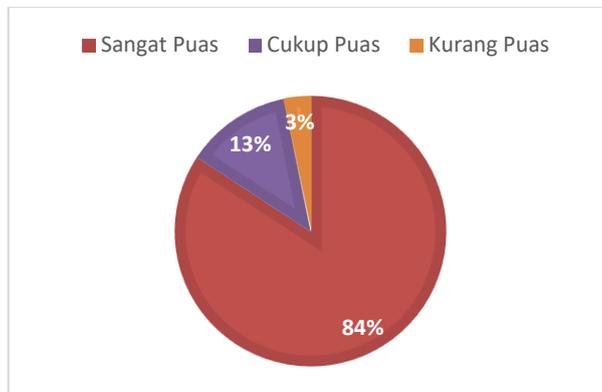


Berdasarkan dua diagram diatas, diketahui bahwa pada saat *pre-test* (sebelum psikoedukasi *online* dilaksanakan), sebanyak 68% peserta yang benar dan 32% yang menjawab salah mengenai strategi mengatasi anak yang susah makan. *Post-test* (setelah seminar online dilaksanakan), terdapat hasil yang berbeda dan meningkat, yaitu sebanyak 86% peserta yang benar dan 14% yang menjawab salah mengenai strategi mengatasi anak yang susah makan

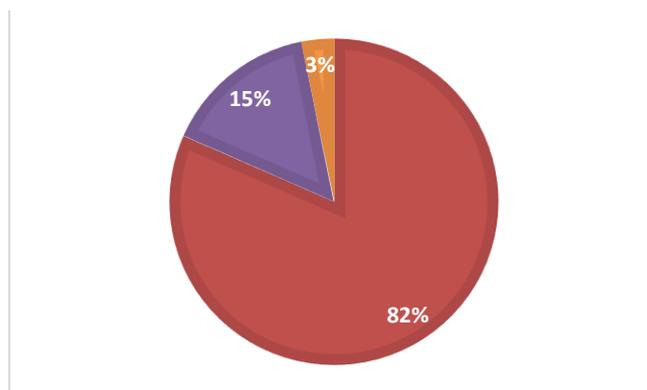
c. Evaluasi Materi Psikoedukasi



Berdasarkan daigram disamping, diperoleh data bahwa sebanyak 89% peserta sangat puas, 10% peserta cukup puas dan 1% kurang puas dengan **Materi yang Disajikan**

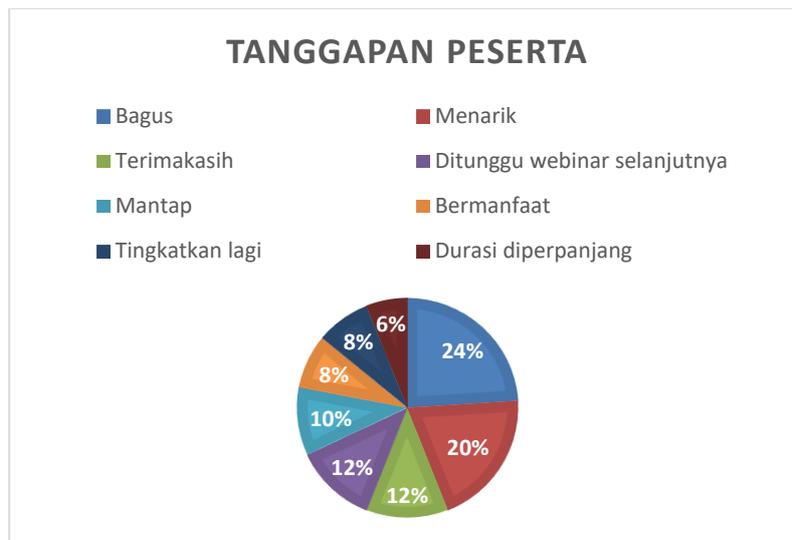


Berdasarkan daigram disamping, diperoleh data bahwa sebanyak 84% peserta sangat puas, 13% peserta cukup puas dan 3% kurang puas dengan **Materi yang Peserta Inginkan**.



Berdasarkan daigram disamping, diperoleh data bahwa sebanyak 82% peserta sangat puas, 15% peserta cukup puas dan 3% kurang puas dengan **Penjelasan Narasumber**

d. Tanggapan Peserta Psikoedukasi



Berdasarkan diagram di atas, diketahui bahwa sebanyak 24% mengemukakan bahwa psikoedukasi tersebut bagus, 20% merasa menarik, 12% berterimakasih dengan pelaksanaannya, 12% menunggu psikoedukasi selanjutnya, 10% mengatakan psikoedukasinya mantap, 8% merasa psikoedukasinya bermanfaat, 8% yang merasa perlu peningkatan dalam pelaksanaan psikoedukasinya, dan 6% yang perlu durasi psikoedukasi diperpanjang

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan diatas, diketahui bahwa psikoedukasi dengan metode seminar *online* tersebut menunjukkan adanya peningkatan terhadap pengetahuan peserta mengenai pencegahan stunting dengan cara makan yang baik pada anak (*maternal feeding*), pandangan mengenai dampak stunting, dan strategi BKKBN dalam menanggapi stunting. Diperoleh juga hasil bahwa psikoedukasi kali ini dapat membantu masyarakat lebih paham dengan materi karena adanya peningkatan pengetahuan dan dukungan untuk proteksi diri.

Adanya keberhasilan psikoedukasi juga didukung oleh antusiasme dari peserta dan pemateri. Berdasarkan hasil tanggapan yang telah diberikan oleh peserta, diketahui bahwa psikoedukasi yang telah dilaksanakan sangat menarik dan bermanfaat. Beberapa peserta juga berharap untuk diadakan seminar selanjutnya dengan membahas tema yang serupa mengenai *stunting dan maternal feeding*. Pemberian informasi dari program psikoedukasi dapat meningkatkan kemampuan kognitif bagi individu karena adanya materi yang diterima oleh individu tersebut. Hal ini sejalan dengan hasil seminar yang menunjukkan bahwa peserta mengalami peningkatan yang signifikan disetiap soal dari hasil *post-test*.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis dan review kasus yang juga telah dilakukan, diketahui bahwa pemberian edukasi tentang stunting sangat perlu mengingat peningkatan stunting yang terus terjadi. Berdasarkan hal tersebut maka kami membuat program psikoedukasi dalam bentuk psikoedukasi *online* "Pencegahan stunting melalui cara makan yang baik pada anak (*maternal feeding*) yang diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada masyarakat pentingnya memberikan edukasi sejak dini. Berdasarkan hasil pelaksanaan program kerja KKP yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Psikoedukasi *online* Pencegahan Stunting diikuti oleh 222 peserta memberikan tanggapan dan evaluasi kegiatan yang antusias. Terdapat juga hasil signifikan antara *pre-test* dan *post-test* yang diisi oleh peserta. Berdasarkan hasil perbandingan *pre-test* dan *post-test*, diketahui bahwa

psikoedukasi online yang telah dilaksanakan memberikan ilmu baru bagi peserta karena mengalami peningkatan hasil disetiap pertanyaannya

2. Peserta seminar sebagian besar menganggap bahwa pengetahuan dan informasi mengenai pencegahan stunting melalui cara makan yang baik pada anak (*maternal feeding*) penting agar bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dalam mendampingi anak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi dengan metode seminar *online* efektif untuk memberikan pengetahuan baru dan pemahaman kepada masyarakat mengenai pentingnya pemberian edukasi pencegahan stunting.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anita Dyah Listyarini, Yayuk Fatmawati, I. S. (2020). Edukasi Gizi Ibu Hamil Dengan Media Booklet Sebagai Upaya Tindakan Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(1), 73–83. <http://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id>
- Birch, L. L., Savage, J. S., & Fisher, J. O. (2015). Right sizing prevention. Food portion size effects on children's eating and weight. *Appetite*, 88, 11–16. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.11.021>
- Carruth, B. R., Ziegler, P. J., Gordon, A., & Barr, S. I. (2004). Prevalence of picky eaters among infants and toddlers and their caregivers' decisions about offering a new food. *Journal of the American Dietetic Association*, 104(SUPPL. 1), 57–64. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2003.10.024>
- Chasanah, I. (2018). Psikoedukasi Pendidikan Seks untuk Meningkatkan Sikap Orangtua dalam Pemberian Pendidikan Seks. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 10(2), 133–150. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol10.iss2.art5>
- D E Puspaningtyas<sup>1</sup>, M Iqbal<sup>2</sup>, N. A. C. and I. Y. S. (2018). Food label reading habit in Indonesian nutrition student: multi-strata comparison review. *Roceeding of the 1st International Conference on Food and Agriculture*, 4–10.
- Fachrisa, M. P. N., Kurniawati, N. K., & Nesia, A. (2020). Strategi Komunikasi BKKBN Provinsi Banten Dalam Menanggulangi Stunting di Desa Bayumundu, Pandeglang. *Journal of Scientific Communication (Jsc)*, 1(1), 49–55. <https://doi.org/10.31506/jsc.v1i1.7767>
- Hamzah, S. R., & B, H. (2020). Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Edukasi pada Masyarakat di Desa Muntoi Kabupaten Bolaang Mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(4), 229–235. <https://doi.org/10.36596/jpkmi.v1i4.95>
- Ogden, J., Cheung, B., & Stewart, S. F. (2020). A new measurement tool to assess the deliberate overfeeding of others: The Feeder questionnaire. *Clinical Obesity*, 10(4), 1–10. <https://doi.org/10.1111/cob.12366>
- Ortega, F. B., Ruiz, J. R., & Sjostrom, M. (2007). Physical activity, overweight and central adiposity in Swedish children and adolescents: the European Youth Heart Studyfile:///Users/sophiecripps/Desktop/QUAL/art%253A10.1186%252F1479-5868-5-15 (1).pdf. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4, 61–71. <https://doi.org/10.1186/1479-Received>
- Pratiwi, I. G. (2020). Edukasi Tentang Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil Dalam Pencegahan Dini Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 1(2), 62. <https://doi.org/10.32807/jpms.v1i2.476>
- Purbowati, M. R., Ningrom, I. C., Febriyanti, R. W., Studi, P., Dokter, P., Kedokteran, F., & Purwokerto, U. M. (2021). Gerakan Bersama Kenali , Cegah , dan Atasi Stunting Melalui Edukasi Bagi Masyarakat di Desa Padamara Kabupaten Purbalingga A Movement To Recognize , Prevent , and Overcome Stunting Through Education For The Community in Padamara Village , Purbalingga Rege. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 1, 15–22. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/AS-SYIFA>
- Rahmandiani, R. D., Astuti, S., Susanti, A. I., Handayani, D. S., & Didah. (2019). Hubungan Pengetahuan

Ibu Balita Tentang Stunting Dengan Karakteristik Ibu dan Sumber Informasi di Desa Hegarmanah Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang Rizkia. *Jsk*, 5(2), 74–80.  
[http://jurnal.unpad.ac.id/jsk\\_ikm/article/view/25661/0](http://jurnal.unpad.ac.id/jsk_ikm/article/view/25661/0)

Rifani, R., & Suminar, D. R. (2014). *Parental feeding pada ibu bekerja yang memiliki anak usia dini di Makassar*. 245–248.

Sulistyaningsih, E., Dewanti, P., Pralampita, P. W., & Utami, W. (2020). Peningkatan Kemampuan Mengatasi Masalah Stunting dan Kesehatan melalui Pemberdayaan Masyarakat Desa Sukogidri, Jember. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(1), 91–98.  
<https://doi.org/10.30653/002.202051.244>

Widianingsih, I., Gunawan, B., & Rusyidi, B. (2019). Peningkatan Kepedulian Stakeholder Pembangunan Dalam Mencegah Stunting Di Desa Cangkuang Wetan Kecamatan Dayeuhkolot Kabupaten Bandung. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 120.  
<https://doi.org/10.24198/kumawula.v1i2.20836>