



Psikoedukasi Berbasis Kelompok dengan Berbantuan Teknologi Untuk Meningkatkan Pemahaman Gizi Seimbang Pada Orang Tua Sebagai Upaya Menurunkan Tingkat Stunting

¹Rahmatika Sari Amalia, ¹Selly Candra Ayu, ²Ahmad Fahmi Karami, ²Shinta Huriyatul, ²M. Rizky Baskara, ¹Rhafi Idhan

¹Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Indonesia

²Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Indonesia

Corresponding author email: rahmatika.amalia@psi.uin-malang.ac.id

Received: February 2024; Revised: April 2024; Published: Mei 2024

Abstrak

Stunting merupakan permasalahan hambatan tumbuh kembang anak yang saat ini menjadi fokus pemerintah Indonesia. Hal ini dikareunakan stunting dapat mengancam kualitas perkembangan individu. Salah satu daerah yang menjadi pusat perhatian mengenai kejadian stunting di Kabupaten Malang, adalah di Desa Madiredo Kecamatan Pujon. Oleh karenanya perlu untuk melakukan pencegahan terjadinya prevalensi stunting dengan cara memberikan psikoedukasi kepada orangtua mengenai pentingnya pemberian gizi seimbang untuk anak. Pengabdian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi berbasis kelompok dengan menggunakan bantuan teknologi terhadap tingkat pemahaman gizi seimbang pada orangtua dengan anak terindikasi stunting. Manfaat dari Pengabdian ini diharapkan dapat menurunkan prevalensi tingkat stunting yang ada di Desa Madiredo Kecamatan Pujon Kabupaten Malang. Metode Penganbdian menggunakan Participatory Action Research dengan jumlah 38 partisipan. Alat ukur yang digunakan adalah alat ukur pemahaman gizi seimbang dengan reliabilitas 0.78. Sebelum diberikan perlakuan, partisipan diukur tingkat pemahamannya melalui pre-test. Kemudian partisipan diberikan perlakuan berupa psikoedukasi mengenai pentingnya pemahaman gizi seimbang pada anak secara berkelompok dengan beberapa metode yakni seminar, diskusi kelompok, pamphlet, dan vidio. Setelah perlakuan, partisipan diukur kembali tingkat pemahamannya. Hasil pengabdian dianalisis dengan menggunakan uji paired sample t-test. Hasil dari pengabdian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi kelompok dengan menggunakan bantuan teknologi mampu meningkatkan pemahaman gizi seimbang pada orangtua. Rata-rata pemahaman partisipan sebelum diberikan psikoedukasi adalah sebesar 5.868 dan setelah diberikan psikoedukasi rata-rata pemahaman meningkat sebesar 7.026. Berdasarkan hasil tersebut maka Kader Kesehatan setempat, diharapkan dapat memberikan penyuluhan mengenai gizi seimbang dengan bantuan tehnologi untuk dapat meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya gizi seimbang dalam mencegah anak tumbuh dengan stunting.

Kata Kunci: Psikoedukasi, Teknologi, Gizi Seimbang, Stunting

Group-based Psychoeducation with the Help of Technology to Increase Understanding of Balanced Nutrition Among Parents as an Effort to Reduce Stunting Rates

Abstract: *Stunting is a problem that hinders children's growth and development which is currently the focus of the Indonesian government. This is because stunting can threaten the quality of individual development. One of the areas that has become the center of attention regarding stunting incidents in Malang Regency is Madiredo Village, Pujon District. Therefore, it is necessary to prevent the prevalence of stunting by providing psychoeducation to parents regarding the importance of providing balanced nutrition for children. This community service aims to determine the effect of group-based psychoeducation using technological assistance on the level of understanding of balanced nutrition in parents whose children are diagnosed with stunting. The benefits of this community service are expected to reduce the prevalence of stunting levels in Madiredo Village, Pujon District, Malang Regency. The method of this community service used participatory action research with 38 participants. The measuring instrument used is a measuring*

instrument for understanding balanced nutrition with a reliability of 0.78. Before being given treatment, participants' level of understanding was measured through a pre-test. Then participants were given treatment in the form of psychoeducation regarding the importance of understanding balanced nutrition in children in groups using several methods, namely seminars, group discussions, pamphlets and videos. After treatment, participants' level of understanding was again measured. The results of community service were analyzed using the paired sample t-test. The results of this community service show that group psychoeducation using technological assistance is able to increase parents' understanding of balanced nutrition. The average understanding of participants before being given psychoeducation was 5,868 and after being given psychoeducation the average understanding increased by 7,026. Based on these results then It is hoped that local health cadres can provide education about balanced nutrition with the help of technology to increase understanding of the importance of balanced nutrition in preventing children from growing up with stunting.

Keywords: Psychoeducation, Technology, Balanced Nutrition, Stunting

How to Cite: Amalia, R. S., Ayu, S. C., Karami, A. F., Huriyatul, S., Baskara, M. R., & Idhan, R. (2024). Psikoedukasi Berbasis Kelompok dengan Berbantuan Teknologi Untuk Meningkatkan Pemahaman Gizi Seimbang Pada Orang Tua Sebagai Upaya Menurunkan Tingkat Stunting Di Desa Madiredo Kecamatan Pujon . *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 6(2), 160–173. <https://doi.org/10.36312/sasambo.v6i2.1786>



<https://doi.org/10.36312/sasambo.v6i2.1786>

Copyright© 2024, Amalia et al

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) License.



PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan tumbuh kembang anak yang menjadi fokus pemerintah di Indonesia. Hal ini disebabkan karena dampak stunting yang berkepanjangan terhadap kualitas sumber daya manusia yang ada di Indonesia. Menurut Perpres No 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting, Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan Panjang atau tinggi badannya berada dibawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang Kesehatan. Berdasarkan panduan UNICEF, pengukuran presentase stunting diperuntukkan bagi anak-anak dengan rentang usia 0-59 bulan (Promkes.Kemendes.go.id). Anak yang mengalami stunting, akan terganggu dalam aspek kinerja pekerjaan fisik dan fungsi intelektualnya dan hal ini juga berkaitan dengan kejadian sakit dan gangguan tumbuh kembang. Oleh karenanya permasalahan stunting perlu mendapatkan perhatian khusus sebagai upaya untuk menciptakan Sumber Daya Manusia yang sehat dan berkualitas.

Kabupaten Malang merupakan salah satu wilayah di Jawa Timur yang memiliki tingkat stunting yang relatif tinggi dibandingkan beberapa kabupaten/kota di Jawa Timur. Salah satunya adalah di Desa Madiredo yang merupakan salah satu desa di Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang. Pada tahun 2021-2022, desa ini menjadi locus stunting dan sampai saat ini masih perlu mendapatkan perhatian penuh dalam mencegah peningkatan stunting. Dinas Kesehatan Kabupaten Malang menargetkan penurunan stunting dari 22.54 di tahun 2022 menjadi 18.84 pada tahun 2023 (Dinas Pengendalian Penduduk dan KB Kabupaten Malang). Oleh karenanya, agar tingkat stunting di Desa Madiredo tidak meningkat, maka perlu Upaya pencegahan peningkatan kejadian stunting dengan cara mencari akar penyebab terjadinya stunting di desa tersebut.

Berdasarkan pemaparan Dinas Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kabupaten Malang, permasalahan stunting yang terjadi di Desa

Madiredo Kecamatan Pujon disebabkan oleh terbatasnya persepsi dan perilaku masyarakat terhadap stunting. Hal ini tampak dari kurang lengkapnya pengetahuan dan pendidikan akan gizi pada masyarakatnya. Saat ini upaya dalam mengkampanyekan pendidikan gizi, konseling, dan diseminasi informasi di desa tersebut sudah mulai digencarkan. Namun, orangtua dengan anak stunting kurang terlibat penuh untuk berpartisipasi dalam menyelesaikan permasalahan stunting di desa. Sebagaimana yang disampaikan oleh perangkat desa dan kader Kesehatan di daerah tersebut, menyatakan bahwa kata “stunting” menjadi kata yang sensitive bagi masyarakat sekitar. Orangtua yang terdata dengan anak stunting, menunjukkan penolakan dan rasa malu jika anak mereka masuk dalam kategori anak terindikasi stunting. Sebagian orangtua bahkan menjauh dengan program posyandu dan meminta data anak mereka dihapus dari daftar anak terindikasi stunting agar tidak menjadi data yang meningkatkan prevalensi stunting di desa mereka. Orangtua dengan anak terindikasi stunting merasa bahwa mereka sudah memenuhi kebutuhan pangan anaknya. Namun sebenarnya hal yang perlu diperhatikan adalah bagaimana orangtua dapat memberikan makanan dengan kandungan gizi yang seimbang sehingga anak terhindar dari stunting dan dapat bertumbuh secara optimal, baik dari segi fisik maupun intelektual.

Apabila meninjau dari penyebab permasalahan stunting yang terjadi di Desa Madiredo Kecamatan Pujon Kabupaten Malang, maka strategi yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya peningkatan stunting di desa tersebut adalah dengan memberikan psikoedukasi mengenai gizi seimbang. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 tahun 2014 tentang pedoman gizi seimbang, gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. Melalui psikoedukasi Kesehatan mengenai gizi seimbang diharapkan dapat memberikan kesadaran dan pemahaman mengenai pentingnya pemenuhan dan peningkatan gizi terutama pada gizi ibu dan bayi untuk mencegah terjadinya stunting pada anak.

Psikoedukasi merupakan tindakan yang disampaikan oleh profesional kepada individu dan/atau keluarga, yang mengintegrasikan dan mensinergikan antara psikoterapi dan intervensi edukasi dengan tujuan untuk mengubah mental dan perilaku individu dan/ atau keluarga (Lukens & McFarlane, 2004). Stuart (2013) menjelaskan psikoedukasi sebagai pengembangan dan pemberian informasi yang berbentuk pendidikan pada masyarakat tentang informasi yang berkaitan dengan psikologi populer atau informasi tertentu yang digunakan untuk mempengaruhi kesejahteraan psikososial Masyarakat, yang dirancang sebagai suatu bentuk rencana perawatan secara menyeluruh. Psikoedukasi memungkinkan terjadinya proses sosialisasi dan pertukaran pendapat bagi pasien dan tenaga profesional sehingga berkontribusi dalam destigmatisasi gangguan psikologis yang beresiko menghambat pengobatan (Supratiknya, 2011). Psikoedukasi merupakan suatu proses pemberian pemahaman atau

pendidikan psikologis pada individu atau kelompok yang dapat meningkatkan kesadaran dan keyakinan masyarakat untuk dapat meningkatkan partisipasi masyarakat dalam proses identifikasi masalah stunting dan ikut terlibat dalam program pencegahan stunting (Angraini, dkk, 2023). Sehingga melalui proses psikoedukasi ini, diharapkan seorang individu dapat menerima kondisi Kesehatan saat ini, menyadari perlunya perbaikan Kesehatan, dan memiliki kemauan untuk berupaya meningkatkan kualitas Kesehatan melalui penyediaan makanan bergizi seimbang untuk anak usia dini. Sehingga dengan adanya intervensi ini, diharapkan angka stunting di desa tersebut dapat terus ditekan.

Berkaitan dengan pelaksanaan proses psikoedukasi di Desa Madiredo Kecamatan Pujon Kabupaten Malang, untuk mencegah stunting, maka perlu untuk melibatkan kader posyandu untuk dapat terlibat penuh dalam upaya memberikan penyuluhan gizi seimbang dengan cara komunikasi yang efektif sehingga masyarakat secara penuh dapat memahami pentingnya gizi seimbang dalam menurunkan prevalensi tingkat stunting di Desa Madiredo.

Psikoedukasi dapat dilakukan secara individual dan kelompok. Namun dalam kasus penanganan stunting di Desa Madiredo, psikoedukasi dilakukan secara berkelompok. Brown (2011) menjelaskan bahwa psikoedukasi dapat dilakukan secara berkelompok. Psikoedukasi kelompok dapat berupa kelompok diskusi maupun kelompok self-help. Adapun jenis psikoedukasi kelompok juga bermacam-macam. Salah satunya adalah training/social skill group yang mana berfokus pada pengembangan keterampilan sosial yang bertujuan untuk pencegahan ataupun remedial.

Meningkatkan efektifitas psikoedukasi berbasis kelompok dalam upaya meningkatkan pemahaman gizi seimbang, penulis memanfaatkan media teknologi informasi. Penggunaan teknologi informasi untuk membantu sebuah organisasi dalam mencapai tujuannya sudah bukan hal baru pada era modern saat ini. Salah satu teknologi informasi yang dapat digunakan adalah media visual dan audio visual. Menurut Wina (2014) media audio visual merupakan jenis media yang selain mengandung unsur suara juga mengandung unsur gambar yang dapat dilihat. Levie dan Lentz (Kustandi, 2011), mengemukakan terdapat empat fungsi media edukasi berbantuan media visual, yaitu: fungsi atensi, fungsi afektif, fungsi kognitif, dan fungsi kompensatoris. Keempat fungsi ini diharapkan dapat meningkatkan kecepatan pemahaman seseorang terhadap suatu materi tertentu, salah satunya mengenai Kesehatan. Hal ini sesuai dengan hasil beberapa penelitian bahwa edukasi kesehatan dengan menggunakan media visual dan audiovisual efektif untuk meningkatkan pengetahuan individu (Bertalina, 2015; Wicaksono, 2016; Ginting, dkk, 2022; Kurniasari, 2023; Aisyiah, dkk, 2023). Media audio-visual merupakan media yang memiliki peranan peningkatan yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan (Wicaksono, 2016).

Oleh karena itu dalam pengabdian ini penulis ingin mengetahui bagaimana pengaruh psikoedukasi berbasis kelompok dengan menggunakan bantuan teknologi dalam meningkatkan pemahaman gizi seimbang pada orangtua yang memiliki anak dengan indikasi stunting di Desa Madiredo, Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang. Penulis berharap hasil dari pengabdian ini akan membantu mengubah perilaku orangtua untuk mampu

memberikan gizi seimbang pada anak sehingga anak dapat bertumbuh secara optimal dan secara tidak langsung dapat menurunkan prevalensi stunting di Desa Madiredo, Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini menggunakan pendekatan participatory action research. Participatory action research merupakan pendekatan penelitian yang berdasarkan fakta-fakta yang terjadi di lapangan melalui pengumpulan data dianalisis secara cermat untuk direfleksi secara kritis. PAR melibatkan secara aktif semua pihak-pihak yang relevan (stakeholders) dalam mengkaji tindakan yang sedang berlangsung (di mana pengalaman mereka sendiri sebagai persoalan) dalam rangka melakukan perubahan dan perbaikan ke arah yang lebih baik.

Adapun tahapan kegiatan yang dilakukan antara lain; membangun hubungan dengan pihak desa yang mencakup perangkat desa dan kader Kesehatan desa. Langkah selanjutnya peneliti menentukan agenda riset yang berupa psikoedukasi mengenai gizi seimbang kepada para orangtua dengan anak terindikasi stunting. Adapun rincian agenda psikoedukasi ini terdiri dari pemberian pre test untuk mengukur tingkat pemahaman orangtua, dilanjutkan dengan seminar dan diskusi kelompok yang didukung dengan pemanfaatan teknologi seperti e-pamflet dan video. Setelah pemberian materi, partisipan diminta untuk mengisi post untuk mengukur peningkatan keberhasilan dari psikoedukasi yang diberikan.

Populasi berjumlah 42 orangtua dengan anak terindikasi stunting di Desa Madiredo Kecamatan Pujon Kabupaten Malang. Adapun jumlah sample yang digunakan sebagai partisipan dalam pengabdian ini adalah sejumlah 38 partisipan yang merupakan orangtua dengan anak terindikasi stunting, yang bermukim di Desa Madiredo, Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang.

Alat ukur yang digunakan adalah tes pemahaman mengenai gizi seimbang, yang disesuaikan dengan bahan dan materi yang diberikan kepada partisipan, sejumlah 10 aitem. Validitas alat ukur menggunakan penilaian ahli, dan reliabilitas menggunakan cronbach alpha sebesar 0.78. Hal ini menunjukkan bahwa alat ukur cukup reliabel untuk digunakan dalam mengukur tingkat pemahaman mengenai gizi seimbang.

Data yang diperoleh melalui pre-test dan pos-test, dianalisis dengan menggunakan JIASP 0.8.5.1. Teknik analisis yang digunakan adalah dengan menggunakan uji beda paired sample T-test, untuk dapat melihat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan psikoedukasi mengenai pemberian gizi seimbang kepada para orangtua.

HASIL DAN DISKUSI

Keberhasilan dalam memberikan treatment berupa psikoedukasi kepada pada orang tua, dianalisis dengan menggunakan uji beda Paired-sample T-test. Tujuan dari uji ini adalah untuk dapat membedakan pemahaman gizi seimbang pada satu kelompok orangtua dengan indikasi anak stunting sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa pemberian materi melalui seminar, diskusi kelompok, pamphlet, buku saku, dan video. Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan JASP 0.8.5.1. Adapun hasil analisis data adalah sebagai berikut:

1. Uji Normality

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui mengenai sebaran data, apakah data tersebar secara normal atau tidak.

Tabel 1. Uji Normalitas (Saphiro-Wilk)

		W	p
Pre Test	- Post Test	0.797	< .001

Note. Significant results suggest a deviation from normality.

Berdasarkan test-normality menggunakan Shapiro Wilk, menunjukkan nilai $p < 0.001$. Hal ini menunjukkan bahwa data signifikan, atau berdistribusi tidak normal. Data tidak normal pada pengabdian ini bisa disebabkan karena minimnya sampel yang ada di lokasi pengabdian. Data yang berdistribusi tidak normal, sehingga analisis yang digunakan adalah uji nonparametric Wilcoxon's signed-rank. Adapun hasil analisisnya sebagai berikut:

Tabel 2. Uji Nonparametric Wilcoxon's Signed-rank Paired Samples T-Test

		W	p	Hodges-Lehmann Estimate	Rank-Biserial Correlation
Pre Test	- Post Test	0.000	< .001	-2.000	-1.000

Note. Wilcoxon signed-rank test.

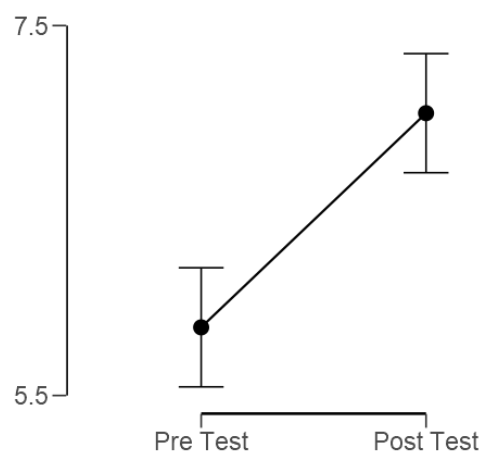
Tabel di atas menunjukkan nilai statistik-W Wilcoxon yang sangat signifikan, dimana nilai $p < 0.001$. Hal ini menyiratkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pemahaman orangtua sebelum dan setelah diberikan psikoedukasi gizi seimbang. Parameter lokasi, Hodges-Lehmann estimate, menunjukkan adanya perbedaan nilai median dari kedua kelompok sebelum dan setelah pemberian psikoedukasi. Korelasi rank-biserial (rB) dapat dianggap sebagai besaran efek dan diinterpretasi sama dengan korelasi r Pearson. Jadi nilai 1.00 menunjukkan besaran efek yang besar. Sehingga dapat dikatakan bahwa psikoedukasi gizi seimbang mampu meningkatkan pemahaman orangtua mengenai gizi seimbang untuk mencegah terjadinya stunting di Desa Madiredo, Kecamatan Pujon.

Selain itu, sesuai dengan analisis data non parametrik, maka nilai median harus dilampirkan pada data deskriptif serta menampilkan boxplot, yang ditunjukkan dalam data sebagai berikut:

Tabel 3. Statistik Deskriptif

	Pre Test	Post Test
Valid	38	38
Missing	0	0
Mean	5.87	7.03
Median	6.00	7.00
Std. Deviation	1.76	1.46
Minimum	2.00	3.00
Maximum	9.00	9.00

Berdasarkan data table diatas menunjukkan terjadi peningkatan nilai rata-rata pemahaman gizi seimbang antara sebelum dan setelah pemberian psikoedukasi dalam kelompok. Sebelum diberikan psikoedukasi, rata-rata pemahaman partisipan mengenai gizi seimbang sebesar 5.868. Dan setelah diberikan psikoedukasi, terjadi peningkatan pada rata-rata pemahaman partisipan mengenai gizi seimbang yakni sebesar 7.026. Hal ini menunjukkan bahwa psikoedukasi dalam kelompok dengan menggunakan bantuan teknologi mampu membantu dalam meningkatkan pemahaman partisipan mengenai gizi seimbang. Melalui hasil pengabdian ini, diharapkan membantu partisipan yang merupakan orangtua dengan indikasi anak stunting, mampu dalam menyajikan menu makanan yang memenuhi kaidah gizi seimbang. Sehingga hasil dari pengabdian ini dapat berdampak dalam menurunkan tingkat stunting, terutama di Desa Madiredo, Kecamatan Pujon. Namun berdasarkan nilai SD dan Mean pada pre-test dan pos-test menunjukkan bahwa perbedaan peningkatan pemahaman gizi seimbang pada partisipan hanya sebesar 1.16. Perbedaan ini juga dapat diperhatikan pada grafik pre-test dan post-test dibawah ini. Kecilnya perbedaan ini dapat disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya variasi pemahaman dari partisipan mengenai gizi seimbang, yang diperkuat dengan nilai SD dan sebaran nilai minimum dan maximum pada saat sebelum psikoedukasi diberikan dan setelah psikoedukasi diberikan. Nilai minimum pre-test pada saat sebelum psikoedukasi adalah 2, dan nilai maksimumnya adalah 9. Sedangkan nilai minimum pos-test setelah diberikan psikoedukasi adalah 3 dan nilai maksimumnya adalah 9. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat partisipan yang sudah memiliki pemahaman yang baik mengenai gizi seimbang, dan masih terdapat partisipan yang tingkat pemahamannya tidak meningkat setelah diberikan psikoedukasi.



Gambar 1: Grafik Pretest dan Posttest

Berdasarkan gambar diatas menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang cukup signifikan mengenai pemahaman gizi seimbang pada orangtua dengan anak terindikasi stunting, sebelum dan setelah pemberian psikoedukasi mengenai gizi seimbang di Desa Madiredo Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang.

Tabel 4. Prosentase Hasil Pre-Tes dan Pos-Tes

	Pre Test		Post Test	
	n	%	n	%
Pemahaman rendah	3	7,90%	1	2,64%
Pemahaman sedang	28	73,68%	21	55,26%
Pemahaman tinggi	7	18,42%	16	42,10%

Selain itu, berdasarkan data deskriptif sebelum dan sesudah pemberian psikoedukasi gizi seimbang, ditemukan adanya perubahan tingkat pemahaman pada orangtua yang mengikuti psikoedukasi. Sebelum mengikuti psikoedukasi gizi seimbang, ditemukan terdapat 3 orang memiliki pemahaman yang rendah, 28 orang memiliki pemahaman sedang, dan 7 orang memiliki tingkat pemahaman yang tinggi mengenai gizi seimbang. Perbedaan variasi pemahaman mengenai gizi seimbang sebelum diberikan psikoedukasi, dapat disebabkan oleh beberapa factor. Salah satunya adalah terkait dengan factor Pendidikan. Setelah mengikuti psikoedukasi gizi seimbang, terdapat proporsi yang berbeda terkait tingkat pemahaman individu mengenai gizi seimbang. Individu yang memiliki tingkat pemahaman rendah berkurang dari 3 orang menjadi 1 orang. Individu yang memiliki tingkat pemahaman yang sedang, berkurang dari 28 orang menjadi 21 orang. Dan individu yang memiliki tingkat pemahaman yang tinggi meningkat dari 7 orang menjadi 16 orang.

Latar belakang Pendidikan yang berbeda, akan mempengaruhi pola berpikir dan pola pengasuhan orangtua, salah satunya dalam memberikan sajian makanan yang bergizi untuk anak agar anak dapat bertumbuh secara optimal. Alderman & Headey (2017) menjelaskan bahwa pendidikan lebih berdampak pada status gizi generasi berikutnya jika kurikulum sekolah berfokus pada peningkatan kesehatan dan pengetahuan gizi orang tua di masa depan secara langsung. Artinya pemberian pengetahuan mengenai gizi seimbang akan memberikan dampak terhadap peningkatan pola perilaku dalam memberikan makanan sehat dengan gizi seimbang dalam keluarga.

Secara ringkas dapat dijelaskan melalui prosentase bahwa setelah dilakukan psikoedukasi gizi seimbang, orangtua dengan tingkat pemahaman rendah dan sedang berkurang, sedangkan orangtua dengan pemahaman tinggi jumlahnya meningkat secara signifikan. Pada kelompok Tingkat pemahaman yang rendah, prosentase nya menurun dari 7,90% menjadi 2,64%. Pada kelompok pemahaman sedang, prosentasenya turun dari 73,68% menjadi 55,26%. Sedangkan pada pemahaman tinggi, prosentasenya naik dari 18,42% menjadi 42,10%. Perubahan proporsi prosentase pada tingkat pemahaman ini, menunjukkan adanya pengaruh pemberian psikoedukasi berbasis kelompok dengan menggunakan teknologi visual dan audiovisual terhadap tingkat pemahaman individu mengenai gizi seimbang dalam Upaya mencegah terjadinya stunting di Desa Madiredo, Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang.

Stunting merupakan permasalahan tumbuh kembang anak yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurut Purnamasari, dkk (2023) faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting yakni pola asuh ibu terhadap

balita mencakup pola asuh gizi dan pola asuh psikologis. Pola asuh gizi, berkaitan dengan ketersediaan pangan di keluarga. Bayi usia 0-6 bulan perlu diberikan ASI Eksklusif dan 6-23 bulan diberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang sesuai, serta pemberian pangan yang bergizi seimbang khususnya bagi balita. Sedangkan pola asuh psikologis merupakan cara membangun bonding ibu dan bayi serta meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam pengasuhan anak. Agar orangtua dapat memberlakukan pola asuh yang tepat dan gizi yang seimbang, maka orangtua perlu memiliki pemahaman yang baik mengenai pola asuh dan gizi seimbang. Sebagaimana dijelaskan oleh Prasetyo (2021) bahwa tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya stunting pada anak balita. Orangtua yang memiliki pengetahuan yang baik akan memiliki kemauan untuk mengikuti dan mengetahui cara yang dapat dilakukan untuk dapat mencegah terjadinya stunting. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan orangtua merupakan salah satu penyebab terjadinya stunting. Orangtua yang memiliki pemahaman mengenai gizi seimbang, mereka akan menunjukkan pola perilaku untuk memberikan asupan gizi yang sesuai dengan yang disarankan. Sebaliknya, orangtua yang kurang memahami pentingnya gizi seimbang maka mereka kurang menunjukkan pola perilaku untuk memberikan asupan gizi yang seimbang kepada anak-anaknya.

Pemahaman orangtua mengenai stunting tidak serta merta dipengaruhi oleh tingkat Pendidikan, namun pengaruh yang lebih besar justru dari proses pengalaman, seperti melalui psikoedukasi (Aristuti, dkk, 2023). Berdasarkan analisis ini, maka psikoedukasi dapat menjadi salah satu alternatif yang diambil untuk dapat meningkatkan pemahaman kepada orangtua mengenai pentingnya gizi seimbang untuk anak dalam pencegahan stunting. Psikoedukasi juga memiliki manfaat yang positif untuk memecahkan masalah yang dialami oleh keluarga sehingga dukungan internal dan eksternal merupakan hal yang dibutuhkan oleh orangtua dengan anak terindikasi stunting (Purnamasari, dkk, 2023). Dukungan internal dapat berupa dukungan dari anggota keluarga inti yang diharapkan dapat mendukung pemenuhan asupan yang mengandung gizi seimbang. Sedangkan dukungan eksternal bisa diperoleh dari posyandu, perangkat desa, puskesmas setempat, rekan atau tetangga.

Melalui psikoedukasi, orangtua diberikan pemahaman mengenai pentingnya menyadari status gizi anak dan bagaimana pola asuh mereka dalam memberikan makanan sehat dalam keluarga. Sehingga hal ini dapat membantu mereka mengurangi rasa penolakan terhadap kondisi anak. Psikoedukasi mampu mengubah pola pikir seseorang sehingga mereka menjadi lebih terbuka, menyadari, dan mampu menerima kondisi kesehatan anak saat ini. Febiyanti, (2023) menjelaskan bahwa psikoedukasi membantu seseorang dalam meningkatkan kesadaran diri dan mengelola emosi menjadi lebih baik. Orangtua yang memiliki perasaan sadar, menerima, dan terbuka, mereka akan lebih mudah menerima dan mencerna informasi dari luar untuk dapat mengobati ataupun mencegah terjadinya kondisi stunting pada anak mereka. Mereka juga cenderung merubah pola perilaku menjadi perilaku yang lebih ideal, terutama dalam memberikan makanan dengan gizi seimbang. Hal ini dikarenakan, dalam psikoedukasi melibatkan proses

kognitif dan perubahan perilaku melalui proses komunikasi aktif dan pertukaran informasi. Pada proses psikoedukasi, pemberian informasi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang masalah mereka, menjelaskan konseptualisasi kasus mereka, dan memberikan alasan yang jelas untuk pendekatan dan implementasi penyelesaiannya (Baumi, 2006 & Griliis, 2003).

Selain itu, pada pengabdian ini juga menitikberatkan pada bagaimana dukungan eksternal mampu mempengaruhi pemahaman gizi seimbang pada orangtua dengan anak terindikasi stunting. Dukungan eksternal ini dikemas dalam bentuk pemberian psikoedukasi yang disampaikan ahli dan kader posyandu kepada orangtua dalam bentuk diskusi kelompok. Berdasarkan hasil di lapangan menunjukkan bahwa psikoedukasi dalam kelompok efektif untuk meningkatkan kesadaran akan pemahaman mengenai pentingnya gizi seimbang. Kelompok dapat diposisikan sebagai dukungan eksternal yang turut mempengaruhi keberhasilan dalam memberikan pemahaman dan menyelesaikan permasalahan stunting pada anak. Keberhasilan dalam peningkatan pemahaman ini tentunya menjadi upaya dan partisipasi bersama dengan para kader posyandu, para orangtua, dan perangkat desa lain yang terhubung. Pada pengabdian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi dalam bentuk kelompok mampu membantu meningkatkan pemahaman orangtua mengenai gizi seimbang untuk mencegah stunting. Temuan dalam pengabdian ini juga sejalan dengan penelitian Dewi, dkk (2022) yang menjelaskan bahwa program psikoedukasi yang diikuti masyarakat berupa pemberian pengetahuan mengenai cara pemberian makan yang baik dapat meningkatkan pemahaman masyarakat untuk pencegahan stunting. Melalui psikoedukasi, orangtua akan memiliki kesadaran dan pengetahuan mengenai gizi seimbang, sehingga mereka akan lebih mampu untuk melakukan pemilihan makanan yang tepat bagi anak mereka untuk mencegah terjadinya stunting. Van Dillen, dkk (2008) menjelaskan bahwa kesadaran terhadap gizi dapat berkaitan dengan perilaku individu dalam melakukan pemilihan makanan yang tepat.

Menurut Anggraini, dkk (2023) partisipasi masyarakat untuk mengikuti psikoedukasi dalam proses pemberian pemahaman dan/atau pendidikan psikologis pada individu atau kelompok sangat diperlukan dalam pencegahan stunting untuk menjalankan perilaku hidup sehat dan konsumsi makanan gizi seimbang. Partisipasi masyarakat untuk mau mengikuti program psikoedukasi menunjukkan adanya kesadaran dan keyakinan diri untuk dapat ikut serta dalam mengikuti program mengenai stunting seperti mengikuti seminar mengenai stunting. Keikutsertaan kader posyandu sebagai pemandu dalam kegiatan psikoedukasi kelompok dalam pengabdian ini, dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam melakukan konseling dan penyuluhan kepada masyarakat secara tepat. Setiarini & Rahman (2023) menemukan bahwa psikoedukasi dalam bentuk konseling mampu meningkatkan pengetahuan responden tentang masalah stunting pada balita.

Berdasarkan hasil pengabdian ini, diharapkan para kader posyandu mampu menyampaikan informasi dengan gaya komunikasi dan bahasa yang tepat, sehingga orangtua yang memiliki anak terindikasi stunting mampu menangkap informasi mengenai gizi seimbang dalam upaya pencegahan

stunting dengan baik. Orangtua menjadi berantusias dan mau mengikuti program pencegahan stunting serta berupaya untuk memberikan gizi yang seimbang sesuai dengan pemahaman yang mereka miliki. Sehingga diharapkan dalam jangka waktu panjang, para orangtua mampu menunjukkan perubahan perilaku yang lebih baik dalam pengasuhan anak dengan memberikan asupan makanan dengan gizi seimbang yang akan berdampak pada penurunan tingkat stunting di desa Madiredo.

Keberhasilan psikoedukasi kelompok dalam pengabdian ini, tidak terlepas dari bantuan penggunaan teknologi dengan menggunakan media visual maupun audiovisual. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa media visual dan audiovisual efektif untuk meningkatkan kemampuan pemahaman seseorang terhadap suatu objek atau informasi. Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2012) yang menjelaskan bahwa salah satu pengaruh dari memberikan sebuah edukasi adalah *enabling factor* yaitu faktor-faktor yang memungkinkan atau yang memfasilitasi perilaku seseorang dan dapat membantu menyampaikan sebuah informasi. Bertalina (2015) menegaskan bahwa media cetak efektif untuk menyampaikan informasi dan Pendidikan gizi. Media cetak mampu mengutamakan pesan-pesan visual, yang terdiri dari sejumlah kata, gambar atau foto dalam tata warna. Pada pengabdian ini secara spesifik menggunakan media visual berupa slide, pamphlet dan buku saku. Menurut Bertalina (2015) informasi dari media visual akan ditangkap menggunakan panca indra, dimana panca indra mengambil peran dalam hal mendengar, melihat, dan diskusi sehingga informasi yang diserap bisa mencapai 90%.

Selain itu, pemanfaatan media audiovisual juga menunjukkan hasil yang efektif. Aisyiyah, dkk (2023) menjelaskan bahwa terdapat pengaruh perilaku melalui media video edukasi terhadap perilaku gizi seimbang. Hasil yang sama mengenai efektifitas pemanfaatan video yang digunakan dalam penelitian ini, juga ditunjukkan pada hasil promosi Kesehatan gizi seimbang di Posyandu Melati 01 Jatimulya Kota Depok melalui penyuluhan, leaflet, dan video. Sebagaimana dijelaskan oleh Widyaningrum, dkk (2021), bahwa efektifitas penggunaan video sebagai media dalam promosi Kesehatan karena sifat video yang cenderung menarik dan lebih mudah dipahami. Media promosi dan kesehatan dalam bentuk video berisikan penyampaian pesan kesehatan melalui gambar bergerak dan suara yang juga mengandalkan panca Indera dalam penyerapan informasi. Metode Audiovisual mengandung unsur suara dan gambar yang dapat dilihat melalui video, film pendek, dan lain-lain. Metode audiovisual dapat menjadi media pendukung untuk melakukan penyuluhan karena informasi yang diberikan singkat padat dan jelas serta menarik dan mudah dipahami dan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang (Ginting, dkk, 2022). Pada pengabdian ini metode audiovisual yang dipilih adalah dengan menggunakan video yang berisikan mengenai pentingnya gizi seimbang pada pengasuhan anak, serta bagaimana peran orangtua akan berpengaruh terhadap Kesehatan dan pemenuhan gizi anak sesuai dengan yang dipersyaratkan dinas Kesehatan. Berdasarkan paparan video mengenai gizi seimbang yang diberikan kepada orangtua, tingkat pemahaman gizi seimbang meningkat. Sehingga dapat dikatakan media audiovisual sangat membantu meningkatkan kesadaran orangtua dalam memenuhi gizi anak dan pentingnya peran pelibatan kedua orangtua

dalam memenuhi gizi anak secara berimbang. Wibowo & Suryani (2013) menekankan bahwa metode audio visual lebih merangsang dalam penyampaian pesan-pesan/informasi yang disampaikan karena responden dapat melihat dan responden juga dapat mendengarkan isi pesan tersebut.

KESIMPULAN

Kesimpulan hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa pemberian psikoedukasi secara berkelompok dengan menggunakan media visual dan audiovisual berupa slide, pamphlet, buku saku, dan video dapat meningkatkan pemahaman orangtua mengenai pemberian gizi seimbang pada anak, yang dapat diprediksikan mampu membantu menurunkan tingkat stunting pada anak, khususnya di Desa Madiredo, Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang.

REKOMENDASI

Saran kepada desa agar dapat mempertahankan psikoedukasi dengan berkelompok untuk dapat mencegah peningkatan stunting di desa. Selain itu, untuk pengabdian berikutnya dapat menggunakan metode dan alat ukur yang lebih valid dan reliabel. Peneliti juga dapat memperbanyak sampel yang representative. Peneliti lain juga dapat menggunakan variable lain yang dapat mempengaruhi penurunan stunting di Desa Madiredo, Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang. Selain itu, perlu pendekatan lain untuk dapat meningkatkan pemahaman mengenai gizi seimbang pada orangtua dengan terindikasi stunting di desa Madiredo, Kecamatan Pujon.

ACKNOWLEDGMENT

Ucapan terimakasih ditujukan kepada LP2M UIN Malang, perangkat desa Madiredo dan seluruh kader Kesehatan desa Madiredo, beserta seluruh pihak yang turut membantu kelancaran kegiatan pengabdian dalam pengabdian Masyarakat ini.

REFERENSI

- . (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang.
- . (2021). Perpres Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting <https://cegahstunting.id/unduh/regulasi/>
- Aisyiah., Nurani, I.A., Asanah, N. (2023). Pengaruh Promosi Kesehatan Melalui Media Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Gizi Seimbang Pada Keluarga Dengan Anak Usia Sekolah. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. Vol 5 No (1). E-Issn 2715-6885; P-Issn 2714-9757. [Http://Jurnal.Globalhealthsciencegroup.Com/Index.Php/Jppp](http://Jurnal.Globalhealthsciencegroup.Com/Index.Php/Jppp)
- Angraini, D.I., Carolla, N., Tjiptaningrum, A., Kurniati, I. (2023). Peningkatan Partisipasi Masyarakat Dalam Program Pemenuhan Gizi Anakberbasis Konsumsi Pangan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. Volume 4 | Nomor 2 | April – Juni 2023 E-Issn: 2722-5798 & P-Issn: 2722-5801. Doi: 10.33860/Pjpm.V4i2.18
- Aristuti, N.M.M.P., Noviekayanti, I., Santi, D.E. (2023). Psikoedukasi Parenting sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Mengenai

- Stunting ditinjau dari Tingkat Pendidikan. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (UNTAG) <http://repository.untag-sby.ac.id> › JURNAL
- Baumi, J., Frobose, T., Kraemuer, S., Rentrop, M., & Pitschel-Walz, G. (2006). Psychoeducation: A Basic Psychotherapeutic Intervention for Patients With Schizophrenia and Their Families. *Schizophrenia Bulletin* vol. 32 no. S1 pp. S1–S9, 2006 doi:10.1093/schbul/sbl017.
- Bertalina, (2015). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Rajabasa Kota Bandar Lampung. *Jurnal Kesehatan*. Vol Vi, No (1), Halaman 56-63
- Bloom, B.S., (1978) *Taxonomy Of Educational Objectives (The Classification Of Educational Goals) Handbook 1 Cognitive Domain*. London: Longman
- Brown, Nina W. (2011). *Psychoeducational Groups 3rd Edition: Process & Practices* : New York, Routledge Taylor & Francis Group
- Dewi, E.M.P., Kanata, M.A., Muharram, M.F., Aliyandra, M.A.N., Muhaimin, M.I.F. (2022). Psikoedukasi Online Sebagai Upaya Mencegah Stunting Melalui Cara Makan yang Baik pada Anak. *Jurnal Lepa-lepa Open* <https://ojs.unm.ac.id/JLLO/index> Volume 2 Nomor 1, 2022 e-ISSN 2776-4176
- Febiyanti, R. (2023). Menjelajah Dunia Psikologi: Psikoedukasi untuk Pengembangan. <https://www.kompasiana.com/rizkifebiyanti5033/654d6d0bedff76198f5e4fa2/menjelajah-dunia-psikologi-psikoedukasi-untuk-pengembangan-diri>
- Ginting, S., Simamora, A.C.R., Siregar, N. (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, Dan Praktik Ibu Dalam Pencegahan Stunting Di Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine* Vol. 8 No. 1 April 2022 Universitas Ubudiyah Indonesia. E-Issn : 2615-109x
- Goldman, C. R., & Quinn, F., L. (1998). Effect of a patient education program in the treatment of schizophrenia. *Hospital Community Psychiatry*, 39(3), 282-28
- Grills, A.E. & Bowman, C. (2023). Introduction to psychoeducation with children and adolescents in *Handbook of Child and Adolescent Psychology Treatment Modules*. Published in Science Direct. Psychoeducation - an overview | ScienceDirect Topics.
- Kemkes.go.id. Mengenal Stunting dan Gizi Buruk. Penyebab, Gejala, Dan Mencegah (kemkes.go.id). Diunduh Pada tanggal 06 februari 2024.
- Kustandi, C., & Sutjipto, B. (2011). *Media Pembelajaran Manual dan Digital*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Lukens, E. P., & McFarlane, W. R. (2004). Psychoeducation as evidence-based practice: Considerations for practice, research, and policy. *Brief Treatment and Crisis Intervention*, 4(3), 205–225. <https://doi.org/10.1093/brief-treatment/mhh019>
- Notoadmodjo, S. (2012). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta. Rinerka Cipta.
- Prasetyo, Y.B. (2021). Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Audiovisual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu Merawat Anak

- Dengan Stunting. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*. Vol 16, No. 1 .
Doi 10.14710/Jpki.16.1.23-30
- Purnamasari, D.U., Dardjito, E., Kusnandar. (2017). Perilaku Gizi Seimbang Anak Sekolah Diperbaiki Dengan Edukasi Gizi Anak Dan Orangtua. *J. Gipas*, Vol 1, No 1, Hal 1-9
- Purnamasari, I., Nasrullah, D., Hasanah, U., Mundakir, Firman, Susanty, A. (2023). Pendampingan Ibu Hamil Melalui Pendekatan Psikoedukasi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Bersama Pimpinan Daerah Aisyiyah Kota Surabaya. Selaparang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. Volume 7, Nomor 2 Juni 2023.
- Setiarini, S & Rahman, N. (2023). Pengaruh Psikoedukasi Masalah Stunting pada Ibu yang mempunyai Balita di Kabupaten Sijunjung Tahun 2022. *Menara Ilmu: LPPM UMSB*. Vol. XVII No.02 Juli 2023. ISSN 1693-2617 E-ISSN 2528-7613.
- Stuart G.W. & Laraia M.T. (2013) *Principle and practice of psychiatric nursing*. Edition 10. St.Louis Missouri: Mosby Elsevier.
- Supratiknya. (2011). *Merancang Program dan Modul Psikoedukasi*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Van Dillen, S.M.E. et al. (2008). 'Exploration of possible correlates of nutrition awareness and the relationship with nutrition-related behaviours: Results of a consumer study', *Public Health Nutrition*, 11(5), pp. 478–485. doi:10.1017/S1368980007000754.
- Wibowo, S & Suryani, D. (2013). Pengaruh Promosi Kesehatan Metode Audio Visual dan Metode Buku Saku Terhadap Peningkatan Pengetahuan Penggunaan Monosodium Glutamat (Msg) Pada Ibu Rumah Tangga. *Kesmas*, Vol.7, No. 2, Hal 55, Issn: 1978-0575
- Wicaksono, D. (2016). Pengaruh Media Audio-Visual Mp-Asi Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Baduta Di Puskesmas Kelurahan Johar Baru. *Ethos (Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat)*: 291-298
- Widyaningrum, F., Sari, A., Shaleha, B.A., Tasya, R.A., Wibisono, A.F.D. (2022). Promosi Kesehatan Gizi Seimbang Pada Anak Balita Melalui Penyuluhan, Media Leaflet, Dan Video Di Posyandu Melati 01 Jatimulya Kota Depok. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*. Vol 01, No 02.
- Wina, S. 2010. *Strategi pembelajaran berorientasi standar proses pendidikan*. Jakarta. Kencana.