

## Peduli Anak Stunting, Dosen Psikologi Unimal Berikan Psychological Well-Being Bagi Ibu



Dosen Psikologi Unimal bersama peserta psychological well-being di Kecamatan Dewantara. Ist

**UNIMALNEWS | Lhoksukon** - Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah atau pendek (kerdil) dari standar usianya. Memiliki anak stunting tentunya menjadi hal yang tidak diinginkan oleh para ibu.

Untuk membantu meningkatkan kesejahteraan psikologi (*psychological well-being*) kepada ibu yang memiliki anak dengan kondisi stunting itu, tiga orang dosen Prodi Psikologi Unimal memberikan program psikoedukasi di Gampong Uteun Geulumpang Kecamatan Dewantara, Aceh Utara. Ketiga dosen itu adalah Cut Ita Zahara MPsi, Rahmia Dewi MPsi, dan Nurafni Safarina MPsi. Pelaksanaan program tersebut juga turut melibatkan beberapa mahasiswa di Prodi Psikologi.

Kegiatan yang dilaksanakan pada Sabtu (20/11/2021) itu selain diikuti oleh ibu-ibu yang memiliki anak dengan kondisi stunting juga dihadiri oleh kader-kader Posyandu dan pendamping Program Keluarga Harapan (PKH).

Tujuan dari dipilihnya program ini adalah memberikan psikoedukasi mengenai bagaimana cara meningkatkan kesejahteraan psikologi kepada ibu-ibu yang memiliki anak stunting sehingga mampu menerima dirinya, memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan lingkungannya, memiliki tujuan hidup, kemandirian, mampu menguasai lingkungan serta adanya pengembangan diri yang kesemuanya itu berdampak bagi ibu dalam pengasuhan terhadap tumbuh kembang anak secara optimal,” jelas Rahmia Dewi.

Kegiatan ini juga menghadirkan narasumber Idar Sri Afriyanti Z MPsi. Dalam paparannya Idar mengatakan, bahwa sangat penting bagi seorang ibu menjadi Master Of Multitasking (MOM) yang merupakan salah satu bentuk kesejahteraan psikologis. “Kesejahteraan secara psikologis mampu melakukan berbagai hal dan menikmati apa yang dilakukan, terutama dalam pengasuhan anak, sehingga anak-anak terlindungi dan bisa terhindar dari stunting,” ucapnya.

Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan *focus group discussion* (FGD) yang didampingi oleh dosen dan para mahasiswa. FGD juga diisi dengan games menggambar jari yang menuliskan serangkaian tingkat emosi dan pengalaman yang terjadi pada ibu selama pengasuhan anak, serta games stimulasi makanan bergizi guna meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemenuhan gizi pada anak agar mencegah terjadinya stunting.[ryn]

Di sesi penutup, ada kegiatan tambahan yaitu bermain games yang melatih motorik anak, membangun kedekatan bersama anak-anak stunting, dan pembagian bingkisan yang dipandu oleh mahasiswa Psikologi.

**Tanggal:** 24 November 2021

**Post by:** [riyandhi](#)

**Kategori:** [News](#),

**Tags:** [Aceh Utara](#), [Pengabdian Masyarakat](#),