

**EDUKASI KESEHATAN MENTAL PADA IBU DALAM UPAYA  
PENCEGAHAN STUNTING DI DUSUN KAYEN DESA SENDANGSARI  
KAPANEWON PAJANGAN**

*Mental Health Education for Mothers to Prevent Stunting in Kayen Hamlet,  
Sendangsari Village, Kapanewon Pajangan*

**Retno Heru Setyorini<sup>1\*</sup>, Pri Hastuti<sup>1</sup>**  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Akbidyo  
**e-mail:** retnoheruhs@gmail.com

***Abstract***

*The role of maternal mental health is important in determining the growth and development of children in the present and future, however, mental health problems are still unresolved health problem in society, both at the global and national levels, so increasing knowledge about mental health among mothers is an effort Prevention of stunting is very important. The activity was carried out as a presentation of material about mental health for mothers using an LCD projector and PowerPoint, then continued with discussions and demonstrations. The activity was carried out among 20 women from Kayen Hamlet, Sendangsari Village, Kapanewon Pajangan. The evaluation plan for community service activities consists of evaluating the presenter, the implementation of the activity, and the results of education/knowledge. Questionnaires are used to carry out evaluations. Education about mental health for mothers through discussions and demonstrations is effective in increasing mothers' knowledge, so education needs to be carried out to target other mothers who have children under five.*

***Keywords:*** *Maternal Mental Health, Stunting, Parenting Patterns*

**Abstrak**

Peran kesehatan mental ibu penting dalam menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak pada masa sekarang dan mendatang, namun masalah kesehatan jiwa masih menjadi masalah kesehatan yang belum terselesaikan di tengah-tengah masyarakat, baik di tingkat global maupun nasional sehingga peningkatan pengetahuan tentang kesehatan mental pada ibu sebagai upaya terhadap pencegahan terjadinya stunting sangat penting. Kegiatan dilakukan dalam bentuk presentasi materi tentang kesehatan mental pada ibu dengan menggunakan media LCD proyektor dan *power point* kemudian dilanjutkan dengan diskusi dan demonstrasi. Kegiatan dilakukan pada Ibu-Ibu yang Dusun Kayen, Desa Sendangsari, Kapanewon Pajangan sebanyak 20 orang. Rancangan evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari evaluasi pemateri, evaluasi pelaksanaan kegiatan, dan evaluasi hasil edukasi/pengetahuan. Kuesioner digunakan untuk melakukan evaluasi. Edukasi tentang kesehatan mental pada ibu dengan diskusi dan demonstrasi efektif meningkatkan pengetahuan ibu, sehingga edukasi perlu dilakukan pada sasaran ibu-ibu lain yang memiliki anak Balita.

**Kata Kunci :** Kesehatan Mental Ibu, Stunting, Pola Asuh

## **1. PENDAHULUAN**

Permasalahan utama masyarakat Kalurahan Sendangsari Kapanewon Pajangan Kabupaten Bantul ialah masalah kesehatan terkhusus masalah kejadian stunting. Data anak yang mengalami stunting di Kelurahan Sendangsari pada pertengahan tahun 2022 mencapai 58 anak. Desa Kayen menduduki peringkat ke-4 tertinggi dengan jumlah anak yang mengalami stunting sebanyak 7 orang.

Permasalahan stunting di Dusun Kayen cukup menyita perhatian dari banyak pihak, mulai dari pemerintah, masyarakat dan tenaga Kesehatan. Stunting didefinisikan sebagai tinggi badan yang lebih dari dua standar deviasi dibawah median standar pertumbuhan anak World Health Organization (WHO). Stunting merupakan salah satu indikator gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan asupan gizi kronis, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak adekuat. Stunting pada awal kehidupan, yaitu 1.000 hari pertama sejak konsepsi hingga berusia 2 tahun memiliki konsekuensi fungsional yang merugikan pada anak (World Health Organization, 2015). Beberapa konsekuensi tersebut termasuk kognisi dan kinerja pendidikan yang buruk (Ekholuenetale et al., 2020), upah orang dewasa yang rendah, kehilangan produktivitas dan, bila disertai dengan kenaikan berat badan yang berlebihan dimasa kanak-kanak, peningkatan risiko penyakit kronis terkait gizi dimasa dewasa (World Health Organization, 2015).

Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah dan tenaga kesehatan untuk mencegah kejadian stunting, terdapat tiga hal yang dapat diperhatikan dalam pencegahan stunting, yaitu perbaikan terhadap pola makan, pola asuh, serta perbaikan sanitasi dan akses air bersih dalam keluarga (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Pola asuh orangtua sangat berperan besar terhadap perkembangan anak baik motorik kasar, motorik halus, perkembangan bahasa dan kemampuan sosial anak. Pola asuh terhadap anak yang diterapkan dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk faktor kesehatan mental (Andi Syahputra et al., 2022).

Kesehatan mental merupakan suatu kondisi dimana individu terhindar dari gejala-gejala yang dapat mempengaruhi gangguan psikologis seseorang. Kesehatan mental sendiri sangat penting dan perlu diperhatikan, karena sangat berdampak pada kelangsungan hidup individu. Wanita cenderung lebih mudah mengalami gangguan kesehatan mental dibandingkan pria dengan kemungkinan dua kali lebih besar (Suwijik, 2022).

Orang-orang yang memiliki masalah pada kesehatan mental memunculkan berbagai-bagai gejala seperti depresi, stress, atau gangguan kecemasan. Mayoritas gangguan pada kesehatan mental ini berdampak besar

pada perempuan, janin atau bayi, keluarga dan masyarakat (Honikman et al., 2012). Penelitian (Andi Syahputra et al., 2022) menunjukkan bahwa ada hubungan antara depresi, kecemasan, dan stres dengan pola asuh anak. Anak yang dibesarkan oleh ibu yang mengalami depresi akan beresiko 19,5 kali lipat untuk mendapatkan pola asuh yang buruk dalam mengasuh anak. Sebaliknya, anak yang dibesarkan oleh ibu yang mengalami kecemasan akan beresiko 56 kali lipat mendapatkan pola asuh yang buruk dalam mengasuh anak. Begitu pula anak yang dibesarkan oleh ibu yang mengalami stres akan beresiko 19,5 kali lipat untuk mendapatkan pola asuh yang buruk selama mengasuh anak. Oleh sebab itu tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah peningkatan pengetahuan tentang kesehatan mental pada ibu sebagai upaya terhadap pencegahan terjadinya stunting di Dusun Kayen Desa Sendangsari Kapanewon Pajangan Kabupaten Bantul.

## 2. METODE

Kegiatan ini berprinsip dalam hal edukasi dengan metode yang digunakan adalah presentasi yang didukung oleh media *power point* kemudian dilanjutkan dengan diskusi dan demonstrasi. Kegiatan ini dilakukan pada Ibu-Ibu yang tergabung dalam organisasi PKK Dusun Kayen, Desa Sendangsari, Kapanewon Pajangan sebanyak 20 orang pada hari Kamis tanggal 10 November 2022, pukul 13.00 sampai dengan pukul 15.00 WIB di rumah Bapak Dusun Kayen, Desa Sendangsari, Kapanewon Pajangan

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh Pengabdian dibantu oleh 2 orang mahasiswa Program Studi Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan sebanyak 2 orang. Kegiatan yang dilakukan berupa pemberian materi-materi yang membahas tentang kesehatan mental Ibu dan pelaksanaan screening kesehatan mental dalam upaya pencegahan stunting. Ketika ibu-ibu telah diberi pemahaman tentang materi tersebut, diharapkan hal ini akan semakin meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan mental pada ibu dan pada akhirnya diharapkan dapat mencegah terjadinya stunting agar anak, dan anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal. Kegiatan edukasi menggunakan media LCD proyektor dan *Power point*.

Rancangan evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari evaluasi pemateri, evaluasi pelaksanaan kegiatan, dan evaluasi hasil edukasi/pengetahuan. Instrumen evaluasi menggunakan kuesioner. Pengetahuan ibu tentang kesehatan mental meningkat jika hasil *posttest* menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan ibu tentang kesehatan mental. Kegiatan ini dikatakan berhasil jika pengetahuan ibu tentang kesehatan mental pada ibu meningkat.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan dilakukan dengan melakukan evaluasi. Evaluasi terdiri dari evaluasi proses kegiatan (Evaluasi narasumber dan evaluasi penyelenggaraan kegiatan), serta evaluasi pemahaman materi.

**Tabel 1.** Evaluasi Narasumber

No	Aspek Yang Dinilai	Jumlah	Persentase (%)
<b>1</b>	<b>Penguasaan materi</b>		
	Kurang baik	-	0
	Baik	7	38,89
	Sangat baik	11	61,11
<b>2</b>	<b>Ketepatan waktu</b>		
	Kurang baik	-	0
	Baik	-	0
	Sangat baik	18	100
<b>3</b>	<b>Variasi Metode Mengajar (ceramah, Tanya jawab, simulasi)</b>		
	Kurang baik	-	0
	Baik	15	83,33
	Sangat baik	3	16,67
<b>4</b>	<b>Gaya, simpati, dan sikap terhadap peserta</b>		
	Kurang baik	-	0
	Baik	17	94,44
	Sangat baik	1	5,6
<b>5</b>	<b>Pemberian motivasi</b>		
	Kurang baik	-	0
	Baik	9	50
	Sangat baik	9	50
<b>6</b>	<b>Memberikan kesempatan Tanya jawab</b>		
	Kurang baik	-	0
	Baik	13	72,22
	Sangat baik	4	22,23
<b>7</b>	<b>Kesesuaian jawaban narasumber terhadap pertanyaan peserta</b>		
	Kurang baik	-	0
	Baik	18	100
	Sangat baik		
	Total	18	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa mayoritas ibu-ibu memberikan penilaian dalam kategori baik untuk narasumber, sebagian kecil memberikan penilaian sangat baik, dan tidak ada yang memberikan penilaian kurang baik.

**Tabel 2.** Evaluasi Penyelenggaraan Pemberian KIE

No	Aspek yang dinilai	Jumlah	Persentase (100%)
<b>1</b>	<b>Ketepatan waktu penyelenggraan</b>		
	Kurang Baik	-	
	Baik	18	100
	Sangat Baik		
<b>2</b>	<b>Kenyamanan Ruang</b>		
	Kurang baik	6	33,34

	Baik	12	66,66
	Sangat Baik		
4	<b>Akomodasi yang disediakan</b>		
	Kurang baik		
	Baik	18	100
	Sangat Baik		
	<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa seluruh ibu memberikan penilaian baik pada setiap aspek dari evaluasi penyelenggaraan pemberian KIE. Selanjutnya evaluasi pemahaman materi dilakukan dengan memberikan pertanyaan dengan menggunakan kuesioner. Pemahaman materi dievaluasi pada saat sebelum dan setelah diberikan KIE dapat dilihat pada Tabel 3.

**Tabel 3.** Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum diberikan KIE

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentasi (100%)
Baik	18	0
Sedang	-	0
Rendah	-	100
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa setelah diberikan edukasi, sebagian seluruh peserta (100%) memiliki tingkat pengetahuan baik, rata-rata skor sebelum diberi KIE adalah 68,88, dan setelah diberikan KIE, rata-rata skor pengetahuan peserta adalah 96,66.

Kegiatan pemberian KIE berjalan dengan lancar dan para peserta sangat antusias mengikuti kegiatan. Kegiatan dimulai dengan pembukaan acara oleh Pengabdian yang menyampaikan salam, memperkenalkan tim pengabdian dan pemateri, selanjutnya meminta izin kepada pihak pengurus RT, menyampaikan maksud dan tujuan diadakan acara. Selanjutnya penyampaian materi tentang kesehatan mental pada ibu dalam upaya pencegahan stunting disampaikan oleh pemateri. Materi yang disampaikan oleh narasumber yaitu penjelasan terkait pengertian, tanda gejala, pencegahan dan penanganan gangguan kejiwaan.

Edukasi kesehatan mental ibu dengan anak resiko stunting di Dusun Kayen dilakukan pada kader kesehatan, ibu yang memiliki balita/baduta dan ibu pengasuh balita/baduta di suatu kumpulan PKK, sehingga diharapkan kegiatan ini dapat terus berjalan dengan adanya *peer education* yaitu suatu proses komunikasi, informasi dan edukasi yang dilakukan oleh kalangan sebaya yaitu kalangan suatu kelompok yang artinya kelompok yang telah diberikan edukasi tentang kesehatan mental dapat memberikan informasi dan edukasi kembali kepada masyarakat di Dusun Kayen.

Ketercapaian tujuan Edukasi Kesehatan Mental Ibu dengan anak resiko stunting Di Dusun Kayen, Kelurahan Sendang Sari Kapanewon Pajangan, Bantul secara umum sudah baik. Pengetahuan masyarakat tentang kesehatan mental ibu mengalami peningkatan dengan dibuktikan hasil *posttest* lebih baik setelah dilakukannya edukasi berupa ceramah. Setelah dilakukan edukasi oleh Psikolog Ratna Azkia Rakhmandari., M.Psi, pengetahuan peserta tidak sebatas kesehatan mental saja, akan tetapi kesehatan mental ibu sangat berpengaruh pada resiko stunting pada anak terutama pada pola asuh pemberian gizi.

Sebelum dilakukan penyuluhan tentang kesehatan mental, masyarakat hanya menganggap hal yang wajar tentang gejala depresi. Padahal jika dibiarkan terus menerus akan menjadikan suatu hal tersebut menjadi serius, selanjutnya masyarakat sudah mengetahui bagaimana solusi dari permasalahan yang dihadapi terutama pada menjaga kesehatan mental dengan baik dan tepat. Perubahan pola pikir masyarakat terkait kesehatan mental setelah dilakukan penyuluhan sudah mengalami pergeseran kearah yang lebih baik dibuktikan dengan kegiatan tanya jawab oleh psikolog langsung.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh (Maulana et al., 2019) yang menunjukkan bahwa ceramah dan diskusi tentang kesehatan jiwa efektif untuk peningkatan pengetahuan keluarga tentang masalah kesehatan jiwa yang terjadi disekitar lingkungannya.

Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau *open behavior* (Donsu, 2017). Pengetahuan merupakan hasil penginderaan seseorang terhadap suatu objek melalui panca inderanya; indra tersebut adalah penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecapan, dan sentuhan. Intensitas perhatian dan persepsi terhadap suatu objek mempengaruhi penginderaan untuk menghasilkan pengetahuan. Indra pendengaran dan penglihatan seseorang merupakan cara paling umum seseorang memperoleh pengetahuan (Notoadmodjo, 2014).

Pengetahuan didapatkan melalui tingkat pendidikan formal maupun nonformal. Pendidikan Kesehatan merupakan salah satu bentuk pendidikan nonformal. Menurut Undang-undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, disebutkan bahwa pengertian pendidikan nonformal adalah pendidikan yang diselenggarakan untuk warga masyarakat yang membutuhkan layanan pendidikan sehingga bisa menjadi penambah, pengganti dan pelengkap pendidikan formal agar masyarakat bisa terus belajar sampai akhir hayat.

Pendidikan kesehatan jiwa merupakan upaya untuk mempengaruhi atau mengajak orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat agar melaksanakan perilaku sehat jiwa. Seseorang yang bermental sehat dapat menggunakan kemampuan atau potensi dirinya secara maksimal dalam menghadapi tantangan hidup, serta menjalin hubungan positif dengan orang lain. Sebaliknya, orang yang kesehatan mentalnya terganggu akan mengalami gangguan suasana hati, kemampuan berpikir, serta kendali emosi yang pada akhirnya bisa mengarah pada perilaku buruk (Kementerian kesehatan Republik Indonesia, 2022). Kemampuan masyarakat dapat ditingkatkan melalui pendidikan kesehatan khususnya mendeteksi dini masalah kesehatan jiwa (Febrianto et al., 2019).

#### 4. PENUTUP

Pengetahuan ibu tentang kesehatan mental pada ibu dalam upaya pencegahan kejadian stunting meningkat dengan dibuktikan skor rata-rata *posttest* lebih tinggi dari pada *pretest*. Pada kegiatan ini belum dilaksanakan *screening* kesehatan mental pada ibu dan anak. Oleh sebab itu perlu dilakukan *screening*/deteksi dini kesehatan mental ibu dan anak sebagai upaya untuk pencegahan agar tidak terjadi gangguan mental pada ibu dan penanganan atas ganggaun jiwa yang ditemukan agar ganggaun jiwa yang terdeteksi dapat segera diberikan penanganan agar tidak berlanjut pada tahap yang lebih parah.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andi Syahputra, T., Syahrizal, & Farizca, A. (2022). Hubungan Antara Kesehatan Mental Ibu dengan Pola Asuh Terhadap Anak. *Ked. N. Med* |, 5(1).
- Donsu, T. D. J. (2017). *Teori pengetahuan dan Perilaku Manusia*. Pustaka Baru Pres.
- Ekholuenetale, M., Barrow, A., Ekholuenetale, C. E., & Tudeme, G. (2020). Impact of stunting on early childhood cognitive development in Benin: evidence from Demographic and Health Survey. *Egyptian Pediatric Association Gazette*, 68(1). <https://doi.org/10.1186/s43054-020-00043-x>
- Febrianto, T., Livana, P. H., & Indrayati, N. (2019). Peningkatan Pengetahuan Kader Tentang Deteksi Dini Kesehatan Jiwa Melalui Pendidikan Kesehatan Jiwa. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 1(1). <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Suwijik, S. P. A. Q. (2022). Pengaruh Kesehatan Mental dalam Upaya Memperbaiki dan Mengoptimalkan Kualitas Hidup Perempuan. *Journal of Feminism and Gender Studies*, 2(2).
- Honikman, S., van Heyningen, T., Field, S., Baron, E., & Tomlinson, M. (2012). Stepped care for maternal mental health: A case study of the perinatal

- mental health project in South Africa. *PLoS Medicine*, 9(5).  
<https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1001222>
- Kementerian kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Kesehatan Mental*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022, May 27). *Mengenal 3 Tips Pencegahan Stunting*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Maulana, I., Suryani, A., Sriati, T., Sutini, E., Widiyanti, I., Rafiah, O., Hidayati, T., Hernawati, I., Yosep, A. D. A., & Senjaya, S. (2019). Penyuluhan Kesehatan Jiwa untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat. *MKK*, 2(2).
- Notoadmodjo. (2014). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*. Rineka Cipta.
- World Health Organization. (2015). *Stunting in a nutshell*. World Health Organization. <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>