

Peningkatan Pengetahuan Pola Asuh Orang Tua Untuk Mencegah Stunting Pada Orang Tua Siswa Sekolah Dasar Di Sanur Bali

Ni Nyoman Ari Indra Dewi¹, Ni Wayan Nursini², Putu Indah Lestari³

Universitas Dhyana Pura

*Corresponding Author e-mail: ariindradewi@undhirabali.ac.id

Key Words:

Stunting,
Psychoeducation,
Parenting

Abstract: *Stunting is a chronic nutritional problem characterized by a child's height being below the age standard. Stunting conditions not only affect a child's physical growth, but also have an impact on cognitive development and long-term health. Parenting patterns play a crucial role in preventing stunting in children. Parenting patterns not only include providing nutritious food, but also how parents support children's overall development through cognitive, emotional, and social stimulation. Therefore, parental knowledge about proper parenting patterns and balanced nutrition is very important to ensure that children grow optimally without the risk of stunting. The purpose of this study was to see the effect of providing psychoeducation on parenting patterns to prevent stunting on the level of parental knowledge of parenting patterns. This study uses the true experimental pretest-posttest design method, so that it can determine the success of the intervention. The research sample consisted of 21 people, which began with the provision of a pretest then continued with the provision of psychoeducation with lectures and discussions and at the final stage the provision of a posttest. The results of the study showed that there was an effect of providing psychoeducation on the level of parental knowledge regarding proper parenting patterns in preventing stunting. The average posttest result (75.714) was higher than the average pretest (59.048), with an average difference of 16.67 points. This shows that the provision of psychoeducation successfully improved participant performance. The results of the significant T-test showed a value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$), which means that the difference between the pretest and posttest was statistically significant. This confirms that there was an increase in parental knowledge performance after receiving psychoeducation.*

Kata Kunci:

Stunting,
Psikoedukasi, Pola
Asuh

Abstrack: Stunting merupakan masalah gizi kronis yang ditandai oleh tinggi badan anak berada di bawah standar usia. Kondisi stunting tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik anak, namun juga berdampak pada perkembangan kognitif, kesehatan jangka panjang. Pola asuh orang tua memiliki peran yang krusial untuk mencegah terjadinya stunting pada anak. Pola asuh tidak hanya mencakup pemberian makanan yang bergizi, tetapi juga cara orang tua mendukung perkembangan anak secara menyeluruh melalui stimulasi kognitif, emosional, dan sosial. Oleh karena itu, pengetahuan orang tua mengenai pola asuh yang tepat dan gizi yang seimbang sangat penting untuk memastikan anak tumbuh optimal tanpa risiko stunting. Tujuan dari penelitian ini adalah melihat pengaruh pemberian psikoedukasi pola asuh untuk mencegah stunting terhadap tingkat pengetahuan pola asuh orang tua. Penelitian ini, menggunakan metode true experimental pretest-posttest design, sehingga dapat mengetahui suatu keberhasilan dari intervensi. Sampel penelitian berjumlah 21 orang, yang diawali dengan pemberian pretest kemudian dilanjutkan pemberian psikoedukasi dengan ceramah dan diskusi dan pada tahap akhir pemberian posttest. Hasil penelitian menunjukkan, ada pengaruh pemberian psikoedukasi terhadap tingkat pengetahuan orang tua mengenai pola asuh yang tepat dalam pencegahan stunting. Didapatkan hasil Rata-rata posttest (75,714) lebih tinggi dibandingkan rata-rata pretest (59,048), dengan perbedaan rata-rata sebesar 16,67 poin. Ini menunjukkan bahwa pemberian psikoedukasi yang dilakukan berhasil meningkatkan performa peserta. Hasil Uji T signifikan menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti perbedaan antara pretest dan posttest signifikan secara statistik. Ini



menegaskan bahwa peningkatan performa pengetahuan orang tua setelah mendapatkan psikoedukasi.

Pendahuluan

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang ditandai tinggi badan anak berada dibawah standar usia. Kondisi stunting tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berakibat pada perkembangan kognitif dan Kesehatan jangka panjang. Menurut data WHO, stunting merupakan persoalan serius yang terjadi pada anak-anak di bawah usia lima tahun. Di Indonesia, berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI melalui Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi kejadian stunting di Indonesia sebanyak 8,7 juta atau 30,7% bayi berumur bawah lima tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Pada 2024 dilaporkan kasus stunting di Indonesia masih tergolong tinggi dengan menyentuh angka 24,4% pada tahun 2021, mengalami penurunan di tahun 2022 menjadi 21,6%, 17,8% di tahun 2023 dan ditargetkan menjadi 14% ditahun 2024 (Dirjen Pembangunan Daerah, 2024). Provinsi Bali sendiri memiliki angka kejadian stunting yang rendah di Indonesia yaitu sebanyak 8% pada tahun 2022 dan 7,2 % pada tahun 2023. Namun dalam hal ini pemerintah bali masih terus berupaya dalam menekan angka kejadian stunting di Bali, sedangkan tahun 2024 provinsi Bali menargetkan turun pada angka 6,15% (Pemerintah Provinsi Bali, 2024). Stunting dapat terjadi sejak masih janin dalam kandungan dan akan tampak saat anak berusia dua tahun (Agustina, 2022). Stunting dapat terjadi karena kebiasaan masyarakat yang tidak melakukan pengukuran tinggi atau panjang badan balita di layanan kesehatan (Agustina, 2022). Ini berakibat pada tidak disadarinya indikator terjadinya stunting pada anak. Pengetahuan ibu maupun orangtua sangatlah penting dalam pencegahan terjadinya stunting. Pola asuh orang tua memainkan peran krusial dalam pencegahan stunting. Pola asuh tidak hanya mencakup pemberian makanan yang bergizi, tetapi juga cara orang tua mendukung perkembangan anak secara menyeluruh melalui stimulasi kognitif, emosional, dan sosial. Pengetahuan orang tua mengenai pola asuh yang tepat dan gizi yang seimbang sangat penting untuk memastikan anak tumbuh optimal tanpa risiko stunting. Menurut penelitian (Noorhasanah, Tauhidah 2021), pola asuh orang tua khususnya ibu berpengaruh terhadap permasalahan stunting. Ibu yang memiliki pola asuh baik akan memperhatikan kebutuhan anak, sehingga ibu dapat melakukan pencegahan dini pada permasalahan stunting, begitu juga sebaliknya ibu yang memiliki pola asuh buruk akan memberikan dampak yang buruk juga pada pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama status nutrisi anak. Pada umumnya anak yang mengalami stunting disebabkan pola asuh yang buruk pada ibu, sehingga ibu berpotensi melakukan hal-hal penting pada permasalahan gizi

Menurut teori Ecological Systems Theory yang dikembangkan oleh Urie Bronfenbrenner (1979), perkembangan anak dipengaruhi oleh berbagai sistem lingkungan di sekitar mereka, termasuk keluarga sebagai sistem mikro. Keluarga, terutama orang tua, adalah bagian terpenting dari sistem mikro yang langsung mempengaruhi perkembangan fisik dan psikologis anak. Oleh karena itu, orang tua harus memahami cara memberikan nutrisi yang tepat serta perawatan yang baik untuk mendukung pertumbuhan anak yang optimal. Dalam konteks ini, peran orang tua sangat sentral dalam mencegah stunting melalui pola asuh yang baik.

Teori Attachment dari John Bowlby (1951), juga menegaskan pentingnya ikatan emosional antara anak dan orang tua. Pola asuh yang responsif dan mendukung ikatan emosional yang kuat dapat meningkatkan kesehatan fisik dan emosional anak. Orang tua yang memiliki pengetahuan lebih baik tentang pola asuh yang efektif cenderung lebih mampu

memberikan nutrisi yang sesuai, memberikan stimulasi yang tepat, dan menciptakan lingkungan yang kondusif untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Hal ini penting dalam mencegah stunting, karena anak yang merasa aman dan terawat dengan baik cenderung mengalami perkembangan yang lebih optimal.

Selain itu, teori Hierarchy of Needs dari Abraham Maslow (Feist Jess & Feist Gregory, 2011) juga relevan dalam menjelaskan pentingnya pemenuhan kebutuhan dasar anak, seperti nutrisi, kesehatan, dan keselamatan, sebelum mereka dapat mencapai potensi penuh dalam hal perkembangan kognitif dan sosial. Kebutuhan dasar ini merupakan fondasi penting dalam pencegahan stunting. Jika kebutuhan dasar anak tidak terpenuhi, maka kemampuan mereka untuk mencapai tingkat perkembangan yang lebih tinggi akan terhambat.

Kurangnya pengetahuan orang tua tentang pentingnya gizi dan pola makan yang sehat merupakan salah satu faktor utama yang mempengaruhi tingginya angka stunting. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan pengetahuan orang tua tentang pola asuh yang baik menjadi sangat penting. Program edukasi yang komprehensif bagi orang tua siswa Sekolah Dasar di Sanur dapat menjadi salah satu langkah preventif untuk menurunkan angka stunting di wilayah tersebut.

Sumber data terkait angka stunting Bali, diambil dari laporan BKKBN dan berbagai media lokal. Berdasarkan catatan, Bali memiliki salah satu prevalensi stunting terendah secara nasional, dengan angka 7,2% pada tahun 2022 dan target penurunan lebih lanjut hingga 6,15% pada tahun 2024. Namun, di Denpasar, yang mencakup wilayah Sanur, angka stunting masih tercatat sebesar 10,8% pada 2024. Pemerintah daerah, bersama BKKBN, menjalankan program seperti Bina Keluarga Balita (BKB) untuk meningkatkan pengetahuan orang tua tentang pengasuhan dan pemenuhan gizi anak sebagai bagian dari upaya menurunkan angka stunting.

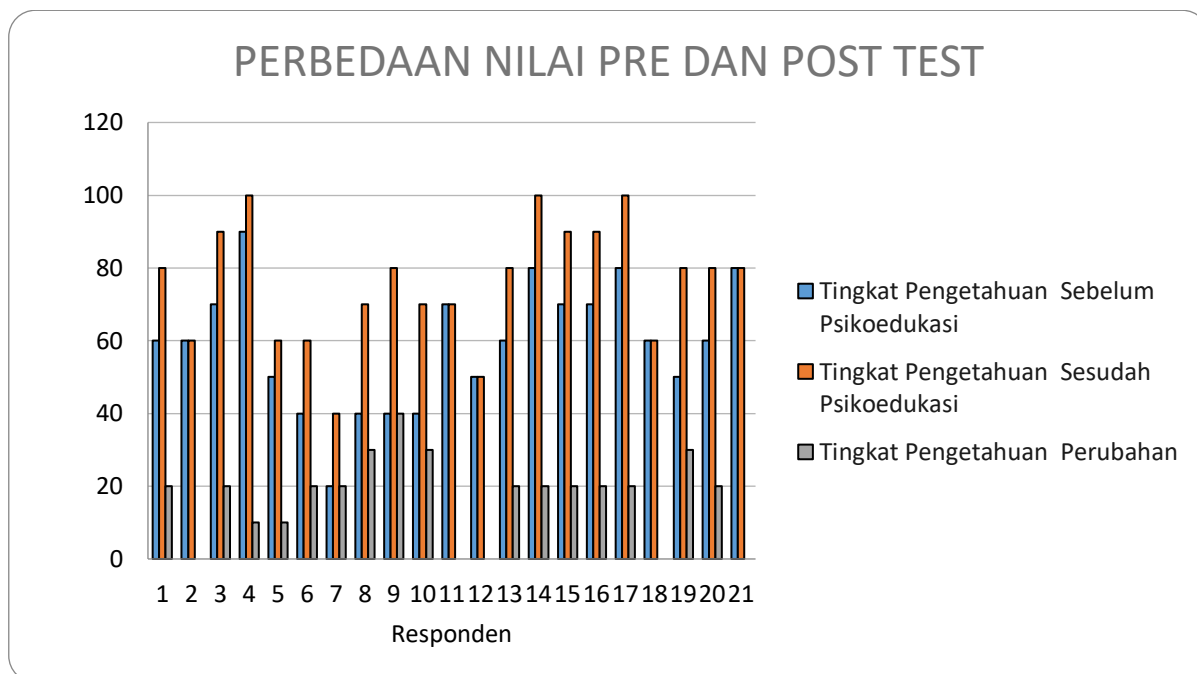
Oleh karena hal tersebut, penting untuk mengeksplorasi bagaimana peningkatan pengetahuan tentang pola asuh orang tua dapat membantu mencegah stunting pada anak-anak usia sekolah dasar di Sanur, Bali. Selain itu, peran penting orang tua dalam memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak yang sehat.

Metode Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam kegiatan psikodeukasi adalah true experimental pretest-posttest design, sehingga dapat mengetahui suatu keberhasilan dari intervensi berupa pemberian materi psikoedukasi secara ceramah dan diskusi. Kegiatan psikoedukasi dilakukan di salah satu Sekolah Dasar di Sanur-Bali. Sampel adalah 21 orang tua siswa SD di Sanur-Bali. Metode yang digunakan dalam kegiatan psikoedukasi adalah ceramah dan diskusi. Materi yang diberikan berkaitan dengan peran pola asuh dalam mencegah stunting. Kegiatan psikoedukasi diawali dengan pemberian pretest, kemudian dilanjutkan dengan ceramah dan diskusi, serta tahap akhir adalah pemberian posttest.

Hasil dan Pembahasan

Pemberian pretest dilakukan sebelum pemberian materi psikoedukasi untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta mengenai pola asuh dan pencegahan stunting. Dari hasil pretest didapatkan hasil paling rendah 20 dari satu orang peserta dan hasil paling tinggi 90 dari satu orang peserta. Setelah diberikan psikoedukasi nilai paling rendah didapatkan 40 pada satu orang peserta dan hasil paling tinggi didapatkan adalah 100 pada satu orang peserta. Rata-rata nilai pretest sebelum pemberian psikoedukasi yaitu 59,05. Setelah dilakukan psikoedukasi rata-rata nilai posttest yaitu 75,71 (Grafik.1.)



Grafik.1. Perbedaan Nilai Pretest dan Posttest

Selanjutnya dilakukan pengujian normalitas karena jumlah data nilai pretest dan posttest ≤ 50 sampel, maka dilakukan pengujian dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk, didapatkan data pretest dan posttest terdistribusi normal ($P > 0,05$) (tabel 2). Oleh karena, dari hasil uji normalitas data pretest dan posttest terdistribusi normal, maka selanjutnya dilakukan uji T untuk mengetahui apakah ada atau tidak ada peningkatan pengetahuan sebelum pemberian psikoedukasi dan setelah pemberian psikoedukasi. Dari hasil T-test data pretest dan posttest didapatkan tiga bagian antara lain : Paired samples statistic (tabel.3) ; Paired Sampels Correlations (tabel.4) dan Paired Samples Test (tabel.5).

Tabel 2. Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
,141	21	,200*	,961	21	,528
,173	21	,100	,947	21	,297

Tabel 3. Paired Samples Statistics

Pair 1		Mean	N	Std.	
				Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	59,048	21	17,2930	3,7736
	Post Test	75,714	21	16,6046	3,6234

Tabel.4. Paired Samples Correlations

Pair 1	Pre Test & Post Test	N	Correlation	
			Correlation	Sig.
Pair 1	Pre Test & Post Test	21	,769	,000

Tabel.5. Paired Samples Test

Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
			Lower	Upper			
-16,6667	11,5470	2,5198	-21,9228	-11,4105	-6,614	20	,000

Pada analisis T-test, Paired Sampels Statistic (tabel.3) didapatkan nilai rata-rata pretest adalah 59,084 dan nilai rata-rata posttest adalah 75,714. Hasil tersebut menunjukkan rata-rata posttest lebih tinggi dibandingkan rata-rata pretest, artinya ada peningkatan performa setelah pemberian psikoedukasi. Nilai Standar Deviasi (SD) pada pretest 17,2930 dan posttest 16,6046. Hasil Standar Deviasi (SD) menunjukkan variasi yang sedikit lebih kecil di posttest, yang menunjukkan nilai posttest lebih seragam dibandingkan pretest. Selanjutnya pada (tabel.4), analisis T-test Paired Sampels Correlations didapatkan nilai korelasi 0,769. Hal ini menunjukkan, korelasi antara pretest dan posttest 0,769 menunjukkan hubungan kuat dan positif antara kedua tes dengan nilai $p(0,000) < 0,05$ menunjukkan bahwa korelasi ini signifikan secara statistik.

Pada (tabel.5) analisis Paired Sampels Test, didapatkan perbedaan rata-rata antara pretest dan posttest adalah -16,67 yang berarti rata-rata posttest meningkat sebesar 16,67 poin dibandingkan pretest. Pada Standart Deviasi (SD) nilai 11,5470 menunjukkan perbedaan nilai pretest dan posttest cukup bervariasi, dengan standart eror mean off differences 2,5198 menunjukkan perbedaan relatif kecil menunjukkan estimasi yang cukup tepat. Pada nilai interval kepercayaan menunjukkan perbedaan rata-rata antara pretest dan posttest secara statistik berada di antara -21,92 dan -11,41, dengan tingkat kepercayaan 95%. Nilai t-value -6,614, nilai t menunjukkan seberapa besar perbedaan antara pre-test dan post-test, di mana nilai ini cukup besar untuk menunjukkan perbedaan yang signifikan. Selanjutnya nilai $p(0,000) < 0,05$ menunjukkan bahwa perbedaan antara pretest dan posttest signifikan secara statistik. Artinya, terdapat perbedaan yang nyata antara hasil pretest dan posttest.

Dari hasil analisis keseluruhan dapat disimpulkan, ada peningkatan signifikan pada nilai posttest dibandingkan dengan pretest. Rata-rata posttest (75,714) lebih tinggi dibandingkan rata-rata pretest (59,048), dengan perbedaan rata-rata sebesar 16,67 poin. Ini menunjukkan bahwa pemberian psikoeduksi yang dilakukan berhasil meningkatkan performa peserta. Berdasarkan uji normalitas (Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk), data pretest dan posttest berdistribusi normal. Hasil Uji T signifikan menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti perbedaan antara pretest dan posttest signifikan secara statistik. Ini menegaskan bahwa peningkatan performa bukanlah kebetulan, melainkan ada pengaruh dari pemberian psikoedukasi pada peningkatan pengetahuan peserta parenting mengenai pola asuh dan pencegahan stunting.

Sasaran utama dalam kegiatan ini adalah orang tua siswa Sekolah Dasar di Sanur, Bali, dengan harapan terdapat peningkatan pengetahuan mengenai pola asuh orang tua dalam mencegah potensi terjadinya stunting, baik bagi keluarga sendiri dan bisa memberikan dampak positif bagi lingkungan terdekat. Selanjutnya, secara tidak langsung dengan meningkatkannya pengetahuan orang tua akan dapat menurunkan angka kasus stunting di Indonesia. Kegiatan psikoedukasi berupa ceramah dan diskusi menunjukkan hubungan yang bermakna antara pemberian psikoedukasi dengan meningkatnya pengetahuan orang tua mengenai peranan pola asuh dalam pencegahan stunting. Hal tersebut, nampak pada rata-rata hasil posttest (75,714) lebih tinggi dibandingkan rata-rata pretest (59,048) dengan perbedaan

rata-rata sebesar 16,67 poin. Hal yang sama nampak pula pada hasil uji -T dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Temuan pada kegiatan ini sejalan dengan, penelitian yang dilakukan oleh Nursamsi et al. (2019) menunjukkan bahwa program penyuluhan pola asuh yang dilaksanakan di beberapa puskesmas berhasil meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi dan pola makan yang tepat untuk anak-anak mereka. Orang tua yang terlibat dalam program ini mengalami perubahan dalam pengetahuan pola asuh mereka, mulai dari memperhatikan gizi seimbang hingga memberikan stimulasi perkembangan yang sesuai dengan usia anak. Penelitian ini juga menggarisbawahi pentingnya pemberian informasi yang mudah dipahami oleh para ibu agar pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dengan baik. Menurut Prince (2004) dan Freeman et al. (2014), peningkatan pengetahuan juga dipengaruhi peran aktif peserta, kesempatan diskusi yang diberikan dapat meningkatkan pemahaman terhadap informasi. Sesuai dengan prinsip teori pembelajaran aktif, bahwa dengan pembelajaran yang melibatkan teknik diskusi akan membuat peserta memperoleh pengetahuan yang lebih baik.

Menurut teori perkembangan kognitif Piaget (Hurlock, 2004), pengetahuan didapatkan melalui proses interaksi aktif individu dengan lingkungan. Dalam konteks ini, para orang tua memperoleh pengetahuan baru mengenai pola asuh dan pencegahan stunting melalui proses belajar aktif dalam kegiatan psikoedukasi. Peningkatan signifikan dari pretest ke posttest sesuai dengan pembelajaran berbasis interaksi aktif dan pengalaman nyata efektif meningkatkan pemahaman dan pengetahuan.

Menurut Silitonga et al (2024), perubahan Perilaku Health Belief Model dapat digunakan untuk memahami perubahan perilaku kesehatan. Model ini menyatakan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh keyakinan individu terhadap resiko masalah kesehatan, persepsi manfaat dari tindakan pencegahan, serta hambatan yang dihadapi dalam mengambil tindakan. Pemberian psikoedukasi pada orang tua mengenai pola asuh pencegahan stunting sejalan dengan Perilaku Health Belief Model (HBM) yaitu, *perceived susceptibility*: orang tua mungkin mulai menyadari risiko stunting yang lebih besar pada anak-anak mereka setelah menerima informasi yang jelas tentang faktor risiko. *Perceived severity*: melalui ceramah dan diskusi, orang tua mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang dampak negatif stunting terhadap kesehatan anak. *Perceived benefits*: Program psikoedukasi juga membantu orang tua melihat manfaat dari penerapan pola asuh yang lebih baik untuk mencegah stunting, seperti nutrisi yang tepat dan interaksi positif dengan anak. *Cues to action*: Diskusi yang diadakan selama intervensi memberikan "pemicu" bagi orang tua untuk mengambil tindakan dalam kehidupan sehari-hari mereka. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan yang diukur dalam penelitian ini menunjukkan bahwa para orang tua memiliki pemahaman yang lebih baik tentang risiko stunting dan manfaat dari langkah-langkah pencegahannya, yang pada akhirnya mendorong perubahan perilaku positif.

Kesimpulan

Hasil penelitian ini, ada pengaruh pemberian intervensi psikoedukasi dalam meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai pola asuh dan pencegahan stunting. Peningkatan yang signifikan pada hasil posttest dibandingkan pretest mengonfirmasi bahwa intervensi yang diberikan tidak hanya efektif secara statistik, tetapi juga memiliki dampak nyata dalam kehidupan sehari-hari. Jika program semacam ini diterapkan secara lebih luas, diharapkan dapat memberikan kontribusi besar dalam mengurangi angka stunting di Indonesia

Referensi

- Agustina, N. (2022). Apa Itu Stunting. Retrieved February from Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI website: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1516/apa-itu-stunting
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Dirjen Pembangunan Daerah. (2024). *Elektornik Monitoring Pelaksanaan 8 Aksi Konvergensi Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi*. Jakarta
- Feist Jess ., Feist Gregory (2011). *Teori Kepribadian, Theories of Personality* , Salemba Humanika: Mc Graw Hill
- Freeman, S., Eddy, S. L., McDonough, M., Smith, M. K., Okoroafor, N., Jordt, H., & Wenderoth, M. P. (2014). Active learning increases student performance in science, engineering, and mathematics. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(23), 8410–8415. <https://doi.org/10.1073/pnas.1319030111>
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5th ed.). Erlangga
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman penanganan stunting*
- Kilas Bali. (2024). "Ini Dia Persentase Prevalensi Stunting Tertinggi di Bali". Diakses dari Kilas Bali
- Nursamsi, A., Isworo, A., & Nugraheni, A. D. (2019). Efektivitas penyuluhan pola asuh terhadap perubahan pengetahuan ibu dalam mencegah stunting. *Jurnal Kesehatan Reproduksi dan Gizi*, 5(3), 211-220
- Noorhasanah, E., & Tauhidah, N. I. (2021). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 12-59 Bulan). *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, Vol 4 No 1, DOI: <http://dx.doi.org/10.26594/jika.4.1.2021.37-42>
- Pemerintah Provinsi Bali. (2024, Maret 29). Provinsi Bali kembali memperoleh predikat angka prevalensi stunting terendah se-Indonesia. Diambil pada Maret 3, 2024, dari <https://www.baliprov.go.id/web/provinsi-bali-kembali-memperoleh-predikat-angka-prevalensi-stunting-terendah-se-indonesia/>
- Prince, M. (2004). Does active learning work? A review of the research. *Journal of Engineering Education*, 93(3), 223–231. <https://doi.org/10.1002/j.2168-9830.2004.tb00809.x>
- Silitonga, H. T. H., Wicaksono, D., Yunita, J., Rany, N., Perangin-angin, S. B., Nuswaken, A. W., Rachmawati, F., Asmin, E., Wilani, N. M. A., Putri, K. M., Sofitriani, I., & Syahadat, R. M. (2024). *Perilaku Kesehatan dan Promosi Kesehatan*. Widina Media Utama