

Psikoedukasi Tumbuh Kembang Optimal Anak Usia 0-5 Tahun Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Orang Tua Dan Kader Posyandu Di Posyandun Nusa Indah VI RW 06

Bintang Rahayu F¹, Fadya Almirah N², Marchelino Natapradja³, Nirma Sakila⁴, Tasya Indriyani⁵, Tiara Aziza⁶, Yusuf Syamsul H⁷, Rifqi Farisan Akbar⁸, Pratidina Ekanesia⁹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9} Program Studi Psikologi, Universitas Indonesia Membangun, Kota Bandung

e-mail: yusufsyamsulh@student.inaba.ac.id

Abstrak

Anak usia 0-5 tahun berada pada masa golden age, yaitu periode penting yang sangat menentukan proses pertumbuhan dan perkembangan pada tahap selanjutnya. Pada masa ini, peran orang tua dalam memberikan pengasuhan, stimulasi, serta lingkungan yang mendukung sangat dibutuhkan agar perkembangan anak dapat berlangsung secara optimal. Namun, berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di Posyandu Nusa Indah VI RW 06, masih ditemukan beberapa permasalahan yang sering dialami orang tua, seperti Gerakan Tutup Mulut (GTM), tantrum, penggunaan gadget yang berlebihan, serta kurangnya pemahaman mengenai pola asuh yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak. Oleh karena itu, kegiatan psikoedukasi ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua serta kader posyandu mengenai tumbuh kembang anak usia 0-5 tahun. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi observasi, wawancara, analisis kebutuhan, penyusunan modul, dan pelaksanaan psikoedukasi melalui penyampaian materi, diskusi, serta tanya jawab. Materi yang diberikan mencakup tahap perkembangan anak, karakter dan temperamen anak, pola asuh yang efektif, penanganan tantrum, pencegahan GTM, serta pentingnya menjaga kesehatan mental orang tua dalam proses pengasuhan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai perkembangan anak dan cara menerapkan pengasuhan yang sesuai dengan usia serta kebutuhan anak. Melalui kegiatan ini, diharapkan orang tua dapat lebih percaya diri dalam mendampingi proses tumbuh kembang anak dan mampu menciptakan lingkungan pengasuhan yang sehat, aman, dan mendukung perkembangan anak secara optimal.

Kata Kunci: Psikoedukasi; Tumbuh Kembang Anak; Pola Asuh; Tantrum; GTM.

Abstract

Children aged 0-5 years are in the golden age, a critical period that significantly determines their growth and development stages in the future. During this period, the role of parents in providing nurturing care, stimulation, and a supportive environment is highly needed to ensure optimal child development. However, based on observations and interviews conducted at Posyandu Nusa Indah VI RW 06, several issues are still frequently experienced by parents, such as food refusal (Gerakan Tutup Mulut/GTM), tantrums, excessive gadget use, and a lack of understanding regarding parenting styles that match children's developmental needs. Therefore, this psychoeducation activity was conducted with the aim of increasing the knowledge and understanding of parents and posyandu cadres regarding the growth and development of children aged 0-5 years. The methods used in this activity included observation, interviews, needs analysis, module preparation, and the implementation of psychoeducation through material presentation, discussion, and question-and-answer sessions. The topics covered included child development stages, child character and temperament, effective parenting styles, handling tantrums, preventing food refusal, and the importance of maintaining parents' mental health in the parenting process. The results of the activity showed that the participants gained a better understanding of child development and how to implement age-appropriate parenting that meets the children's needs. Through this activity, it is expected that parents can feel more confident in accompanying their children's growth and development process and be able to create a healthy, safe, and supportive nurturing environment for optimal child development.

Keywords : *Psychoeducation; Child Development; Parenting Style; Tantrum; Food Refusal (GTM).*

LATAR BELAKANG

Anak usia 0-5 tahun merupakan kelompok usia yang berada pada masa golden age, yaitu periode yang sangat penting dalam proses tumbuh kembang anak. Pada masa ini terjadi perkembangan yang pesat pada berbagai aspek, mulai dari perkembangan fisik, motorik, kognitif, bahasa, sosial, hingga emosional. Perkembangan tersebut akan menjadi dasar bagi kehidupan anak pada tahap selanjutnya sehingga memerlukan stimulasi, pemenuhan gizi, serta pola pengasuhan yang sesuai. Menurut World Health Organization (WHO), tumbuh kembang anak yang optimal dipengaruhi oleh pemenuhan kebutuhan dasar, lingkungan yang aman, hubungan yang hangat dengan orang tua, serta pemberian stimulasi yang dilakukan secara konsisten sejak usia dini (1).

Perkembangan anak merupakan proses yang berlangsung secara bertahap sesuai dengan usia dan karakteristik masing-masing anak. Piaget menjelaskan bahwa anak usia 0-2 tahun berada pada tahap sensorimotor, yaitu tahap ketika anak belajar melalui pengalaman langsung menggunakan pancaindra dan gerakan tubuh. Selanjutnya, pada usia 2-7 tahun anak memasuki tahap praoperasional, yaitu mulai mampu menggunakan bahasa, simbol, dan imajinasi dalam memahami lingkungan sekitarnya (2). Selain perkembangan

kognitif, perkembangan sosial dan emosional anak juga perlu diperhatikan. Erikson menjelaskan bahwa anak usia dini berada pada tahap autonomy versus shame and doubt serta initiative versus guilt. Pada tahap ini anak mulai belajar mandiri, mengenali lingkungan, mencoba berbagai hal baru, dan mulai membangun rasa percaya diri. Oleh karena itu, dukungan serta respons yang diberikan oleh orang tua sangat berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian anak di masa mendatang (3).

Selain perkembangan kognitif dan sosial emosional, perkembangan motorik dan bahasa juga mengalami peningkatan yang sangat pesat pada masa balita. Hurlock menjelaskan bahwa perkembangan motorik kasar terlihat dari kemampuan anak berjalan, berlari, melompat, hingga menjaga keseimbangan tubuh. Sementara itu, perkembangan motorik halus ditandai dengan kemampuan menggenggam benda, menyusun balok, menggambar, mewarnai, dan melakukan aktivitas sederhana lainnya. Di sisi lain, Vygotsky menjelaskan bahwa kemampuan bahasa berkembang melalui interaksi sosial antara anak dengan orang-orang di sekitarnya. Semakin sering anak mendapatkan kesempatan untuk berkomunikasi dan berinteraksi, maka kemampuan bahasa dan berpikir anak juga akan berkembang lebih baik (4,5).

Keberhasilan proses tumbuh kembang anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, terutama pola asuh yang diterapkan oleh orang tua. Menurut Baumrind, pola asuh merupakan bentuk interaksi antara orang tua dan anak yang meliputi pemberian aturan, perhatian, kehangatan, serta respons terhadap kebutuhan anak. Baumrind membagi pola asuh menjadi empat jenis, yaitu authoritative (demokratis), authoritarian (otoriter), permissive (permisif), dan uninvolved (tidak terlibat). Di antara keempat pola asuh tersebut, pola asuh demokratis dinilai paling efektif karena mampu menyeimbangkan antara pemberian aturan dengan komunikasi yang hangat sehingga dapat membantu anak berkembang menjadi pribadi yang mandiri, percaya diri, dan mampu mengendalikan emosinya (6).

Kurangnya pemahaman mengenai tumbuh kembang dan pola asuh sering kali menyebabkan munculnya berbagai permasalahan pada anak usia dini, salah satunya adalah tantrum dan Gerakan Tutup Mulut (GTM). Tantrum merupakan bentuk luapan emosi yang ditunjukkan anak melalui perilaku menangis, berteriak, marah, atau berguling ketika keinginannya tidak terpenuhi atau saat anak belum mampu mengungkapkan perasaannya dengan baik. Sementara itu, GTM merupakan kondisi ketika anak menolak makan atau tidak mau membuka mulut saat diberikan makanan. Menurut Hurlock dan Santrock, kedua kondisi tersebut merupakan perilaku yang cukup sering muncul pada anak usia dini karena kemampuan regulasi emosi anak masih berkembang. Namun, perilaku tersebut dapat menjadi lebih sering apabila orang tua belum mampu memberikan respons yang tepat terhadap kebutuhan dan emosi anak (7,8).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di Posyandu Nusa Indah VI RW 06, ditemukan beberapa permasalahan yang masih sering dialami oleh orang tua balita. Permasalahan tersebut meliputi kebiasaan GTM pada anak, perilaku tantrum, penggunaan media elektronik yang cukup tinggi, serta masih rendahnya pemahaman orang tua mengenai tahapan perkembangan anak dan pola asuh yang sesuai. Selain itu, sebagian orang tua masih menerapkan pemaksaan saat anak makan atau memberikan gadget

sebagai cara untuk mengatasi anak yang rewel. Kondisi tersebut justru dapat memperburuk perilaku GTM maupun tantrum apabila dilakukan secara terus-menerus. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang dapat membantu orang tua memahami karakteristik perkembangan anak sekaligus memberikan keterampilan dalam menerapkan pola pengasuhan yang lebih tepat.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui kegiatan psikoedukasi. Psikoedukasi merupakan kegiatan yang bertujuan memberikan informasi, pengetahuan, serta keterampilan kepada masyarakat agar mampu memahami suatu permasalahan dan menentukan cara penanganan yang tepat. Dalam kegiatan ini, materi yang diberikan meliputi tahapan tumbuh kembang anak usia 0-5 tahun, teori kepribadian dan temperamen anak, pola asuh, penanganan tantrum dan GTM, serta pentingnya menjaga kesehatan mental orang tua selama proses pengasuhan. Melalui kegiatan ini diharapkan orang tua dan kader Posyandu Nusa Indah VI RW 06 memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai tumbuh kembang anak sehingga mampu menerapkan pola pengasuhan yang lebih responsif, konsisten, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Nusa Indah VI RW 06, Kelurahan Turangga, Kecamatan Lengkong, Kota Bandung. Mitra dalam kegiatan ini adalah kader Posyandu Nusa Indah VI serta orang tua yang memiliki anak usia 0-5 tahun. Kegiatan dilaksanakan menggunakan metode psikoedukasi dengan pendekatan partisipatif, yaitu pendekatan yang melibatkan peserta secara aktif melalui penyampaian materi, diskusi, dan tanya jawab. Pelaksanaan kegiatan terdiri atas empat tahapan, yaitu analisis kebutuhan, persiapan kegiatan, pelaksanaan psikoedukasi, dan evaluasi kegiatan.

Analisis Kebutuhan

Tahap pertama yang dilakukan adalah analisis kebutuhan (need assessment) untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi mitra serta permasalahan yang dihadapi. Analisis kebutuhan dilakukan melalui observasi dan wawancara bersama kader Posyandu Nusa Indah VI RW 06. Observasi dilakukan pada saat kegiatan posyandu berlangsung untuk melihat kondisi pelaksanaan kegiatan serta karakteristik peserta yang hadir. Selanjutnya, wawancara dilakukan dengan kader posyandu untuk menggali informasi mengenai permasalahan yang sering ditemukan berkaitan dengan tumbuh kembang anak usia dini.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, diperoleh informasi bahwa masih terdapat orang tua yang memerlukan edukasi mengenai tumbuh kembang anak, tantrum, dan Gerakan Tutup Mulut (GTM). Hasil analisis kebutuhan tersebut kemudian menjadi dasar dalam menentukan tema kegiatan, menyusun materi psikoedukasi, serta menyiapkan media edukasi yang akan digunakan selama pelaksanaan program.

Persiapan Kegiatan

Tahap persiapan dilakukan setelah proses analisis kebutuhan selesai. Pada tahap ini dilakukan penyusunan modul psikoedukasi, media presentasi, serta instrumen pre-test dan post-test yang digunakan untuk mengukur pemahaman peserta sebelum dan sesudah

kegiatan. Selain itu, dilakukan koordinasi dengan kader Posyandu Nusa Indah VI RW 06 mengenai jadwal pelaksanaan, tempat kegiatan, jumlah peserta, serta kebutuhan sarana dan prasarana agar seluruh rangkaian kegiatan dapat berjalan sesuai dengan rencana.

Pelaksanaan Psikoedukasi

Kegiatan psikoedukasi dilaksanakan secara tatap muka di Posyandu Nusa Indah VI RW 06. Kegiatan diawali dengan proses registrasi peserta, kemudian dilanjutkan dengan pembukaan dan penyampaian tujuan kegiatan. Sebelum materi disampaikan, peserta terlebih dahulu mengisi pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai materi yang akan dibahas.

Setelah pelaksanaan pre-test, kegiatan dilanjutkan dengan presentasi menggunakan media PowerPoint dan modul psikoedukasi yang telah dipersiapkan. Materi yang dipresentasikan meliputi tumbuh kembang anak usia 0-5 tahun, pola asuh, tantrum, Gerakan Tutup Mulut (GTM), serta kesehatan mental orang tua. Penyampaian materi dilakukan secara bertahap sesuai dengan susunan modul yang telah disusun sebelumnya.

Setelah seluruh materi selesai dipresentasikan, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Pada sesi ini peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan maupun berbagi pengalaman yang berkaitan dengan materi yang telah dipaparkan. Diskusi berlangsung secara interaktif sehingga peserta dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik melalui pembahasan berbagai permasalahan yang muncul selama kegiatan berlangsung.

Sebagai penutup kegiatan, peserta mengisi post-test untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan setelah mengikuti psikoedukasi. Selanjutnya dilakukan pembagian modul psikoedukasi kepada peserta sebagai bahan bacaan yang dapat dipelajari kembali secara mandiri di rumah. Kegiatan diakhiri dengan sesi dokumentasi bersama dan penutupan.

Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui ketercapaian tujuan kegiatan serta efektivitas pelaksanaan program psikoedukasi. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test peserta untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan setelah mengikuti kegiatan. Selain itu, tanggapan dan umpan balik yang diberikan peserta selama sesi diskusi dan tanya jawab juga menjadi bahan evaluasi untuk mengetahui pelaksanaan kegiatan secara keseluruhan. Hasil evaluasi tersebut digunakan sebagai dasar penyusunan rekomendasi dan perbaikan program pengabdian kepada masyarakat pada kegiatan berikutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Psikoedukasi "SINERGI PARENTING: Optimalisasi Pola Asuh Menuju Generasi Emas 2045" dilaksanakan secara tatap muka di Posyandu Nusa Indah VI RW 06, Kelurahan Turangga, Kecamatan Lengkon, Kota Bandung pada tanggal 11 Juli 2026. Kegiatan dihadiri oleh 14 peserta yang terdiri dari orang tua balita usia 0-5 tahun dan kader

posyandu aktif di wilayah RW 06. Pelaksanaan kegiatan berjalan sesuai rundown yang telah disusun, dimulai dari briefing panitia, sambutan dan pengisian pre-test, pemaparan materi, sesi bermain mainan edukatif bersama, hingga pengisian post-test dan penutupan.



Gambar 1. Pelaksanaan Pre-Test

Materi yang disampaikan dalam kegiatan ini meliputi: (1) tahap perkembangan kognitif anak usia 0-5 tahun berdasarkan teori Jean Piaget, (2) perkembangan psikososial anak berdasarkan teori Erik Erikson, (3) teori kepribadian dan temperamen anak menurut Thomas dan Chess, (4) konsep pola asuh dan pengaruhnya terhadap tantrum serta GTM, (5) stimulasi motorik dan bahasa, serta (6) pentingnya menjaga kesehatan mental orang tua dalam proses pengasuhan. Penyampaian materi dilakukan secara komunikatif menggunakan media PowerPoint, video demonstrasi, dan modul psikoedukasi yang telah disusun sebelumnya.



Gambar 2. Pelaksanaan Post-Test

Kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan sharing session yang berlangsung secara interaktif, di mana peserta aktif menyampaikan pertanyaan dan berbagi pengalaman pengasuhan sehari-hari terkait permasalahan GTM, tantrum, dan penggunaan gadget berlebihan pada anak. Antusiasme peserta terlihat dari tingginya partisipasi dalam diskusi, khususnya pada topik penanganan GTM dan manajemen tantrum yang menjadi permasalahan utama di wilayah Posyandu Nusa Indah VI RW 06.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pengetahuan Peserta.

No	Nama	Hasil Pre-test	Hasil Post-Test	Peningkatan Skor
1.	Cici	95	100	5
2.	Gafi	55	100	45
3.	Nina	100	100	0
4.	Qurrota	90	100	10
5.	Tyas	95	100	5
6.	Fitri	80	100	20
7.	Siti	80	100	20
8.	Yati	100	100	0
9.	Sinta	100	100	0
10.	Ayu	95	100	5
11.	Hartati	85	100	15
12.	Wiwin	85	100	15
13.	Syifa	95	100	5
14.	Mira	100	100	0
Rata-Rata		89,64	100	10,36

Tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh 14 peserta mengalami peningkatan skor atau mempertahankan skor sempurna dari pre-test ke post-test. Peserta dengan skor pre-test terendah (55) berhasil meningkat menjadi skor sempurna (100) dengan selisih 45 poin, sedangkan peserta yang sudah mencapai skor 100 pada pre-test tetap mempertahankan capaiannya. Rata-rata selisih skor sebesar 10,36 poin menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang nyata setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi.

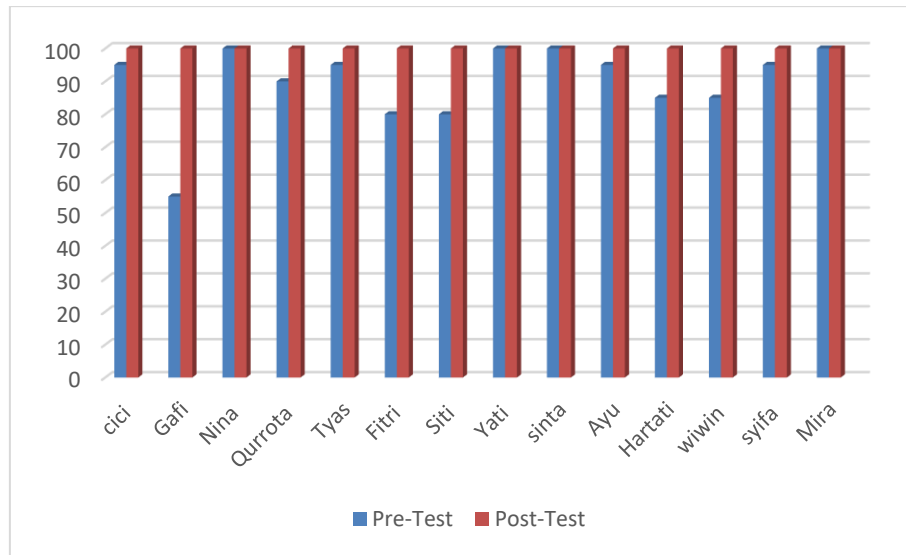


Diagram 1. Hasil Evaluasi Pengetahuan Peserta.

Tabel 2. Perbandingan Rata-rata Skor Pre-test dan Post-test.

Rata-rata skor Pre-test	Rata-rata skor Post-test	Selisih skor
89,64	100	10,36

Tabel 2 merangkum bahwa rata-rata pre-test sebesar 89,64 meningkat menjadi 100 pada post-test, dengan selisih rata-rata 10,36 poin. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa seluruh materi psikoedukasi berhasil diserap dengan baik oleh peserta dalam satu sesi tatap muka. Perlu dicatat bahwa peningkatan ini dinilai secara deskriptif berdasarkan perbandingan nilai rata-rata, karena ukuran sampel yang terbatas ($n=14$) tidak memungkinkan uji statistik inferensial yang representatif.

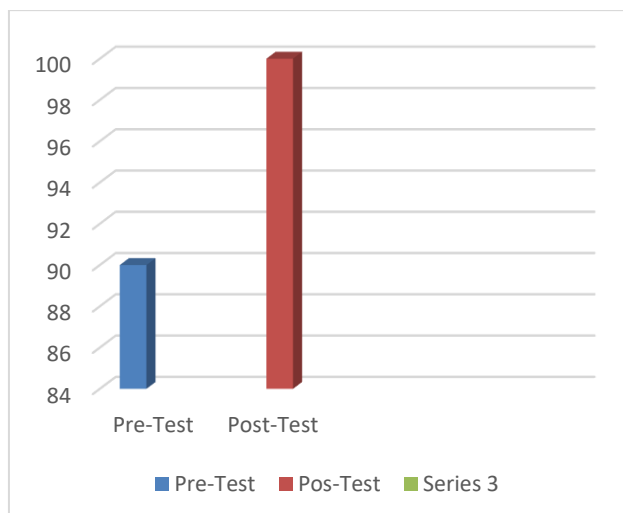


Diagram 2. Hasil perbedaan skor pre-test dan post-test peserta.

Diagram 2 memperlihatkan distribusi skor post-test seluruh peserta. Terlihat bahwa sebagian besar peserta (14 orang) memperoleh skor sempurna pada rentang 99-102 (setara 100 dalam skala 100), sementara hanya sebagian kecil peserta yang berada di rentang skor 90-96. Distribusi ini mencerminkan bahwa penguasaan materi peserta sangat tinggi dan merata, menunjukkan efektivitas metode psikoedukasi yang digunakan dalam meningkatkan pemahaman seluruh peserta secara seragam. Kondisi ini juga mengindikasikan terjadinya ceiling effect pada skor post-test, yaitu kondisi di mana hampir seluruh peserta mencapai nilai maksimum sehingga tidak terdapat variasi skor yang signifikan.

Berdasarkan sistem klasifikasi skor berbasis Penilaian Acuan Patokan (PAP) menurut Robert Glaser (11) dan konsep Mastery Learning oleh Benjamin Bloom (12), seluruh orang tua balita yang menjadi peserta evaluasi (100%) berhasil masuk dalam kategori Pemahaman Baik (skor 80-100). Capaian ini menunjukkan bahwa program psikoedukasi telah berhasil meningkatkan pemahaman orang tua balita mengenai tumbuh kembang anak, pola asuh, serta penanganan GTM dan tantrum secara komprehensif.

Evaluasi Kepuasan Peserta

Selain mengukur peningkatan pengetahuan melalui pre-test dan post-test, evaluasi kegiatan juga dilakukan melalui kuesioner kepuasan peserta yang mencakup sepuluh indikator, meliputi: (1) kesesuaian materi penyuluhan, (2) cara pemateri memaparkan materi, (3) kualitas media yang digunakan, (4) kesesuaian materi dengan kebutuhan peserta, (5) kontribusi kegiatan dalam menambah wawasan, (6) pemahaman mengenai GTM dan pola pengasuhan, (7) kemudahan mendapatkan solusi atas permasalahan, (8) kejelasan media dan contoh yang digunakan, (9) kesediaan menerapkan ilmu yang diperoleh, serta (10) kenyamanan peserta selama mengikuti kegiatan.

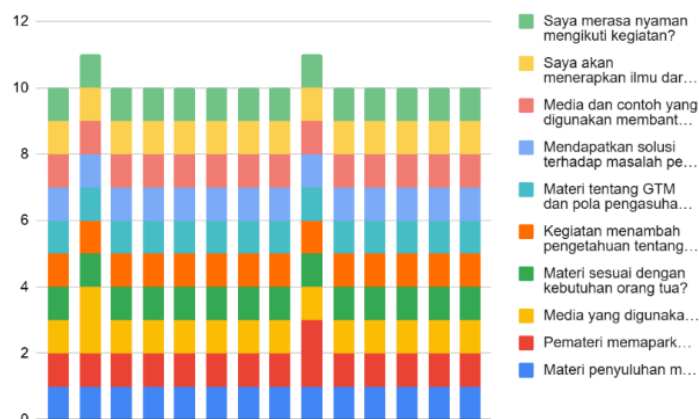


Diagram 3. Rekapitulasi hasil evaluasi kepuasan peserta terhadap pelaksanaan kegiatan.

Diagram 2 menunjukkan hasil evaluasi kepuasan peserta yang dirangkum dalam grafik batang bertumpuk berdasarkan sepuluh indikator penilaian. Secara keseluruhan, hampir seluruh peserta memberikan penilaian positif pada setiap indikator yang dievaluasi. Indikator "Saya merasa nyaman mengikuti kegiatan" dan "Saya akan menerapkan ilmu dari kegiatan ini" memperoleh apresiasi tertinggi dengan total skor mencapai 11-12 poin, menunjukkan bahwa peserta tidak hanya merasa nyaman selama kegiatan berlangsung, tetapi juga memiliki motivasi kuat untuk mengimplementasikan pengetahuan baru dalam praktik pengasuhan sehari-hari.

Indikator kesesuaian materi, cara pemateri menyampaikan materi, serta kualitas media dan contoh kasus yang digunakan juga mendapatkan penilaian yang sangat baik dari peserta. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan komunikatif dan partisipatif yang diterapkan mencakup studi kasus interaktif, video demonstrasi, dan sesi berbagi pengalaman berhasil menciptakan proses belajar yang mudah dipahami dan relevan dengan permasalahan GTM, tantrum, serta pola pengasuhan yang dihadapi peserta sehari-hari. Tingginya penilaian pada indikator "Mendapatkan solusi terhadap masalah" juga menunjukkan bahwa kegiatan ini tidak sekadar memberikan teori, tetapi juga memberikan solusi praktis yang dapat langsung diterapkan.

Secara keseluruhan, hasil evaluasi kepuasan peserta ini memperkuat temuan pre-test dan post-test yang menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan. Kombinasi antara peningkatan pengetahuan kognitif dan tingginya kepuasan peserta menjadi indikator komprehensif bahwa program psikoedukasi "SINERGI PARENTING" berhasil dilaksanakan secara efektif, baik dari sisi substansi materi maupun dari sisi pengalaman belajar peserta.

Pembahasan

Tingginya capaian post-test peserta tidak terlepas dari pendekatan metode psikoedukasi yang diterapkan secara partisipatif dan berbasis andragogi (pembelajaran

orang dewasa). Peserta tidak hanya menerima materi secara satu arah, melainkan dilibatkan secara aktif melalui studi kasus interaktif, sharing session, serta sesi bermain mainan edukatif bersama anak. Pendekatan ini sesuai dengan prinsip Experiential Learning Kolb, di mana orang dewasa belajar lebih efektif melalui pengalaman langsung yang direfleksikan dan dikaitkan dengan situasi nyata kehidupan sehari-hari (13).

Dari sesi tanya jawab dan diskusi, terungkap bahwa sebelum mengikuti kegiatan, sebagian besar peserta masih mengandalkan intuisi dan pengalaman pribadi dalam menangani permasalahan GTM dan tantrum. Sebagian orang tua mengaku pernah melakukan pemaksaan saat anak makan (forced feeding) karena khawatir anak tidak terpenuhi gizinya. Setelah mendapatkan pemahaman mengenai responsive feeding (14) dan kaitan GTM dengan tahap perkembangan kognitif Piaget (2) serta psikososial Erikson (3), peserta menyatakan lebih memahami bahwa perilaku GTM merupakan bagian dari proses perkembangan yang wajar dan dapat diatasi tanpa tekanan.

Peserta juga menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pentingnya pola asuh authoritative (demokratis). Menurut Baumrind, pola asuh ini merupakan pendekatan yang paling efektif karena menggabungkan kehangatan, komunikasi terbuka, serta aturan yang jelas dan konsisten (15). Melalui studi kasus interaktif dan video animasi yang ditayangkan, peserta mulai mampu mengidentifikasi pola asuh yang selama ini diterapkan dan menyadari dampaknya terhadap perilaku anak, termasuk munculnya tantrum dan GTM.

Keberhasilan kegiatan ini juga didukung oleh potensi sosial Posyandu Nusa Indah VI, yaitu grup WhatsApp aktif ibu-ibu balita RW 06 serta karakteristik warga yang kompak dan antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan. Hal ini mempermudah proses mobilisasi peserta dan menciptakan suasana kegiatan yang kondusif. Hasil ini sejalan dengan temuan Domitrovich et al. bahwa keterlibatan sosial masyarakat berperan penting dalam keberhasilan implementasi program berbasis komunitas (16).

Secara keseluruhan, kegiatan psikoedukasi ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua balita di Posyandu Nusa Indah VI RW 06 mengenai tumbuh kembang anak usia 0-5 tahun, pola asuh yang tepat, penanganan GTM dan tantrum, serta pentingnya menjaga kesehatan mental orang tua dalam proses pengasuhan. Capaian post-test rata-rata 100 poin dengan seluruh orang tua balita masuk kategori pemahaman baik menjadi indikator keberhasilan program secara terukur. Kader posyandu yang turut hadir dalam sesi psikoedukasi juga diharapkan dapat menjadi agen penyebaran informasi yang telah diperoleh kepada anggota komunitas yang lebih luas.

SIMPULAN

Kegiatan psikoedukasi "SINERGI PARENTING: Optimalisasi Pola Asuh Menuju Generasi Emas 2045" di Posyandu Nusa Indah VI RW 06 berhasil meningkatkan pengetahuan 14 orang tua balita mengenai tumbuh kembang anak usia 0-5 tahun, pola asuh, penanganan tantrum, GTM, dan kesehatan mental orang tua. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan rata-rata skor dari 89,64 pada pre-test menjadi 100 pada post-test, dengan seluruh orang tua balita (100%) mencapai kategori Pemahaman Baik. Evaluasi

kepuasan peserta juga menunjukkan respons yang sangat positif, mencerminkan bahwa metode psikoedukasi partisipatif yang diterapkan efektif dan relevan. Kegiatan serupa disarankan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan melalui kolaborasi antara perguruan tinggi, tenaga kesehatan, kader posyandu, dan pemerintah setempat guna mendukung terwujudnya "Generasi Emas 2045".

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas terselenggaranya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dengan baik. Ucapan terima kasih disampaikan kepada Pengurus Posyandu Nusa Indah VI RW 06 yang telah memberikan izin, dukungan, serta memfasilitasi pelaksanaan kegiatan psikoedukasi sehingga program dapat berjalan dengan lancar. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada kader Posyandu Nusa Indah VI RW 06 atas kerja sama, dan bantuan selama proses persiapan hingga pelaksanaan kegiatan.

Apresiasi yang sebesar-besarnya diberikan kepada orang tua balita yang telah berpartisipasi secara aktif, antusias mengikuti setiap rangkaian kegiatan, serta berbagi pengalaman selama sesi diskusi sehingga kegiatan berlangsung secara interaktif dan bermakna. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh tim pengabdian kepada masyarakat yang telah bekerja sama, saling mendukung, dan berkontribusi dalam proses perencanaan, penyusunan materi, pelaksanaan kegiatan, hingga evaluasi program. Semangat dan dedikasi yang diberikan menjadi salah satu faktor penting dalam keberhasilan kegiatan ini.

Akhir kata, penulis berharap hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat, khususnya dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua serta kader posyandu mengenai tumbuh kembang anak usia dini, sehingga dapat mendukung terciptanya pengasuhan yang positif dan optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Baumrind D. Current patterns of parental authority. *Dev Psychol Monogr*. 1971;4(1 Pt 2):1–103.
- Baumrind D. The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*. 1991;11(1):56–95.
- Bloom BS. *Learning for mastery*. Los Angeles: Center for the Study of Evaluation of Instructional Programs, University of California; 1968.
- Company; 2000.
- Domitrovich CE, Bradshaw CP, Greenberg MT, Embry D, Poduska JM, Jalongo N. Integrated models of school-based prevention: the logic and theory. *Psychology in the Schools*. 2010;47(1):71–88. [Catatan editor: judul referensi ini adalah kecocokan terdekat yang dapat diverifikasi dengan nama penulis "Domitrovich et al. (2010)"; mohon penulis mengonfirmasi apakah ini artikel yang dimaksud atau menggantinya dengan sumber yang lebih sesuai konteks program parenting berbasis komunitas.]
- Erikson EH. *Childhood and society*. New York: W.W. Norton & Company; 1963.

- Glaser R. Instructional technology and the measurement of learning outcomes. *Am Psychol.* 1963;18(8):519–21.
- Hurlock EB. *Child development*. 6th ed. New York: McGraw-Hill; 1978.
- Hurlock EB. *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi ke-5. Jakarta: Erlangga; 1997.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia. *Pendekatan diagnosis dan tata laksana masalah makan pada balita di Indonesia*. Jakarta: Badan Penerbit Ikatan Dokter Anak Indonesia; 2014.
- Kirkpatrick DL. *Evaluating training programs: The four levels*. San Francisco: Berrett-Koehler Publishers; 1998.
- Kolb DA. *Experiential learning: experience as the source of learning and development*. Englewood Cliffs (NJ): Prentice Hall; 1984.
- Piaget J. *The origins of intelligence in children..* New York: International Universities Press; 1952.
- Santrock JW. *Life-span development*. 17th ed. New York: McGraw-Hill Education; 2019.
- Satter E. *Child of Mine: Feeding with Love and Good Sense*. Boulder (CO): Bull Publishing
- Setyaningsih D, Surachmindari S. Pengaruh pelatihan berbasis komunitas terhadap peningkatan pengetahuan kader posyandu. *Jurnal Kebidanan Indonesia*. 2022;13(2):95–103.
- Vygotsky LS. *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge (MA): Harvard University Press; 1978.
- World Health Organization. *Nurturing care for early childhood development: a framework for helping children survive and thrive to transform health and human potential*. Geneva: World Health Organization; 2018.