

PSIKOEDUKASI PADA PERMASALAHAN STUNTING

Angga Sugiarto¹, Sukini², Siti Maryani³, Yeni Yulistanti⁴, Tulus Puji Hastuti⁵

¹Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Semarang, akhanggas@gmail.com

²Jurusan Keperawatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Semarang, sukini8juli@gmail.com

³Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Semarang, maryanisiti63@yahoo.com

⁴Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Semarang, yenyulistanti@gmail.com

⁵Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Semarang, hastutituluspuji@yahoo.co.id

Keywords:

Psychoeducational
interventions,
Stunting

Abstract:

Introduction : Stunting, defined as inadequate height for age, is a severe public health issue that affects millions of children worldwide, particularly in low and middle-income countries. It leads to long-term impacts on physical health, cognitive development, and economic productivity. Psychoeducation has been identified as a potential intervention to mitigate the effects of stunting by enhancing community and parental practices.

Method : This article reviews multiple studies that investigate the role of psychoeducation in the prevention and management of stunting. It focuses on community-based psychoeducational programs, the impact of parental practices, and integrated approaches that combine nutritional support with psychosocial stimulation. Data were extracted from peer-reviewed journals and databases, with studies conducted from 2016 to 2023 being included in the review.

Results : Findings indicate that psychoeducational interventions are effective in improving knowledge and practices related to stunting prevention among parents and caregivers. Community-based programs that include education on nutrition, healthy parenting, and psychosocial stimulation have shown significant improvements in child growth metrics and cognitive development. Furthermore, interventions that enhance psychosocial stimulation, in addition to providing nutritional support, have demonstrated marked improvements in educational achievements and psychological functioning of stunted children.

Discussion : The integration of psychoeducation into stunting intervention programs is crucial for addressing both the immediate nutritional needs and the long-term developmental challenges associated with stunting. Effective psychoeducation programs require the support of tailored community-specific strategies that consider socio-economic, cultural, and environmental factors. research should focus on longitudinal studies to assess the long-term benefits of psychoeducational interventions and explore the potential for scalability and sustainability of these programs in various settings.

Kata Kunci:

Psikoedukasi,
Stunting

Abstrak:

Pendahuluan : Stunting, yang didefinisikan sebagai tinggi badan yang tidak sesuai untuk usia, merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius yang mempengaruhi jutaan anak di seluruh dunia, terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Stunting berdampak jangka panjang terhadap kesehatan fisik, perkembangan kognitif, dan produktivitas ekonomi. Psikoedukasi telah diidentifikasi sebagai intervensi potensial untuk mengurangi efek stunting dengan meningkatkan praktik komunitas dan orang tua.

Metode : Artikel ini mengulas beberapa studi yang menyelidiki peran psikoedukasi dalam pencegahan dan pengelolaan stunting. Fokus pada program psikoedukasi berbasis komunitas, dampak praktik orang tua, dan pendekatan terintegrasi yang menggabungkan dukungan nutrisi dengan stimulasi psikososial. Data diekstrak dari jurnal yang di *peer-review* dan database jurnal, dengan studi yang dilakukan dari tahun 2016 hingga 2023 dimasukkan dalam ulasan.

Hasil : Temuan menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik terkait pencegahan stunting di antara orang tua dan pengasuh. Program berbasis komunitas yang mencakup pendidikan tentang nutrisi, pengasuhan yang sehat, dan stimulasi psikososial telah menunjukkan peningkatan signifikan dalam metrik pertumbuhan anak dan perkembangan kognitif. Selain itu, intervensi yang meningkatkan stimulasi psikososial, selain menyediakan dukungan nutrisi, telah menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pencapaian pendidikan dan fungsi psikologis anak-anak yang mengalami stunting.

Diskusi : Integrasi psikoedukasi ke dalam program intervensi stunting sangat penting untuk mengatasi kebutuhan nutrisi segera dan tantangan perkembangan jangka panjang yang terkait dengan stunting. Program psikoedukasi yang efektif memerlukan dukungan dari strategi khusus komunitas yang mempertimbangkan faktor sosial-ekonomi, budaya, dan lingkungan. Penelitian selanjutnya bisa berfokus pada studi longitudinal untuk menilai manfaat jangka panjang dari intervensi psikoedukasi dan menjelajahi potensi skalabilitas dan keberlanjutan program ini di berbagai pengaturan.

Article History:

Received: 30-05-2024

Online : 22-06-2024



This is an open access article under the **CC-BY-SA** license



A. LATAR BELAKANG

Stunting adalah kondisi kurang gizi kronis yang ditandai dengan tinggi badan yang tidak sesuai untuk usia seorang anak, dan merupakan salah satu indikator kesehatan masyarakat yang paling penting, terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Menurut laporan terbaru oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), terdapat lebih dari 148 juta anak di bawah 5 tahun di seluruh dunia memiliki tinggi badan yang terlalu pendek untuk usia mereka atau dikenal dengan stunting. Pada tahun 2022 sekitar 22,3 % anak di bawah 5 tahun mengalami stunting, menurun jika dibanding dengan tahun 2020 yang pada tahun tersebut terdapat anak stunting di bawah 5 tahun sebanyak 33 % (WHO, 2023).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan adanya penurunan angka prevalensi stunting pada balita secara nasional dalam kurun waktu lima tahun, dari 37,2% pada tahun 2013 menjadi 30,8% pada tahun 2018. (Balitbangkes, 2018). Laporan Nutrisi Global mencatat bahwa Indonesia negara dalam permasalahan nutrisi (GNR, 2018). Indonesia telah menetapkan target penurunan stunting yang sejalan dengan target global dari World Health Assembly (WHO, 2014), yang bertujuan mengurangi prevalensi stunting sebesar 40% pada tahun 2025 berdasarkan data tahun 2013. Selain itu, Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (Sustainable Development Goals/SDGs) menargetkan untuk mengeliminasi segala bentuk kekurangan gizi pada tahun 2030. Oleh karena itu, diperlukan langkah percepatan untuk mengurangi prevalensi stunting pada balita hingga mencapai 19,4% pada tahun 2024 (Mensetneg, 2020).

Penurunan stunting diharapkan dapat tercapai, di angka 14% (Kemenkes, 2022). Diantara kendala dalam penyelenggaraan percepatan pencegahan stunting adalah Potensi sumber daya dan sumber dana belum diidentifikasi dan dimobilisasi secara optimal sehingga pengalokasian dan pemanfaatannya kurang efektif dan efisien untuk memastikan pemenuhan kebutuhan pencegahan stunting di tingkat kabupaten/kota (Setwapres, 2018).

Strategi Nasional (Stranas) Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting) adalah sebuah pendekatan yang mengintegrasikan berbagai sektor untuk mengatasi penyebab langsung dan tidak langsung dari stunting. Dokumen ini dijadikan acuan untuk memastikan koordinasi yang efektif antara pemerintah, sektor swasta, dan masyarakat dalam mengimplementasikan intervensi yang bertujuan mengurangi prevalensi stunting. Stranas Stunting menguraikan sebuah rencana strategis yang termasuk dalam kerangka kebijakan dan institusi yang sudah ada, dengan harapan semua pihak memahami peranannya dan bekerja sama dalam percepatan pencegahan stunting, termasuk memperhatikan kesetaraan gender. Strategi ini juga menekankan Lima Pilar Pencegahan Stunting yang telah ditetapkan dalam Keputusan Wakil Presiden pada Rapat Tingkat Menteri tanggal 9 Agustus 2017. Kelima pilar tersebut meliputi: 1) Pemimpin negara harus memiliki komitmen dan visi yang kuat; 2) Melaksanakan kampanye nasional yang menargetkan perubahan perilaku, komitmen politik, dan akuntabilitas; 3) Meningkatkan konvergensi, koordinasi, dan konsolidasi program pada tingkat nasional, daerah, dan masyarakat; 4) Mendorong kebijakan yang mendukung ketahanan pangan; 5) Melakukan pemantauan dan evaluasi yang efektif. Selain itu, dokumen ini menetapkan Kementerian atau Lembaga yang bertanggung jawab, wilayah prioritas, dan strategi percepatan lainnya, termasuk strategi kampanye nasional terhadap stunting (Mensetneg, 2020).

Terdapat kebutuhan dukungan aksi lebih nyata dengan akuntabilitas yang lebih baik dalam menghadapi krisis nutrisi global (GNR, 2022). Oleh karena itu, intervensi yang efektif dan tepat waktu sangat penting untuk mengatasi akar penyebab dan konsekuensi dari stunting. Salah satu pendekatan yang menjanjikan dalam mengatasi masalah ini adalah melalui psikoedukasi, yaitu pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stunting serta strategi untuk mencegah dan mengelolanya. Psikoedukasi memberikan penekanan pada peningkatan kapasitas orang tua dan pengasuh dalam memahami kebutuhan nutrisi dan pengasuhan yang optimal. Melalui pendidikan dan pelatihan yang diberikan dalam setting komunitas atau melalui media digital, orang tua dapat

dilengkapi dengan pengetahuan dan keterampilan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara lebih efektif. Studi-studi terbaru menunjukkan bahwa integrasi pendidikan psikososial dan dukungan nutrisi dapat memperbaiki hasil pengukuran pertumbuhan anak dan menurunkan prevalensi stunting dalam populasi yang berisiko.

B. METODE

Artikel ini mengulas beberapa studi yang meneliti peran psikoedukasi dalam pencegahan dan pengelolaan stunting. Fokus pada program psikoedukasi berbasis komunitas, dampak praktik orang tua, dan pendekatan terintegrasi yang menggabungkan dukungan nutrisi dengan stimulasi psikososial. Data diekstrak dari jurnal yang ditinjau sejawat dan database, dengan studi yang dilakukan dari tahun 2016 hingga 2023.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Psikoedukasi, sebagai salah satu intervensi kesehatan masyarakat, memainkan peran krusial dalam mengatasi masalah stunting. Program ini tidak hanya fokus pada penyampaian informasi dasar tentang gizi yang baik dan kebersihan, tetapi juga mengedukasi orang tua dan warga tentang cara-cara efektif untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Dalam konteks daerah dengan tingkat prevalensi stunting yang tinggi, psikoedukasi menjadi alat vital yang dapat meningkatkan kesadaran dan mengubah perilaku masyarakat. Temuan dari penelitian terbaru menunjukkan bahwa dengan adanya intervensi yang tepat, psikoedukasi dapat signifikan mengurangi tingkat stunting di komunitas tersebut. Lebih lanjut, pendekatan ini juga menguntungkan dalam membentuk kemitraan antara keluarga, tenaga kesehatan, dan pemangku kebijakan, sehingga menciptakan strategi yang komprehensif dan berkelanjutan untuk melawan stunting.

Keterlibatan komunitas melalui Psikoedukasi.

Inisiatif seperti webinar online telah sangat penting dalam meningkatkan pemahaman dan menyebarkan pengetahuan tentang strategi pencegahan dan pengelolaan stunting kepada orang tua dan pengasuh (Rachmah et al., 2022). Edukasi online tentang pencegahan stunting dan obesitas pada orang tua siswa PAUD di Surabaya berhasil meningkatkan tingkat pengetahuan para orang tua, yang diharapkan dapat membantu menekan kasus stunting dan obesitas di kalangan anak-anak (Damayanti et al., 2023). Menganalisis pemberdayaan individu dalam program pencegahan stunting, yang menunjukkan bahwa pemberdayaan kader melalui program berbasis komunitas dapat meningkatkan keterlibatan dan pemberdayaan individu, yang penting untuk pencegahan stunting (Setyoadi et al., 2023). Inisiatif edukasi online, seperti webinar, berperan penting dalam meningkatkan pemahaman dan penyebaran pengetahuan tentang strategi pencegahan dan pengelolaan stunting. Webinar tersebut efektif dalam meningkatkan pengetahuan para orang tua pencegahan stunting dan obesitas, dengan harapan dapat mengurangi kasus-kasus tersebut di kalangan anak-anak. Selain itu, pemberdayaan kader melalui program berbasis komunitas juga terbukti meningkatkan keterlibatan dan pemberdayaan individu, yang sangat penting dalam upaya pencegahan stunting.

Psikoedukasi praktik pengasuhan

Praktik pengasuhan yang efektif, yang ditingkatkan oleh intervensi psikoedukatif, dapat meningkatkan hasil perkembangan anak dan membantu mencegah stunting. Praktik ini sangat vital untuk pengembangan anak usia dini (Primasari & Keliat, 2020). Studi quasi-eksperimental menunjukkan bahwa model komunikasi perubahan perilaku yang meningkatkan praktik pengasuhan pada kesehatan dan pertumbuhan anak, perlindungan dari pengabaian, dan cedera memiliki dampak seumur hidup pada kesehatan, pembelajaran, dan hasil produktivitas ekonomi. Penelitian ini mengintegrasikan komponen Perkembangan Anak Usia Dini ke dalam program kesehatan ibu dan anak, menghasilkan peningkatan signifikan dalam dukungan belajar awal dan praktik nutrisi (Rosales et al., 2019). Praktik pengasuhan yang efektif, diperkuat oleh intervensi psikoedukatif, memainkan peran krusial dalam meningkatkan hasil perkembangan anak dan

mencegah stunting. Penelitian menunjukkan bahwa model komunikasi yang meningkatkan praktik pengasuhan memiliki dampak jangka panjang pada kesehatan, pembelajaran, dan hasil produktivitas ekonomi anak. Selanjutnya, integrasi komponen Perkembangan Anak Usia Dini ke dalam program kesehatan ibu dan anak telah berhasil meningkatkan dukungan belajar awal dan praktik nutrisi yang lebih baik. Ini menunjukkan pentingnya praktik pengasuhan yang tepat dalam pengembangan anak usia dini.

Stimulasi Psikososial pada Stunting

Terdapat studi tentang program yang bertujuan mengurangi tingkat stunting melalui konseling nutrisi, psikoedukasi tentang pengasuhan yang sehat, dan psikoedukasi tentang risiko pernikahan dini serta persiapan pernikahan. Program ini melibatkan pejabat desa dan bidan lokal dan telah menerima tanggapan positif dari komunitas lokal, yang menunjukkan potensi baik dalam implementasi dan hasilnya dalam mengurangi tingkat stunting (Wardani et al., 2022). Hal tersebut perlu diimplementasikan mengingat penelitian dari negara-negara berpendapatan rendah menunjukkan dampak negatif yang signifikan dari stunting pada masa kanak-kanak awal terhadap pencapaian kognitif di masa mendatang, studi tersebut menyoroti perlunya intervensi untuk mengurangi dampak-dampak ini (Woldehanna et al., 2017).

Stimulasi psikososial sangat berhubungan dengan kejadian stunting pada balita, dengan lebih sedikit stimulasi yang diberikan oleh keluarga untuk balita stunting dibandingkan dengan anak-anak yang tidak mengalami stunting (Rahmawati, 2020). Modul Stimulasi Psikososial & Nutrisi secara efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan asisten untuk mencegah stunting dalam memberikan bantuan kepada ibu dan pengasuh balita yang berisiko stunting (Mulyanti et al., 2023). Begitu juga ketika usia mereka semakin bertambah seiring berjalannya waktu. Terkadang terdapat permasalahan psikososial. Remaja yang mengalami stunting mengalami dampak psikologis, memerlukan bimbingan dari guru konseling, dukungan sosial, dan pengasuhan yang efisien untuk mengatasi tantangan ini dan merencanakan masa depan yang sukses (Delima et al., 2023).

Kesimpulan dari studi yang disebutkan adalah bahwa pendekatan yang menggabungkan konseling nutrisi, psikoedukasi tentang pengasuhan yang sehat, dan edukasi tentang risiko pernikahan dini serta persiapan pernikahan dapat mengurangi tingkat stunting. Program ini yang melibatkan kerjasama dengan pejabat desa dan bidan lokal telah diterima dengan baik oleh komunitas, menunjukkan hasil yang menjanjikan dalam pengurangan stunting. Selain itu, pentingnya stimulasi psikososial dan nutrisi dalam mendukung perkembangan anak dan remaja stunting juga ditekankan, menunjukkan kebutuhan akan dukungan yang berkelanjutan untuk mengatasi dampak psikologis stunting. Psikoedukasi efektif dalam meningkatkan fungsi kognitif, afektif, dan psikomotor di berbagai populasi. Berdampak pada kualitas perkembangan anak baik dalam pencegahan dan penanganan stunting. Namun, penelitian yang lebih terarah pada demografi khusus ini diperlukan untuk sepenuhnya memahami dan memaksimalkan manfaat dari intervensi tersebut. Penelitian selanjutnya bisa berfokus pada studi longitudinal untuk menilai manfaat jangka panjang dari intervensi psikoedukasi dan menjelajahi potensi skalabilitas dan keberlanjutannya.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Psikoedukasi sebagai strategi intervensi kesehatan masyarakat untuk mengatasi stunting merupakan salah satu hal yang perlu diperhatikan. Psikoedukasi, yang meliputi pendidikan dan pelatihan komunitas tentang nutrisi dan pengasuhan yang sehat, telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik orang tua serta pengasuh dalam mengelola dan mencegah stunting. Integrasi pendekatan psikososial dan dukungan nutrisi dalam program intervensi tidak hanya meningkatkan pertumbuhan fisik dan kognitif anak tetapi juga memberikan dampak positif jangka panjang pada pencapaian pendidikan dan fungsi psikologis.

Untuk mengoptimalkan manfaat intervensi psikoedukasi dalam pencegahan dan penanganan stunting, diperlukan langkah-langkah strategis. Peningkatan kerjasama antar sektor, melibatkan berbagai pemangku kepentingan, termasuk sektor swasta dan pemerintah, untuk memastikan dukungan sumber daya dan kebijakan yang memadai. Fokus pada pendidikan dan pelatihan dengan mengembangkan dan menyebarkan materi edukasi yang mudah dipahami dan diakses oleh komunitas, termasuk melalui platform digital. Penelitian lanjutan diharapkan dapat melakukan studi longitudinal untuk menilai efek jangka panjang dari psikoedukasi, serta potensi skalabilitas dan keberlanjutan program ini dalam berbagai setting dan demografi. Serta komitmen dan dukungan komunitas untuk meningkatkan kesadaran dan komitmen komunitas melalui kampanye edukasi yang bertarget, terutama di daerah dengan prevalensi stunting yang tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada Poltekkes Kemenkes Semarang yang telah memfasilitasi studi ini. Begitu juga dengan Universitas Muhammadiyah Mataram yang telah memberikan kesempatan untuk *publish* hasil studi yang telah dilakukan.

REFERENSI

- Balitbangkes. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Kemenkes.
- Delima, D., Neviyarni, N., Marjohan, M., Ifdil, I., & Afdal, A. (2023). Psychological Impact on Stunting Adolescents. *REAL in Nursing Journal*. <https://doi.org/https://doi.org/10.32883/rnj.v6i1.2233>
- GNR. (2018). *Global Nutrition Report*. <https://globalnutritionreport.org/reports/global-nutrition-report-2018/burden-malnutrition/>
- GNR. (2022). *2022 Global Nutrition Report: Stronger commitments for greater action*. https://globalnutritionreport.org/documents/907/2022_GNR_Presentation_PDF.pdf
- Kemenkes. (2022). *Tiga Upaya Kemenkes Turunkan Stunting di Indonesia*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20220811/4640923/tiga-upaya-kemenkes-turunkan-stunting-di-indonesia/>
- Mensetneg. (2020). *STRATEGI NASIONAL PERCEPATAN PENCEGAHAN ANAK Kerdil (STUNTING)*. [https://stunting.go.id/stranas-p2k/#:~:text=Hasil Riset Kesehatan Dasar \(Riskesdas,peringkat 108 dari 132 negara](https://stunting.go.id/stranas-p2k/#:~:text=Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas,peringkat 108 dari 132 negara)
- Mulyanti, S., Dewi, Y., & Pamungkasari, E. (2023). Effectiveness of Nutrition and Psychosocial Stimulation Modules on Knowledge, Attitude, and Abilities of Stunting Prevention Assistance. *Proceedings of the International Conference on Nursing and Health Sciences*. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/picnhs.v4i1.1678>
- Primasari, Y., & Keliat, B. A. (2020). Praktik Pengasuhan Sebagai Upaya Pencegahan Dampak Stunting Pada Perkembangan Psikososial Kanak-Kanak. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(3), 263–272. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/download/609/335/2153>
- Rachmah, D. N., Zwagery, R. V., Azzahra, B., & Azharah, F. (2022). Psikoedukasi mengenai

- stunting pada anak dan peran pengasuhan orang tua untuk meningkatkan pengetahuan mengenai stunting. *Altruism*, 3(1), 8–13. <https://doi.org/10.22219/altruism.v3i1.18390>
- Rahmawati, D. (2020). Psychosocial Stimulation in Stunting and Non Stunting Firms. *Proceeding ICPH*. <https://doi.org/https://doi.org/10.26911/THE7THICPH.03.24>
- Rosales, A., Sargsyan, V., Abelyan, K., Hovhannesian, A., Ter-Abrahanyan, K., Jillson, K. Q., & Cherian, D. (2019). Behavior change communication model enhancing parental practices for improved early childhood growth and development outcomes in rural Armenia - A quasi-experimental study. *Preventive Medicine Reports*, <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2019.100820>
- Setwapres. (2018). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting)*. Setwapres.
- Setyoadi, Kartika, A. W., Hayati, Y. S., & Setiowati, C. I. (2023). Community empowerment program to increase individual empowerment of cadres in stunting prevention. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 1097–1104.
- Wardani, N. K., Kurniawan, F. B., Alifah, A. N., & Wardani, F. K. (2022). Psychoeducation as an effort to reduce stunting rates in Genikan Village. *Community Empowerment*, 7(7), 1146–1152. <https://doi.org/10.31603/ce.6716>
- WHO. (2014). *Global nutrition targets 2025: policy brief series*. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-14.2>
- WHO. (2023). *Joint child malnutrition estimates*. [https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb#:~:text=In 2022%2C 148.1 million children,for their height \(overweight\)](https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb#:~:text=In 2022%2C 148.1 million children,for their height (overweight)).
- Woldehanna, T., Behrman, J., & Araya, M. (2017). The effect of early childhood stunting on children's cognitive achievements: Evidence from young lives Ethiopia. *The Ethiopian Journal of Health Development = Ya'Ityopya Tena Lemat Mashet*, 31(2), 75–84.