

Humanitaria: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

ISSN : 2962-2948

E-ISSN : 2962-293X

DOI : -

Vol. 5 No. 02, Juli 2026

<https://ejournal.uin-suka.ac.id/isoshum/humanitaria>

Psikoedukasi Parenting dan Perubahan Pemahaman Pengasuhan pada Ibu Balita: Studi Pretest-Posttest

*Aditya Dedy Nugraha¹, Dinda Azizah Fitriani¹,¹ Lailatul Maghfithoh Azzakiyah

^{*1}Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Email : *aditya.nugraha@uin-suka.ac.id

Abstract

Parenting problems in community settings often emerge not only from children's behavior but also from limited parental knowledge in interpreting developmental needs and selecting appropriate responses. This study aimed to describe community-based parenting problems and evaluate a parenting psychoeducation program for mothers of toddlers at Posyandu Matahari I, Kediri. The study used community assessment followed by a one-group pretest-posttest intervention evaluation. Assessment involved observation, interviews, and questionnaires. Twenty mothers completed the pretest and posttest. The psychoeducation covered the first 1000 days of life, stunting prevention, parenting for child development, and prevention of violence against children. The assessment identified practical parenting problems involving eating, sleep, gadget use, difficult behavior, and the use of threats or harsh responses. The mean parenting score increased descriptively from 87.15 before the intervention to 90.55 after the intervention; the low-score category decreased from 10% to 0%, while the high category increased from 40% to 50%. Follow-up monitoring indicated that participants perceived new knowledge and practical benefits. Because no inferential test was available, the findings are interpreted as descriptive improvement rather than statistically significant effectiveness.

Keywords: child-rearing; parenting; psychoeducation

PENDAHULUAN

Pengasuhan pada masa balita merupakan proses perkembangan yang menuntut orang tua merespons kebutuhan fisik, bahasa, sosial, emosi, kemandirian, dan perilaku anak secara adaptif. Praktik pengasuhan yang responsif dan konsisten berkontribusi terhadap perkembangan anak, sedangkan pola asuh yang tidak sesuai dapat menghambat perkembangan sosial-emosional dan pembentukan karakter. Temuan pada penelitian mengenai pola asuh demokratis, optimalisasi peran orang tua, dan kemitraan keluarga menunjukkan bahwa kualitas interaksi orang tua-anak merupakan konteks penting bagi perkembangan anak usia dini (Syahrul & Nurhafizah, 2022; Aeni & Formen, 2023; Dhiu dkk., 2023; S. W. Hidayati dkk., 2023).

Urgensi tersebut juga sejalan dengan perkembangan agenda internasional tentang nurturing care. World Health Organization menempatkan kesehatan, nutrisi yang memadai, keamanan, kesempatan belajar dini, dan responsive caregiving sebagai komponen yang saling terintegrasi dalam perkembangan anak usia dini. Kerangka ini penting karena menggeser perhatian dari pendekatan yang hanya berorientasi pada kesehatan fisik menuju pendekatan yang mengakui kualitas relasi pengasuh-anak sebagai determinan perkembangan. Dengan demikian, dukungan kepada orang tua merupakan bagian dari investasi perkembangan anak, bukan sekadar kegiatan edukasi tambahan (World Health Organization (WHO, 2023).

Bukti internasional memperlihatkan bahwa intervensi parenting memiliki dasar empiris yang cukup kuat. Jeong et al. (2021) melalui systematic review dan meta-analysis terhadap randomized controlled trials

pada tiga tahun pertama kehidupan, menemukan manfaat intervensi parenting terhadap pengetahuan pengasuhan, praktik parenting, dan interaksi orang tua-anak. Efek cenderung lebih kuat pada program yang menekankan responsive caregiving. Temuan tersebut relevan bagi negara berpendapatan rendah dan menengah karena intervensi yang dapat disampaikan melalui layanan komunitas berpotensi menjangkau keluarga sebelum masalah perkembangan menjadi lebih kompleks.

Dalam konteks Indonesia, Posyandu memiliki posisi strategis sebagai titik temu antara pelayanan kesehatan, pemantauan pertumbuhan, edukasi keluarga, kader, dan komunitas. UNICEF (2024) mengidentifikasi Posyandu sebagai salah satu platform komunitas penting dalam penyampaian layanan gizi esensial. Posisi ini memberi peluang untuk memperluas fungsi Posyandu dari pemantauan kesehatan dan gizi menuju dukungan pengasuhan yang lebih integratif. Integrasi tersebut relevan karena keputusan tentang makan, stimulasi, penggunaan gawai, respons terhadap perilaku, serta akses pelayanan kesehatan berlangsung di dalam praktik pengasuhan sehari-hari.

Problem empiris penelitian ini berasal dari asesmen Posyandu Matahari I di Dusun Bangkok Timur, Desa Bangkok, Kecamatan Gurah, Kabupaten Kediri. Meskipun Posyandu telah menjalankan kegiatan rutin kesehatan balita, asesmen menemukan bahwa sebagian ibu masih mengalami kesulitan memahami pengasuhan. Keluhan yang muncul mencakup anak sulit makan, penggunaan gawai yang sulit dikendalikan, sulit tidur siang, rewel, sulit diarahkan, serta penggunaan ancaman, bentakan, dan dalam beberapa situasi respons fisik ketika anak dianggap tidak patuh. Dengan demikian, persoalan komunitas bukan sekadar kurangnya informasi kesehatan, tetapi kesenjangan antara kebutuhan

perkembangan anak dan kapasitas orang tua untuk memilih respons pengasuhan yang sesuai.

Problem tersebut relevan dengan literatur intervensi komunitas di Indonesia. Amelia menunjukkan bahwa psikoedukasi pada komunitas ibu Posyandu membantu meningkatkan pemahaman pengasuhan tanpa kekerasan. Cahyani dan Putrianti (2021) juga melaporkan peningkatan pemahaman ibu setelah psikoedukasi pengasuhan positif. Pada komunitas lain, psikoedukasi pengasuhan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua, termasuk pada orang tua anak berkebutuhan khusus (Rasyid dkk., 2019; Fitri Alimah, 2022; Nawangsari, 2022). Bukti tersebut menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat menjadi intervensi yang sesuai ketika hasil asesmen menunjukkan kesenjangan pengetahuan dan keterampilan pengasuhan.

Perubahan lingkungan digital memperluas tantangan parenting. Orang tua perlu menetapkan batas, melakukan pendampingan, dan menjaga komunikasi ketika anak berinteraksi dengan gawai. Lubis et al. (2019a) menekankan pentingnya pola asuh efektif di era digital, sedangkan Wulandari dan Dewi (2024) menemukan peningkatan pemahaman digital parenting setelah psikoedukasi. Hidayati et al. (2023) juga menunjukkan pentingnya pendampingan orang tua dalam membatasi penggunaan gawai pada anak usia dini. Dengan demikian, keluhan mengenai gadget pada Posyandu Matahari I merupakan indikator perubahan ekologi pengasuhan yang membutuhkan kompetensi baru dari orang tua.

Selain persoalan perilaku sehari-hari, pengasuhan balita terkait erat dengan pemenuhan kebutuhan tumbuh kembang dan pencegahan masalah gizi. Maryati (2023), menunjukkan bahwa stunting berkaitan dengan

berbagai faktor keluarga, termasuk asupan, pendidikan, dan kondisi ekonomi, sedangkan Zahra dkk., (2024) menegaskan pentingnya pemahaman ibu mengenai stunting. Karena itu, materi 1000 Hari Pertama Kehidupan dan pencegahan stunting dalam program ini ditempatkan sebagai bagian dari literasi pengasuhan, bukan sebagai materi kesehatan yang terpisah. Pada tingkat global, responsive feeding diposisikan sebagai bagian dari nurturing care karena proses pemberian makan sekaligus melibatkan pemenuhan nutrisi dan sensitivitas pengasuh terhadap sinyal anak (UNICEF, 2024)

Kesenjangan penelitian terletak pada masih terbatasnya dokumentasi intervensi parenting yang dimulai dari asesmen kebutuhan komunitas Posyandu, kemudian menghubungkan problem empiris dengan rancangan materi dan evaluasi perubahan pemahaman. Sejumlah program terdahulu membuktikan manfaat psikoedukasi, tetapi konteks masalah, karakteristik komunitas, dan bentuk kebutuhan orang tua berbeda-beda (Amelia, 2017; Cahyani & Putrianti, 2021; Ummah dkk., 2024).

Novelty penelitian ini karena itu bersifat kontekstual dan prosedural, yaitu penggunaan community assessment sebagai dasar pemilihan isi psikoedukasi parenting di Posyandu, bukan klaim menemukan bentuk intervensi baru. Pendekatan ini menghindari program yang semata-mata ditentukan dari asumsi fasilitator dan memperkuat kesesuaian antara kebutuhan peserta dengan materi. Secara teoretis, penelitian berkontribusi dengan menghubungkan responsive caregiving, literasi parenting, dan intervensi komunitas. Secara praktis, penelitian menawarkan alur yang dapat direplikasi Posyandu: asesmen kebutuhan → prioritisasi masalah → psikoedukasi → evaluasi → tindak lanjut.

Penelitian ini bertujuan: (1) mengidentifikasi problem empiris pengasuhan pada ibu anggota Posyandu Matahari I; (2) melaksanakan psikoedukasi parenting berdasarkan hasil asesmen; dan (3) mengevaluasi perubahan deskriptif pemahaman pengasuhan sebelum dan setelah intervensi. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan memberikan dasar bagi Posyandu untuk mengembangkan program parenting yang berkelanjutan dan berbasis kebutuhan.

METODE

Penelitian menggunakan pendekatan asesmen dan intervensi komunitas dengan evaluasi one-group pretest-posttest. Asesmen dilakukan untuk memetakan kebutuhan, aset, dan masalah komunitas sebelum penentuan intervensi. Pendekatan berbasis kebutuhan sejalan dengan studi psikoedukasi komunitas yang mengawali intervensi melalui identifikasi masalah orang tua dan kemudian menggunakan materi yang sesuai dengan kebutuhan peserta (Amelia, 2017; Nawangsari, 2022; Ummah dkk., 2024).

Subjek asesmen adalah ibu anggota Posyandu Matahari I, Dusun Bangkok Timur, Desa Bangkok, Kecamatan Gurah, Kabupaten Kediri. Komunitas memiliki 48 anggota yang terdata. Evaluasi pretest-posttest diperoleh dari 20 ibu yang mengikuti rangkaian pengukuran. Asesmen lapangan dilakukan melalui observasi, wawancara, dan angket. Wawancara dan observasi digunakan untuk menggali keluhan pengasuhan, praktik yang telah dilakukan, dukungan komunitas, serta kebutuhan materi.

Instrumen evaluasi menggunakan angket pola asuh orang tua terhadap balita yang pada laporan awal disebut disusun berdasarkan buku dari Soetjiningsih & Ranuh, (2013). Karena informasi psikometrik lengkap instrumen tidak tersedia, hasil skor pada artikel ini digunakan secara

deskriptif dan tidak diposisikan sebagai pengukuran diagnostik. Sikap metodologis ini penting agar interpretasi perubahan skor tetap proporsional.

Intervensi dilaksanakan dalam bentuk psikoedukasi parenting pada 28 April 2022. Materi mencakup 1000 Hari Pertama Kehidupan, pencegahan stunting, pola asuh yang mendukung tumbuh kembang, dan pencegahan kekerasan terhadap anak. Metode berupa penyampaian materi dan diskusi. Pemilihan psikoedukasi didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa ceramah interaktif, diskusi, roleplay, dan pemberian informasi terstruktur dapat meningkatkan pengetahuan atau pemahaman orang tua (Cahyani & Putrianti, 2021; Haq dkk., 2022; Nawangsari, 2022; Wulandari & Dewi, 2024).

Prosedur penelitian berlangsung dalam empat tahap. Tahap pertama adalah pemetaan komunitas dan identifikasi masalah. Tahap kedua adalah prioritisasi kebutuhan dan penyusunan materi psikoedukasi. Tahap ketiga adalah pengukuran awal, pelaksanaan psikoedukasi, dan pengukuran setelah kegiatan. Tahap keempat adalah monitoring melalui wawancara dan observasi untuk memperoleh informasi mengenai manfaat yang dirasakan peserta. Urutan ini mempertahankan hubungan eksplisit antara asesmen, intervensi, dan evaluasi.

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan skor dan kategori pretest-posttest secara deskriptif serta monitoring melalui wawancara dan observasi setelah intervensi. Analisis tidak menggunakan istilah “signifikan” karena penelitian tidak menyediakan data mentah berpasangan maupun hasil uji inferensial. Penelitian sejenis menggunakan beragam pendekatan evaluasi, mulai dari perbandingan skor pre-post, Wilcoxon, N-

gain, hingga analisis tematik (Handayani dkk., 2024; Suhesty dkk., 2020; Ummah dkk., 2024).

Dari sisi etika, kegiatan dilaksanakan dalam konteks program komunitas dengan partisipasi peserta pada asesmen dan evaluasi. Pada pengembangan penelitian sejenis, prosedur etika perlu didokumentasikan secara lebih eksplisit, termasuk persetujuan partisipan, kerahasiaan data, hak untuk tidak menjawab atau menghentikan partisipasi, serta persetujuan komite etik apabila diwajibkan institusi. Artikel ini tidak menambahkan nomor ethical clearance yang tidak tercantum pada dokumentasi awal.

KAJIAN TEORI

Pengasuhan adalah proses interaksi yang berlangsung secara terus-menerus antara orang tua dan anak melalui pemberian respons, penetapan aturan, komunikasi, pemberian dukungan, serta stimulasi perkembangan. Pada masa usia dini, mutu pengasuhan menjadi sangat penting karena anak sedang membentuk landasan perkembangan sosial, emosional, bahasa, kemandirian, dan karakter. Elan dan Handayani (2023) menegaskan bahwa penerapan pola asuh yang tepat memegang peran penting dalam pembentukan karakter anak usia dini. Pernyataan ini selaras dengan Dhiu dkk., (2023), yang memperlihatkan bahwa praktik pengasuhan keluarga merupakan fondasi pembentukan karakter; namun, dalam pelaksanaannya, orang tua masih dapat menghadapi keterbatasan dalam pemahaman mengenai peran serta bentuk pengasuhan yang sesuai. Oleh karena itu, pengetahuan parenting dapat dipahami sebagai salah satu sumber daya psikologis orang tua untuk menentukan respons yang tepat terhadap kebutuhan perkembangan anak.

Kerangka nurturing care memperluas pemahaman tersebut dengan mengintegrasikan responsive caregiving dengan kesehatan, nutrisi, keamanan, dan kesempatan belajar dini (WHO, 2023).. Kelebihan kerangka ini adalah kemampuannya melihat perkembangan secara lintas sektor dan menempatkan keluarga sebagai aktor utama. Namun, sebagai kerangka kebijakan dan implementasi yang luas, nurturing care tidak secara spesifik menjelaskan mekanisme kognitif perubahan pengetahuan orang tua setelah psikoedukasi. Karena itu, dalam penelitian ini kerangka tersebut digunakan untuk menjelaskan domain kebutuhan pengasuhan, sedangkan psikoedukasi diposisikan sebagai mekanisme peningkatan kapasitas.

Responsive caregiving menekankan kemampuan pengasuh mengenali sinyal anak, menafsirkan kebutuhan secara tepat, dan memberikan respons yang sesuai serta konsisten. Perspektif ini relevan terhadap keluhan anak sulit makan, rewel, sulit tidur, atau sulit diarahkan. Perilaku tersebut tidak otomatis menunjukkan ketidakpatuhan; respons orang tua perlu mempertimbangkan tahap perkembangan, kebutuhan fisiologis, emosi, dan konteks WHO (2023), bahkan merekomendasikan intervensi parenting untuk mengurangi harsh parenting dan memperkuat hubungan orang tua-anak. Dengan demikian, ancaman, bentakan, dan respons fisik yang teridentifikasi melalui asesmen merupakan target preventif yang penting.

Secara konseptual, pola asuh tidak hanya mencakup bagaimana orang tua mengelola perilaku anak, melainkan juga berperan dalam pembentukan kemampuan regulasi, kedisiplinan, kemandirian, serta kompetensi sosial. Perbedaan pendekatan orang tua dalam menetapkan aturan, memberikan kehangatan, melakukan kontrol, dan menyediakan kesempatan bagi anak dapat menimbulkan pengalaman perkembangan

yang berbeda. Ayub (2022) menemukan adanya kontribusi positif pengasuhan orang tua terhadap karakter disiplin anak usia dini, sementara Hikmawati dkk, (2023) menegaskan pentingnya praktik pengasuhan dalam penanaman perilaku sosial-emosional anak. Ramadhanti et al. (2023) juga mengemukakan bahwa ragam gaya pengasuhan menghasilkan implikasi yang berbeda terhadap perkembangan kedisiplinan. Secara keseluruhan, temuan tersebut menunjukkan bahwa persoalan anak yang dipandang “sulit diatur”, rewel, atau tidak patuh perlu dipahami sebagai hasil interaksi antara karakteristik perkembangan anak dan pola respons pengasuhan yang diterapkan orang tua.

Kebutuhan kompetensi pengasuhan semakin kompleks ketika perkembangan anak berlangsung dalam lingkungan digital. Orang tua tidak hanya bertanggung jawab terhadap pemenuhan kebutuhan fisik dan emosional, tetapi juga perlu melakukan pendampingan terhadap penggunaan media digital. Lubis et al. (Lubis dkk., 2019b) menjelaskan bahwa pengasuhan efektif di era digital membutuhkan pengawasan serta komunikasi internal keluarga agar penggunaan perangkat digital tidak sepenuhnya diserahkan kepada anak. Pada saat yang sama, stimulasi yang diberikan melalui interaksi orang tua tetap memiliki posisi penting dalam perkembangan anak. Fono dkk., (2023) misalnya, menunjukkan peran pola pengasuhan dalam stimulasi perkembangan bahasa anak usia 4–6 tahun. Oleh karena itu, kemampuan orang tua menetapkan batas penggunaan gawai perlu ditempatkan sebagai bagian dari kompetensi parenting yang lebih luas, yaitu kemampuan menyesuaikan stimulasi, aturan, komunikasi, dan pendampingan dengan kebutuhan perkembangan anak.

Berdasarkan perspektif tersebut, psikoedukasi parenting dapat diposisikan sebagai intervensi preventif-promotif yang bertujuan

memperkuat kapasitas orang tua melalui peningkatan pengetahuan dan pemahaman mengenai perkembangan serta strategi pengasuhan. Intervensi ini menjadi relevan ketika kesenjangan pengasuhan bukan terutama disebabkan oleh ketiadaan kepedulian orang tua, melainkan keterbatasan informasi mengenai cara merespons perilaku anak secara tepat.

Bukti meta-analitik memperkuat argumentasi ini. Jeong et al. (2021), menemukan intervensi parenting meningkatkan pengetahuan pengasuhan, praktik parenting, dan interaksi orang tua-anak, meskipun besarnya efek bervariasi antarprogram. Variasi tersebut menjadi catatan kritis: psikoedukasi tidak boleh diasumsikan menghasilkan perubahan perilaku hanya karena pengetahuan meningkat. Perubahan perilaku membutuhkan kesempatan praktik, reinforcement, dukungan sosial, dan monitoring. Oleh sebab itu, hasil penelitian ini dibatasi pada perubahan deskriptif pemahaman dan persepsi manfaat.

Kebutuhan tersebut juga terlihat dalam penelitian Dhiu et al. (2023) yang merekomendasikan kegiatan parenting secara khusus bagi orang tua untuk mengoptimalkan pengasuhan dan pembentukan karakter anak. Sementara itu, Lubis et al. (2019a) menggunakan psikoedukasi untuk meningkatkan pemahaman mengenai pola asuh efektif dalam menghadapi lingkungan digital.

Secara keseluruhan, hubungan konseptual penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut: asesmen komunitas mengidentifikasi kesenjangan pengetahuan dan praktik → psikoedukasi menyediakan informasi dan kerangka interpretasi → pemahaman orang tua terhadap kebutuhan/perilaku anak berpotensi meningkat → orang tua memperoleh alternatif respons pengasuhan yang lebih adaptif. Model tersebut tidak

mengasumsikan bahwa satu sesi psikoedukasi secara otomatis mengubah perilaku jangka panjang, tetapi memberikan dasar untuk pengembangan intervensi bertahap dan evaluasi lanjutan.

HASIL PENELITIAN

Hasil asesmen menunjukkan bahwa masalah utama komunitas adalah keterbatasan pengetahuan dan pemahaman mengenai pengasuhan anak. Keluhan ibu meliputi anak sulit makan, penggunaan gadget yang sulit dibatasi, sulit tidur siang, rewel, dan sulit diberi tahu. Asesmen juga menemukan bahwa sebagian ibu masih menggunakan ancaman, kekerasan verbal, dan respons fisik ketika menghadapi ketidakpatuhan anak. Temuan ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk menggeser respons pengasuhan dari reaktif menuju respons yang lebih memahami tahap perkembangan dan kebutuhan anak.

Temuan mengenai gawai memperlihatkan bahwa problem pengasuhan Posyandu telah memasuki konteks digital. Hal ini konsisten dengan studi yang menunjukkan perlunya pendampingan, pembatasan, dan pengawasan orang tua dalam penggunaan teknologi pada anak (S. W. Hidayati dkk., 2023; Lubis dkk., 2019a; Wulandari & Dewi, 2024). Dengan demikian, keluhan gadget tidak diposisikan sebagai masalah anak semata, tetapi sebagai bagian dari kompetensi pengasuhan.

Hasil evaluasi 20 peserta menunjukkan perubahan distribusi kategori. Sebelum intervensi, 8 peserta (40%) berada pada kategori tinggi, 10 peserta (50%) kategori sedang, dan 2 peserta (10%) kategori rendah. Setelah intervensi, 10 peserta (50%) berada pada kategori tinggi, 10 peserta (50%) kategori sedang, dan tidak ada peserta pada kategori rendah. Rerata skor meningkat dari 87,15 menjadi 90,55 atau bertambah 3,40 poin.

Monitoring melalui wawancara dan observasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta menyatakan memperoleh manfaat, pengetahuan, dan pengalaman baru mengenai parenting. Pola perubahan semacam ini juga ditemukan pada program psikoedukasi orang tua lainnya, meskipun indikator dan karakteristik peserta berbeda (Rasyid et al., 2019; Cahyani & Putrianti, 2021; Alimah, 2022). Hasil monitoring digunakan sebagai data pendukung, bukan bukti kausal terpisah.

Tabel 1. hasil Pre dan Post test

Indikator	Pretest	Posttest	Perubahan
Kategori tinggi	8 (40%)	10 (50%)	+2 peserta
Kategori sedang	10 (50%)	10 (50%)	Tetap
Kategori rendah	2 (10%)	0 (0%)	-2 peserta
Rata-rata skor	87,15	90,55	+3,40 poin

PEMBAHASAN

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa asesmen komunitas penting untuk membedakan antara keluhan perilaku anak dan kebutuhan pengasuhan orang tua. Anak sulit makan, sulit tidur, rewel, penggunaan gawai, atau sulit diarahkan mudah dipersepsikan sebagai “masalah anak”; namun respons orang tua terhadap perilaku tersebut menentukan kualitas interaksi pengasuhan. Literatur menunjukkan bahwa pola asuh berhubungan dengan perkembangan karakter dan sosial-emosional anak, sehingga peningkatan kapasitas orang tua menjadi titik intervensi yang relevan (Ambariani & Rakimahwati, 2023; Dhiu et al., 2023; Syahrul & Nurhafizah, 2022).

Kenaikan rerata skor dari 87,15 menjadi 90,55 menunjukkan arah perubahan positif setelah psikoedukasi. Temuan ini konsisten dengan Cahyani dan Putrianti (2021) yang melaporkan peningkatan pemahaman

pengasuhan positif dan dengan Nawangsari (2022) yang menemukan peningkatan pengetahuan serta keterampilan pengasuhan setelah psikoedukasi. Amelia (2017) secara lebih spesifik menunjukkan bahwa psikoedukasi pada komunitas ibu Posyandu dapat membantu orang tua memahami pengasuhan tanpa kekerasan. Kesamaan temuan memperkuat relevansi psikoedukasi sebagai intervensi pengetahuan pada komunitas orang tua.

Secara psikologis, psikoedukasi tidak hanya menambah informasi, tetapi menyediakan kerangka baru untuk menafsirkan perilaku anak. Ketika ibu memahami tahap perkembangan, kebutuhan emosi, dan alternatif respons, perilaku seperti tantrum atau penolakan dapat ditanggapi secara lebih terarah. Ummah et al. (2024) menunjukkan bahwa psikoedukasi dialog untuk orang tua anak usia dini dapat meningkatkan pemahaman dalam menangani tantrum. Handayani et al. (2024) juga menemukan peningkatan keterampilan pengasuhan setelah pelatihan mindful parenting. Kedua studi tersebut menunjukkan pentingnya pengetahuan sekaligus kesadaran respons orang tua.

Temuan mengenai penggunaan gadget menguatkan bahwa literasi parenting perlu mengikuti perubahan lingkungan perkembangan anak. Lubis et al. (2019) menekankan komunikasi keluarga dan pengawasan dalam penggunaan media digital, sedangkan Wulandari dan Dewi (2024) menunjukkan bahwa psikoedukasi digital parenting meningkatkan pemahaman orang tua. Hidayati et al. (2023) menambahkan bahwa pembatasan gawai membutuhkan pendampingan aktif. Oleh karena itu, program lanjutan Posyandu sebaiknya tidak hanya membahas pola asuh umum, tetapi juga pengasuhan digital sesuai usia.

Materi 1000 HPK dan stunting juga memiliki dasar empiris. Maryati et al. (2023) menemukan bahwa stunting terkait dengan faktor nutrisi, pendidikan orang tua, dan status ekonomi, sementara Zahra et al. (2024) menunjukkan variasi pemahaman ibu mengenai stunting. Dalam konteks Posyandu, integrasi materi kesehatan dengan parenting menjadi logis karena keputusan makan, stimulasi, pemantauan tumbuh kembang, dan akses pelayanan kesehatan berlangsung dalam praktik pengasuhan sehari-hari.

Program ini juga memperlihatkan pentingnya dukungan komunitas. Posyandu menyediakan struktur sosial yang memungkinkan edukasi dilakukan secara berulang, bukan sebagai kegiatan satu kali. Penelitian tentang kemitraan keluarga dan lembaga pendidikan menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dapat diperkuat melalui kolaborasi yang terstruktur (Aeni & Formen, 2023; S. W. Hidayati dkk., 2023). Studi Suhesty et al. (2020) dan Haq et al. (2022) juga menunjukkan bahwa edukasi orang tua dapat menjadi ruang untuk meningkatkan pemahaman peran dan strategi pendampingan anak.

Namun, hasil penelitian tidak boleh diinterpretasikan sebagai bukti efektivitas kausal yang kuat. Pertama, tidak terdapat kelompok kontrol. Kedua, laporan tidak menyediakan skor individual berpasangan sehingga uji statistik inferensial tidak dapat dilakukan kembali. Ketiga, validitas dan reliabilitas instrumen pada sampel penelitian tidak terdokumentasi lengkap. Keempat, monitoring terutama menggambarkan persepsi manfaat peserta. Oleh karena itu, perubahan 3,40 poin dan pergeseran kategori merupakan bukti deskriptif yang mendukung kelayakan program, bukan bukti bahwa psikoedukasi secara pasti menyebabkan perubahan.

Keterbatasan tersebut sekaligus menjadi arah penelitian berikutnya. Evaluasi dapat menggunakan instrumen parenting yang memiliki bukti psikometrik, data pre-post individual, uji t berpasangan atau Wilcoxon sesuai distribusi data, effect size, dan follow-up beberapa minggu atau bulan. Penggunaan metode praktik, roleplay, dan latihan rumah juga layak dipertimbangkan karena intervensi yang menggabungkan pengetahuan dan keterampilan menunjukkan hasil positif pada berbagai kelompok orang tua (Nawangsari, 2022; Rasyid dkk., 2019; Wulandari & Dewi, 2024).

Berdasarkan integrasi hasil lapangan dan literatur, kontribusi penelitian ini terletak pada alur problem empiris → asesmen kebutuhan → pemilihan psikoedukasi → evaluasi perubahan → rekomendasi program. Alur tersebut menjaga agar intervensi komunitas tidak hanya didasarkan pada asumsi peneliti, tetapi pada masalah yang benar-benar dialami peserta. Psikoedukasi dapat dilanjutkan secara berkala dengan topik pengasuhan positif, regulasi emosi orang tua, digital parenting, MPASI, kesehatan gigi, stimulasi perkembangan, dan pencegahan kekerasan.

SIMPULAN

Asesmen komunitas Posyandu Matahari I menunjukkan bahwa kebutuhan utama ibu balita adalah peningkatan pemahaman pengasuhan dalam menghadapi masalah makan, tidur, penggunaan gawai, perilaku rewel atau sulit diarahkan, serta penggunaan respons pengasuhan yang keras. Psikoedukasi parenting yang disusun berdasarkan kebutuhan tersebut diikuti perubahan deskriptif rerata skor dari 87,15 menjadi 90,55, peningkatan proporsi kategori tinggi dari 40% menjadi 50%, dan hilangnya kategori rendah dari 10% menjadi 0%. Monitoring juga menunjukkan peserta memperoleh pengetahuan dan pengalaman baru. Hasil ini

mendukung kelayakan psikoedukasi parenting sebagai program berbasis komunitas, tetapi belum dapat disebut signifikan atau kausal tanpa uji inferensial dan desain pembandingan. Posyandu direkomendasikan mengembangkan program parenting berkala yang berbasis asesmen kebutuhan dan disertai evaluasi terstandar.

Ucapan terimakasih

Terimakasih kepada Dinda Azizah Fitriani, Lailatul Maghfithoh Azzakiyah, Wildan Abrori dan Savira Layyina Risqa, selaku enumerator penelitian sehingga data penelitian ini bisa terkumpul dan menjadi bentuk karya ilmiah.

Daftar Pustaka

- Aeni, K., & Formen, A. (2023). Pengaruh Kemitraan PAUD dan Keluarga dalam Mendukung Praktik Playful Parenting. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(5), 5630–5642. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5212>
- Amelia, D. R. (2017). *Psikoedukasi untuk meningkatkan pemahaman tentang pengasuhan anak pada komunitas ibu anggota Posyandu* (Bag. 1). 5, 12–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/procedia.v5i1.16276>
- Ayub, D. (2022). Karakter Disiplin Anak Usia Dini: Analisis Berdasarkan Kontribusi Pola Asuh Orang Tua. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 7293–7301. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3565>
- Cahyani, B. H., & Putrianti, F. G. (2021). Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Dalam Pengasuhan Positif. *PLAKAT (Pelayanan Kepada Masyarakat)*, 3(1), 107. <https://doi.org/10.30872/plakat.v3i1.5844>
- Dhiu, K. D., Fono, Y. M., Ngao, T., & Rita, F. (2023). Optimasi Pola Pengasuhan Orang Tua: Fondasi Pembentukan Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(6), 7204–7213. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i6.5673>
- Elan, E., & Handayani, S. (2023). Pentingnya Peran Pola Asuh Orang Tua untuk Membentuk Karakter Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2951–2960. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.2968>
- Fitri Alimah, N. (2022). Psikoedukasi untuk meningkatkan pengetahuan orang tua dalam mengembangkan kemandirian rawat diri anak berkebutuhan khusus. *Procedia : Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 10(3), 83–87. <https://doi.org/10.22219/procedia.v10i3.19199>
- Fono, Y. M., Ita, E., & Mere, V. O. (2023). Stimulasi Kemampuan Bahasa Anak Usia 4-6 Tahun melalui Pola Asuh Orang Tua. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4305–4315. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4838>
- Handayani, A., Yulianti, P. D., & Setiawan, A. (2024). Peningkatan Keterampilan Pengasuhan melalui Mindful Parenting: Studi pada Orang Tua Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(6), 1529–1538. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i6.6251>
- Haq, A. L. A. H., Wulandari, R., Yanti, M. M., Sodiq, F., & Pawestri, A. A. M. (2022). Psikoedukasi untuk Orang Tua Dalam Mendampingi Pembelajaran Online Anak TK di Masa Pandemi. *PLAKAT: Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 4(1), 12. <https://doi.org/10.30872/plakat.v4i1.6367>

- Hidayati, N., Djoehaeni, H., & Zaman, B. (2023). Pendampingan Orang Tua dalam Membatasi Penggunaan Gawai Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 915–926. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i1.3004>
- Hidayati, S. W., Muslikah, R., Munawaroh, H., Haryanto, S., & Salsabila, S. N. (2023). Parenting: Optimalisasi Peran Orang Tua dalam Membentuk Elemen Intrakulikuler Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2839–2850. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.3467>
- Hikmawati, L., Arbarini, M., & Suminar, T. (2023). Pola Asuh Anak Usia Dini dalam Penanaman Perilaku Sosio Emosional Anak. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 1447–1464. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.3587>
- Jeong, J., Franchett, E. E., Ramos de Oliveira, C. V., Rehmani, K., & Yousafzai, A. K. (2021). Parenting interventions to promote early child development in the first three years of life: A global systematic review and meta-analysis. *PLoS Medicine*, 18(5), e1003602. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003602>
- Lubis, H., Rosyida, A. H., & Solikhatin, N. H. (2019a). Pola Asuh Efektif Di Era Digital. *Plakat : Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 1(2), 102–109. <https://doi.org/10.30872/plakat.v1i2.2967>
- Lubis, H., Rosyida, A. H., & Solikhatin, N. H. (2019b). Pola Asuh Efektif Di Era Digital. *PLAKAT (Pelayanan Kepada Masyarakat)*, 1(2), 102. <https://doi.org/10.30872/plakat.v1i2.2967>
- Maryati, I., Annisa, N., & Amira, I. (2023). Faktor Dominan terhadap Kejadian Stunting Balita. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2695–2707. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4419>
- Nawangsari, S. A. (2022). Psikoedukasi pengasuhan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua penyandang disabilitas. *Procedia : Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 10(3), 88–92. <https://doi.org/10.22219/procedia.v10i3.19217>
- Ramadhanti, B., Cholimah, N., & Muthmainah, M. (2023). Analisis Pola Asuh Keluarga terhadap Kedisiplinan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(5), 5698–5706. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5244>
- Rasyid, M., Suhesty, A., Nugroho, H., & Aulia, M. R. (2019). Peningkatan Keterampilan Pengasuhan Positif Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) Melalui Pelatihan Helping Parents with Challenging Children. *PLAKAT (Pelayanan Kepada Masyarakat)*, 1(2), 128. <https://doi.org/10.30872/plakat.v1i2.2969>
- Soetjiningsih, & Ranuh, G. G. (2013). *Tumbuh Kembang Anak Edisi 2*. Penerbit EGC. (Original work published Penerbit EGC)
- Suhesty, A., Rasyid, M., Permatasari, R. F., & Putri, Y. S. C. (2020). Kolaborasi Peran Guru dan Orang Tua Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Di Era New Normal. *PLAKAT*

Aditya Dedy Nugraha , Dinda Azizah Fitriani, Lailatul Maghfithoh
 Azzakiyah, |Psikoedukasi Parenting dan Perubahan Pemahaman Pengasuhan pada Ibu
 Balita: Studi Pretest–Posttest
 (Pelayanan Kepada Masyarakat), 2(2), 90.
<https://doi.org/10.30872/plakat.v2i2.4967>

Syahrul, S., & Nurhafizah, N. (2022). Analisis Pola Asuh Demokratis terhadap Perkembangan Sosial dan Emosional Anak di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 5506–5518.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.1717>

Ummah, K. K., Setiawan, I. M., Sa'idah, G., Indrawati, N. D., & Pradina, W. A. (2024). Psikoedukasi DIHATIMU: Dialog dari hati untuk menangani tantrum anak usia dini. *Procedia: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 12(3), 111–117.
<https://doi.org/10.22219/procedia.v12i3.33600>

UNICEF, Mutunga, M., Walker, P. R., & Bait, B. R. (2024). *Delivering essential nutrition services through community action in Indonesia.pdf*. UNICEF.
<https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi/laporan>

WHO. (2023). *New report calls for greater attention to children's vital first years*.
<https://www.who.int/news/item/29-06-2023-new-report-calls-for-greater-attention-to-children-s-vital-first-years?>

Wulandari, P. Y., & Dewi, T. K. (2024). Psikoedukasi Digital Parenting untuk Orangtua yang Memiliki Anak dan Remaja Pengguna Internet. *Plakat: Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 6(1), 116. <https://doi.org/10.30872/plakat.v6i1.14467>

Zahra, F., Ilmiah, C. F. N., Filmia, A., Abidah, W. D. A., & Widiastuti, R. Y. (2024). Analisis Pemahaman Ibu tentang Stunting di Kabupaten Jember. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(3), 625–634.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i3.5785>