

## Optimalisasi Pelatihan Kader Posyandu dalam Meningkatkan Pendidikan dan Kesehatan Mental di Desa Limbangsari Jawa Barat

Rilla Sovitriana<sup>1</sup>, Nana Trisnawati<sup>2</sup>, Zakiyah<sup>3</sup>, Roza Elmanika P<sup>4</sup>, Aliya Muthia D<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Magister Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta

<sup>2</sup>Ekonomi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta

<sup>3</sup>Keperawatan, Universitas Binawan, Jakarta

<sup>4</sup>Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta

<sup>5</sup>Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta

Rilla.sovitriana@upi-yai.ac.id<sup>1</sup>, Nanatrisna31@gmail.com<sup>2</sup>, Zakiyah@binawan.ac.id<sup>3</sup>,  
Roza.2067290033@upi-yai.ac.id<sup>4</sup>, aliya.2024090230@upi-yai.ac.id<sup>5</sup>

### ABSTRAK

Gempa bumi dahsyat yang melanda Kabupaten Cianjur, Jawa Barat pada tahun 2022 telah menimbulkan kerusakan fisik dan psikologis yang signifikan, meningkatkan kerentanan anak-anak dan balita terhadap stunting. Prevalensi stunting di daerah ini mencapai 37%, dipengaruhi tidak hanya oleh kekurangan gizi tetapi juga dampak kesehatan mental seperti stres dan trauma. Lingkungan yang rusak dan kehilangan orang terdekat menyebabkan tingkat kecemasan dan stres yang tinggi pada anak-anak. Penelitian ini dilakukan oleh Universitas Persada Indonesia di desa Limbangsari, Kabupaten Cianjur, dengan fokus pada integrasi layanan kesehatan mental dalam program Posyandu untuk mencegah stunting. Metodologi meliputi pelatihan terkait manajemen stres dan trauma, penyediaan layanan konseling, serta pelatihan kader Posyandu untuk mendeteksi dan menangani masalah kesehatan mental. Hasil observasi menunjukkan sebagian besar responden mengalami tingkat distress sedang hingga tinggi dan dukungan sosial yang rendah, yang berkontribusi terhadap kesehatan mental yang kurang optimal dan peningkatan risiko stunting. Hasil dari penelitian ini menegaskan bahwa intervensi yang komprehensif dan holistik, yang mencakup aspek gizi dan kesehatan mental, sangat penting untuk mengurangi prevalensi stunting. Posyandu sebagai pusat layanan kesehatan masyarakat memiliki peran krusial dalam implementasi program terpadu ini. Saran yang diberikan meliputi peningkatan kerjasama dengan instansi kesehatan, pelatihan berkelanjutan bagi ibu-ibu Posyandu, alokasi sumber daya yang memadai, serta keterlibatan seluruh elemen masyarakat untuk mendukung keberlanjutan program kesehatan mental dan pencegahan stunting.

**Kata Kunci:** Stunting, Kesehatan Mental, Pelatihan, Posyandu, Gempa Bumi

### ABSTRACT

*The devastating earthquake that struck Cianjur Regency, West Java in 2022 has caused significant physical and psychological damage, increasing the vulnerability of children and toddlers to stunting. The prevalence of stunting in this area reached 37%, affected not only by malnutrition but also mental health impacts such as stress and trauma. The damaged environment and loss of loved ones lead to high levels of anxiety and stress in children. This research was conducted by Persada Indonesia University in Limbangsari village, Cianjur district, focusing on the integration of mental health services in the Posyandu program to prevent stunting. The methodology included training on stress and trauma management, providing counseling services, and training Posyandu cadres to*

*detect and treat mental health problems. Observations showed that most respondents experienced moderate to high levels of distress and low social support, which contributed to suboptimal mental health and increased risk of stunting. The results of this study confirm that comprehensive and holistic interventions, covering both nutrition and mental health aspects, are essential to reduce the prevalence of stunting. Posyandu as a community health service center has a crucial role in implementing this integrated program. Suggestions include increased collaboration with health agencies, continuous training for Posyandu mothers, allocation of adequate resources, and involvement of all elements of the community to support the sustainability of mental health and stunting prevention programs.*

**Keywords:** *Stunting, Mental Health, Training, Posyandu, Earthquake*

## 1. PENDAHULUAN

Kabupaten Cianjur, Jawa Barat, mengalami gempa dahsyat pada tahun 2022 yang menyebabkan kerusakan fisik dan psikologis yang signifikan (Widiastuti et al., 2023). Akibatnya, anak-anak dan balita di daerah tersebut menjadi lebih rentan terhadap stunting, tidak hanya karena masalah gizi tetapi juga karena dampak kesehatan mental yang terkait. Menurut data Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana Perempuan, dan Anak Kabupaten Cianjur, prevalensi stunting di daerah ini mencapai 37% (Wiguna et al., 2022). Di Kabupaten Cianjur, pasca gempa dahsyat tahun 2022, anak-anak tidak hanya menghadapi tantangan fisik seperti kekurangan gizi, tetapi juga mengalami trauma psikologis yang memperparah kondisi stunting. Lingkungan yang rusak, hilangnya rasa aman, dan pengalaman kehilangan orang terdekat dapat menyebabkan stres dan kecemasan yang tinggi pada anak-anak (Sovitriana et al., 2021). Stres berkepanjangan ini mempengaruhi sistem hormonal tubuh, yang dapat mengganggu penyerapan nutrisi dan menghambat pertumbuhan. Anak-anak yang mengalami trauma psikologis cenderung memiliki nafsu makan yang buruk dan gangguan tidur, yang semakin memperburuk status gizi mereka dan meningkatkan risiko stunting (Rose & Palattiyil, 2020).

Stunting adalah kondisi kronis di mana anak-anak mengalami hambatan pertumbuhan yang disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka waktu yang lama, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai. Menurut World Health Organization (WHO), stunting pada anak di bawah usia lima tahun memiliki implikasi jangka panjang terhadap kesehatan fisik, perkembangan kognitif, dan produktivitas ekonomi di masa dewasa. Anak yang stunting cenderung memiliki tinggi badan di bawah rata-rata untuk usianya, dan perkembangan otak yang terganggu dapat mempengaruhi kemampuan belajar serta prestasi akademis (Sovitriana, Gusliana Mais, et al., 2023). Selain itu, anak-anak yang mengalami stunting memiliki risiko lebih tinggi terhadap penyakit kronis seperti diabetes dan penyakit jantung di kemudian hari.

Kami dari Universitas Persada Indonesia awal kedatangan ke desa Limbangan, Kabupaten Cianjur ketika pasca gempa tahun 2022. Desa Limbangsari mungkin memiliki keterbatasan sumber daya manusia, keuangan, dan infrastruktur untuk menjalankan program Posyandu yang efektif. Selain itu, akses terhadap layanan kesehatan, termasuk konseling kesehatan mental, mungkin juga terbatas (Rita Kirana, Aprianti, 2022).

Kesehatan mental juga memiliki peran penting dalam perkembangan anak dan pencegahan stunting. Anak-anak yang mengalami stres, trauma, atau kondisi mental yang buruk akibat bencana seperti gempa bumi, cenderung memiliki pola makan yang buruk dan kurang menerima nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan optimal (Sovitriana, Mais, et al., 2023). Trauma psikologis dapat mengganggu fungsi normal otak dan hormon, yang berkontribusi pada gangguan pola makan dan metabolisme tubuh (Sovitriana et al., 2022). Penelitian menunjukkan bahwa dukungan psikososial yang memadai dapat meningkatkan kesejahteraan mental anak, yang pada gilirannya akan berdampak positif pada asupan gizi dan pertumbuhan fisik mereka (Sovitriana et al., 2021).

Kesehatan mental juga memiliki peran penting dalam perkembangan anak dan pencegahan stunting (Wiguna et al., 2022). Anak-anak yang mengalami stres, trauma, atau kondisi mental yang buruk akibat bencana seperti gempa bumi, cenderung memiliki pola makan yang buruk dan kurang menerima nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan optimal (Widiastuti et al., 2023). Trauma psikologis dapat mengganggu fungsi normal otak dan hormon, yang berkontribusi pada gangguan pola makan dan metabolisme tubuh. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan psikososial yang memadai dapat meningkatkan kesejahteraan mental anak, yang pada gilirannya akan berdampak positif pada asupan gizi dan pertumbuhan fisik mereka (Rilla Sovitriana et al., 2024).

Untuk mengatasi masalah ini, intervensi yang komprehensif dan holistik sangat diperlukan. Intervensi yang hanya berfokus pada aspek gizi tanpa memperhatikan kesehatan mental anak tidak akan cukup efektif dalam mengurangi prevalensi stunting (Tyas &

Setyonaluri, 2022). Oleh karena itu, program pencegahan stunting harus mengintegrasikan layanan kesehatan mental, seperti konseling psikologis, dukungan emosional, dan kegiatan yang merangsang perkembangan mental anak (Santosa et al., 2020). Melalui pendekatan ini, diharapkan anak-anak dapat pulih dari trauma pasca bencana dan mendapatkan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. Posyandu sebagai pusat layanan kesehatan di tingkat desa dapat menjadi garda terdepan dalam implementasi intervensi terpadu ini, dengan melibatkan tenaga kesehatan yang terlatih dalam menangani aspek gizi dan mental secara simultan (Rilla Sovitriana et al., 2024).

Posyandu sebagai pusat layanan kesehatan masyarakat di tingkat desa memiliki peran penting dalam pencegahan stunting. Penanganan stunting tidak hanya membutuhkan intervensi gizi tetapi juga perlu memperhatikan aspek kesehatan mental. Observasi awal ini bertujuan untuk memahami kondisi kesehatan mental dan kaitannya dengan stunting pasca gempa, serta merancang intervensi yang tepat melalui Posyandu.

Kondisi pasca bencana ini memperburuk risiko stunting pada anak-anak karena ketidakstabilan kesehatan mental ibu, yang merupakan faktor kunci dalam pengasuhan dan pemberian gizi yang optimal. Oleh karena itu, optimalisasi kesehatan mental ibu-ibu Posyandu menjadi sangat krusial untuk pencegahan stunting pasca gempa (Sovitriana et al., 2024).

Selain itu, dukungan psikososial dan pemulihan trauma menjadi komponen penting dalam penanganan stunting di Cianjur. Intervensi kesehatan mental melalui Posyandu dapat berupa kegiatan bermain terapeutik, sesi konseling, dan dukungan kelompok untuk anak-anak serta orang tua (Wiguna et al., 2022).

Kegiatan ini bertujuan untuk membangun kembali rasa aman dan stabilitas emosional anak-anak. Dengan mengatasi trauma dan stres psikologis, anak-anak diharapkan dapat lebih responsif terhadap intervensi gizi, meningkatkan nafsu makan, dan memperbaiki pola tidur, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan status gizi dan pertumbuhan yang lebih baik (Budilaksono et al., 2023). Program pemulihan yang menyeluruh dan terintegrasi ini tidak hanya fokus pada pemenuhan kebutuhan fisik tetapi juga mendukung kesejahteraan mental anak-anak, yang secara keseluruhan akan membantu mengurangi prevalensi stunting di daerah terdampak gempa.



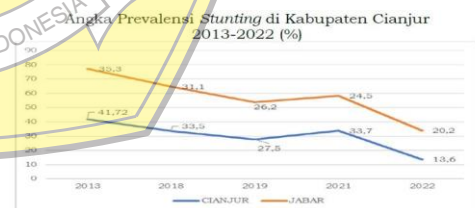
Gambar 2 : Petugas Posyandu sedang melakukan pengukuran anak-anak

Kegiatan ini bertujuan untuk membangun kembali rasa aman dan stabilitas emosional anak-anak. Dengan mengatasi trauma dan stres psikologis, anak-anak diharapkan dapat lebih responsif terhadap intervensi gizi, meningkatkan nafsu makan, dan memperbaiki pola tidur, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan status gizi dan pertumbuhan yang lebih baik (Riajaya & Munandar, 2020). Program pemulihan yang menyeluruh dan terintegrasi ini tidak hanya fokus pada pemenuhan kebutuhan fisik tetapi juga mendukung kesejahteraan mental anak-anak, yang secara keseluruhan akan membantu mengurangi prevalensi stunting di daerah terdampak gempa.

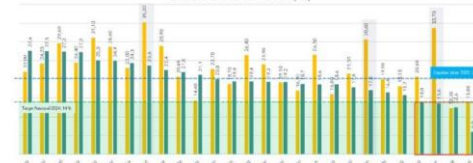


Gambar 1. Infografis Gempabumi Kabupaten Cianjur 2022  
(Sumber : BPBD Kabupaten Cianjur Tahun 2023)

Selain itu, dukungan psikososial dan pemulihan trauma menjadi komponen penting dalam penanganan stunting di Cianjur. Intervensi kesehatan mental melalui Posyandu dapat berupa kegiatan bermain terapeutik, sesi konseling, dan dukungan kelompok untuk anak-anak serta orang tua.



Sumber: Kemenkes, SSGI 2023  
Posisi Relatif Angka Prevalensi Stunting Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Barat Tahun 2022 (%)



Sumber: Kemenkes, SSGI 2023

Gambar 3 : Gambar Grafik Stunting di Kabupaten Cianjur tahun 2013 -2022

Berdasarkan hasil Riskesdas Kementerian Kesehatan, angka kematian di wilayah Cianjur pada tahun 2013 sebesar 41,72%, meningkat sebesar 6,3% dibandingkan tahun 2007 sebesar 35,4%. Pada tahun 2018 hasil dari Survey Status Gizi Indonesiatertjadi penurunan sebesar 8,2% dan 33,5%. Penurunan prevalensi penyakit kronis pada tahun 2018 merupakan kombinasi dari upaya preventif, dan pada tahun 2019 juga mengalami penurunan sebesar 6% dibandingkan tahun 2018. Berdasarkan Survei Gizi Kementerian Kesehatan RI, angka stunting meningkat pada tahun 2021, dengan peningkatan sebesar 6,2% sejak tahun 2019 mencapai 33,7%, Kabupaten Cianjur menduduki peringkat ke-26 (26) tingkat provinsi se-Jawa Barat. Untuk mempercepat penurunan angka kematian berlebih, akan dilakukan langkah-langkah strategis untuk mempercepat penurunan stunting melalui konsep hexahelic hingga tahun 2022, sehingga berdampak pada penurunan angka kelahiran sebesar 20,1% pada tahun 2022, atau sebesar 13,6% pada tahun 2022.



Gambar 4. Petugas di desa Limbangansari

## 2. PERMASALAHAN MITRA

- a. Banyak ibu-ibu di Posyandu di desa Limbangansari tepatnya di Posyandu Melati tepatnya mengalami stres, trauma, dan kecemasan pasca gempa yang mempengaruhi kemampuan mereka dalam memberikan perawatan yang baik kepada anak-anak mereka.
- b. Kurangnya akses terhadap layanan kesehatan mental yang memadai untuk menangani dampak psikologis pasca bencana di Posyandu di desa Limbangansari tepatnya di Posyandu Melati.
- c. Kurangnya pemahaman tentang pentingnya kesehatan mental dalam pencegahan stunting Posyandu di desa Limbangansari tepatnya di Posyandu Melati.
- d. Keterbatasan sumber daya dalam mengadakan program dukungan kesehatan mental yang berkelanjutan di komunitas Posyandu Melati.

### Solusi yang akan dilakukan

- a. Mengadakan pelatihan rutin bagi ibu-ibu Posyandu di desa Limbangansari tepatnya di Posyandu Melati, mengenai manajemen stres, trauma healing, dan pentingnya kesehatan mental. Sesi ini akan melibatkan pakar psikologi untuk memberikan pemahaman mendalam dan praktis.
- b. Menyediakan layanan konseling individual dan kelompok secara berkala untuk membantu ibu-ibu di desa Limbangansari tepatnya di Posyandu Melati mengatasi stres dan trauma pasca bencana. Konseling ini akan dilaksanakan oleh tim psikolog yang berpengalaman.
- c. Melatih kader Posyandu di desa Limbangansari tepatnya di Posyandu Melati agar mampu mendeteksi dan memberikan pertolongan pertama terhadap masalah kesehatan mental di komunitas mereka. Kader juga akan dilatih untuk memberikan edukasi mengenai pentingnya gizi dan kesehatan anak.
- d. Menjalin kerjasama dengan Puskesmas, lembaga kesehatan, dan organisasi non-pemerintah untuk mendukung kelancaran dan keberlanjutan program. Dukungan ini

termasuk fasilitas, tenaga ahli, dan sumber daya lainnya.

tepatnya di Posyandu Melati 1 sampai 13.



Gambar 5 : Kader Posyandu



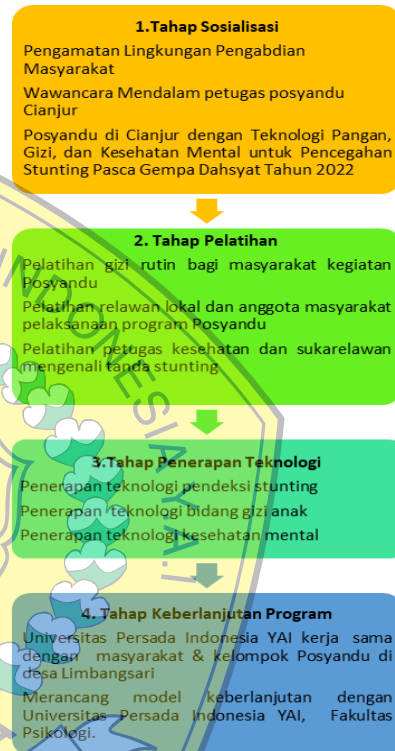
Gambar 6 : Pelaksanaan pengabdian masyarakat

**Tujuan dari pengabdian masyarakat**

- a. Untuk Meningkatkan kesehatan mental ibu-ibu Posyandu Melati melalui intervensi psikologis dan pendidikan.
- b. Mencegah stunting pada anak-anak melalui peningkatan kualitas pengasuhan dan pemberian gizi yang didukung oleh kondisi mental yang sehat di di Posyandu di desa Limbangsari tepatnya di Posyandu Melati.
- c. Menyediakan akses yang lebih baik terhadap layanan kesehatan mental bagi ibu-ibu di wilayah terdampak di Posyandu di desa Limbangsari

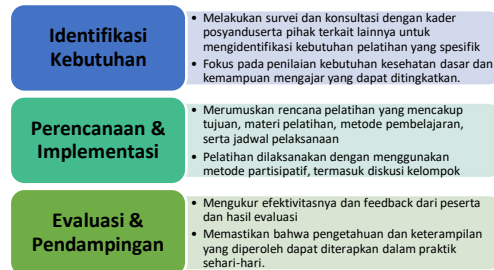
**3. METODELOGI**

Metedologi dalam pengabdian masyarakat ini dijabarkan sebagai berikut:



Gambar 8. Alur metode pelaksanaan pengabdian masyarakat

Metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan



Gambar 9 : Metode Pelaksanaan Kegiatan

Guna pelaksanaan pengabdian masyarakat ini, maka berikut materi yang disampaikan oleh narasumber dalam tahap pelatihan.

	4	2	10%
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>100%</b>	

Tabel 1. Materi Narasumber

No	Nama	Tugas
1.	Dr. Rilla Sovitriana, Psi, M.Si, Psikolog	Ketua Tim Pelaksana dan sebagai narasumber
2.	Dr. Nana Trisnawati, M.M	Pelatihan gizi
3.	Roza Elmanika Putri, S.Psi	Teknologi bidang kesehatan & gizi
4.	Farah Rizki Rahmawan, S.Psi	Teknologi kesehatan mental

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pendampingan dengan ibu-ibu posyandu dijabarkan sebagai berikut :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Karakteristik	F	%
<b>1</b>	<b>Usia</b>	20 -30	5 24%
		31 - 40	8 38%
		41 - 50	8 38%
		<b>Total</b>	<b>21</b>
<b>2</b>	<b>Jumlah anak</b>	1	6 29%
		2	6 29%
		3	7 32%

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa responden dikelompokkan berdasarkan usia dan jumlah anak kandung. Berdasarkan usia, diketahui bahwa rentang usia 20 - 30 terdapat lima orang, usia 31-40 terdapat 8 orang dan dari usia 41-50 terdapa 8 orang. Hal ini, digambarkan bahwa sebagian besar ibu posyandu berusia dari rentang 31-50 tahun.

Berdasarkan jumlah anak, diketahui bahwa ibu posyandu yang baru memiliki satu orang anak sebanyak enam orang. Ibu posyandu yang memiliki dua orang anak sebanyak 6 orang, yang memiliki 3 orang anak terdiri dari 7 orang, dan yang memiliki 4 orang anak terdiri dari 2 orang. Hal ini, dapat diketahui bahwa sebagian besar ibu posyandu memiliki tiga orang anak.

#### *Psychological distress*

Dari pengambilan data terlihat dalam Tabel 1 di bawah ini, 4% responden melaporkan tingkat *psychological distress* yang rendah. 12% responden melaporkan tingkat *psychological distress* yang sedang. 5% responden melaporkan tingkat *psychological distress* yang tinggi. Distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat *psychological distress* yang sedang dan tinggi, meskipun ada juga yang mengalami *distress* yang rendah. Ini menunjukkan variasi dalam tingkat tekanan psikologis di antara ibu-ibu dan kader posyandu di Desa X. *Psychological distress* yang tinggi dan sedang menunjukkan adanya tekanan mental yang signifikan. Berdasarkan literatur, *distress* yang tinggi dapat meningkatkan risiko gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan burnout. *Distress* yang

sedang juga dapat mengganggu kesejahteraan, meskipun mungkin tidak seberat *distress* yang tinggi.

**Tabel 1. Hasil Kategorisasi Psychological distress**

<b>Rendah</b>	<b>&lt;52</b>	<b>4%</b>
<b>Sedang</b>	<b>52-71</b>	<b>12%</b>
<b>tinggi</b>	<b>&gt;71</b>	<b>5%</b>

**Dukungan Sosial (Social Support)**

Pada Tabel 2 dapat dilihat 94% responden merasakan dukungan sosial kategori rendah. 86% responden merasakan dukungan sosial kategori sedang. Hanya 1% responden yang merasakan dukungan sosial kategori tinggi. distribusi ini menunjukkan bahwa mayoritas besar responden merasa mendapatkan dukungan sosial yang rendah. Ini bisa menjadi indikator awal bahwa terdapat masalah dalam jaringan sosial atau sistem dukungan di Desa X.

**Tabel 2. Hasil Kategorisasi Dukungan Sosial (Social Support)**

<b>Rendah</b>	<b>&gt;53</b>	<b>94%</b>
<b>Sedang</b>	<b>53-78</b>	<b>86%</b>
<b>tinggi</b>	<b>&gt;78</b>	<b>1%</b>

**Kualitas Hidup**

Pada tabel tiga 2% responden melaporkan kualitas hidup rendah. Distribusi ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami kualitas hidup sedang. Hanya sebagian kecil yang melaporkan kualitas hidup rendah atau tinggi. Sekitar 6% responden melaporkan kualitas hidup sedang. Sisanya 2% responden melaporkan kualitas hidup tinggi. Berdasarkan literatur psikologi, kualitas hidup yang rendah seringkali berkaitan dengan masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan stres. Kualitas hidup yang sedang mungkin menunjukkan adanya

beberapa masalah, tetapi tidak terlalu berat, sedangkan kualitas hidup yang tinggi biasanya berkaitan dengan kesejahteraan mental yang baik.

**Tabel 3. Hasil Kategorisasi Kualitas Hidup**

<b>Rendah</b>	<b>&lt;70</b>	<b>2%</b>
<b>Sedang</b>	<b>70-97</b>	<b>16%</b>
<b>tinggi</b>	<b>&gt;97</b>	<b>2%</b>

**Resiliensi**

Berdasarkan table 4, sekitar 4 % responden memiliki tingkat resiliensi yang rendah, yang menunjukkan kesulitan dalam mengatasi stres dan tantangan.

Mayoritas responden memiliki tingkat resiliensi yang sedang berkisar 12%, yang menunjukkan kapasitas yang cukup untuk mengatasi stres, meskipun masih memerlukan peningkatan. Sebagian kecil 5% responden memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, yang menunjukkan kemampuan yang baik dalam mengatasi stres dan menjaga kesehatan mental.

**Tabel 4. Hasil Kategorisasi Resiliensi**

<b>Rendah</b>	<b>&lt;52</b>	<b>4%</b>
<b>Sedang</b>	<b>52-75</b>	<b>12%</b>
<b>Tinggi</b>	<b>&gt;75</b>	<b>5%</b>

Hasil analisis ini menunjukkan bahwa ibu-ibu dan kader posyandu di Desa X menghadapi berbagai tantangan dalam hal *psychological distress*, dukungan sosial, kualitas hidup, dan resiliensi. Dukungan sosial yang rendah dan tingkat *psychological distress* yang sedang hingga tinggi adalah faktor utama yang berkontribusi terhadap kesehatan mental yang kurang optimal.





**Gambar 11. Kegiatan di Posyandu Melati dan di sekolah desa Limbangansari, Cianjur**

## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan analisis terhadap kondisi di Posyandu Melati, Desa Limbangansari, diketahui bahwa gempa bumi yang terjadi pada tahun 2022 telah memberikan dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental ibu-ibu di komunitas tersebut. Ibu-ibu yang mengalami stres, trauma, dan kecemasan pasca bencana menghadapi kesulitan dalam memberikan perawatan yang optimal kepada anak-anak mereka. Hal ini meningkatkan risiko terjadinya stunting, yang dapat berdampak pada perkembangan jangka panjang anak-anak.

Selain itu, Posyandu Melati juga menghadapi berbagai kendala dalam menangani dampak psikologis pasca bencana. Kurangnya akses terhadap layanan kesehatan mental yang memadai, kurangnya pemahaman ibu-ibu tentang pentingnya kesehatan mental dalam pencegahan stunting, serta keterbatasan sumber daya untuk mendukung program kesehatan mental yang berkelanjutan menjadi hambatan utama dalam upaya peningkatan kesejahteraan ibu dan anak di wilayah tersebut.

## 6. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih atas pendanaan Kemendikbud Ristek sesuai dengan kontrak pengabdian tahun 2024, untuk semua yang turut terlibat dalam kegiatan PKM optimalisasi pelatihan kader posyandu dalam meningkatkan pendidikan dan kesehatan mental di desa limbangansari wilayah Jawa Barat.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Budilaksono, S., Sovitriana, R., Trisnawati, N., & Maulana, A. (2023). Sosialisasi dan Praktek Pemberdayaan Masyarakat untuk Makanan Olahan Jahe, Digital Marketing dan Legalitas Usaha Baru. *IKRA-ITH ABDIMAS*, 202–206.
- Riajaya, H., & Munandar, A. I. (2020). Strategi Peningkatan Ketahanan Pangan Dalam Meminimalisasi Stunting Di Kabupaten Sukabumi. *Jurnal AGRISEP: Kajian Masalah Sosial Ekonomi Pertanian Dan Agribisnis*, 19(2), 255–274. <https://doi.org/10.31186/jagrisep.19.2.255-274>
- Rilla Sovitriana, Budilaksono, S., Euis Puspita Dewi, Nana Trisnawati, Nurina, N., & Evi Syafrida Nasution. (2024). Pelatihan Perilaku Digital Marketing Ibu-ibu UMKM Produk Ikan Laut dan Olahan Krupuk Di Pantai Carita Kabupaten Pandeglang Banten. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 5(1), 220–228. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v5i1.1353>
- Rita Kirana, Aprianti, N. W. H. (2022). Pengaruh Media Promosi Kesehatan Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pencegahan Stunting Di Masa Pandemi Covid-19 (Pada

- Anak Sekolah Tk Kunci Harapan Banjarbaru). *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(9), 2899–2906.
- Rose, S., & Palattiyil, G. (2020). Surviving or thriving? Enhancing the emotional resilience of social workers in their organisational settings. *Journal of Social Work*, 20(1), 23–42. <https://doi.org/10.1177/1468017318793614>
- Santosa, A. D., Lastariwati, B., Sovitriana, R., Nilawati, E., & Trisnawati, N. (2020). Ketahanan Keluarga Sebagai Pilar Pembangunan (Analisis Kualitatif Menggunakan Nvivo ). *Ikraith-Abdimas*, 3(2), 69–80.
- Sovitriana, R., Budilaksono, S., Dewi, E. P., Nasution, E. S., Trikariastoto, S., Nurina, N., & Kencana, W. H. (2024). Optimalisasi Pelatihan Kader Posyandu dan Guru Dalam Meningkatkan Pendidikan dan Kesehatan Masyarakat Desa Margaluyu, Jawa Barat. *Jurnal Abdi Insani*.
- Sovitriana, R., Gusliana Mais, R., & Sintawati, S. (2023). Pencegahan Stunting Pada Anak di Desa Mekarsari, Bogor: Sebuah Tinjauan Literatur. *Ikra-Ith Abdimas*, 7(3), 239–247. <https://doi.org/10.37817/ikra-ithabdimas.v7i3.3049>
- Sovitriana, R., Ilmi, M., Avicenia, F., Santosa, A. J., & Endri, E. (2022). Mother ' s Emotion Regulation Accompanying Children ' s School from Home Mother ' s Emotion Regulation Accompanying Children ' s School from Home. February.
- Sovitriana, R., Mais, R. G., & Sintawati, S. (2023). Pemberdayaan dan Sosialisasi Kader Pendampingan Keluarga Untuk Mencegah Stunting pada Anak-anak di Desa Mekarsari Bogor. *BERDAYA: Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 153–159. <https://doi.org/10.36407/berdaya.v5i3.1102>
- Sovitriana, R., Pricilia, Y., & Shofiyah, S. (2021). Dukungan Sosial Orang Tua dan Keyakinan Diri dengan Motivasi Berprestasi Siswa Kelas XI di SMK St. Fransiskus 2 Jakarta. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(1), 74–80.
- Sovitriana<sup>1</sup>, R., Ratri, S. <sup>2</sup>, & Kartikaningrum, A. (2021). Hardiness dan Stres Akademik selama Pandemi Covid-19 pada Siswa Kelas XI di SMAN 40 Jakarta. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 11(1), 81–85.
- Tyas, A. P., & Setyonaluri, D. (2022). Association between Maternal Mental Health and Child Stunting in Indonesia. *Kemas*, 17(3), 381–388. <https://doi.org/10.15294/kemas.v17i3.27813>
- Widiastuti, S. H., Siregar, H. K., Pangaribuan, S. M., & Siringoringo, L. (2023). Pendampingan Trauma Healing Pada Masyarakat Yang Terdampak Bencana Gempa Bumi Di Kabupaten Cianjur, Jawa Barat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(2), 1001. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i2.13143>
- Wiguna, A. R., Meigawati, D., & Amirulloh, M. R. (2022). Artikel-Penanggulangan Stunting Sukabumi. *Jurnal Ilmiah Muqoddimah*, 6(1), 28–37.