

PSIKOEDUKASI PERKEMBANGAN ANAK USIA BALITA PADA ORANG TUA DI LEMBAGA PSIKOLOGI PELANGI HARAPAN SUMBAWA

Miftahul Ummah*, Tia Juliana, Aisyah Putri Rawe Mahardika

Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Humaniora, Universitas Teknologi Sumbawa

*Email: miftahulummah924@gmail.com

Naskah diterima: 02-07-2026, disetujui: 28-07-2026, diterbitkan: 30-08-2026

DOI: <http://dx.doi.org/10.29303/jppm.v9i3.12661>

ABSTRACT

The toddler years are a golden age marked by rapid physical, motor, language, cognitive, social, and emotional development. The optimization of child development requires the active involvement of parents through the provision of stimulation, appropriate parenting styles, and warm and responsive interactions. However, the high busyness of working parents causes some children to spend more time in daycare, resulting in a decrease in the intensity of parental guidance. This condition can affect parents' understanding of their child's developmental stages and the appropriate forms of stimulation. This community service activity aims to enhance parents' knowledge about the development of toddlers through a psychoeducational program at the Pelangi Harapan Psychology Institute in Sumbawa. The method used is psychoeducation with a lecture and interactive discussion approach conducted through three stages: pre-test, material presentation, and post-test. The material covers the stages of development for toddlers aged 0–1 year and 2–3 years, developmental screening results using the Pre-Screening Development Questionnaire (KPSP), factors affecting toddler development, and stimulation recommendations that can be applied at home. The results of the activity showed an increase in parents' understanding after participating in the psychoeducation. Parents become more aware of the importance of warm interactions, emotional closeness, developmental stimulation, responsive parenting, balanced nutrition, and intensive communication in supporting the child's language, social, emotional, and cognitive development. This psychoeducational program is expected to raise parents' awareness to actively participate in providing support appropriate to the child's developmental stage, so that the growth and development of toddlers can proceed optimally.

Keywords: *toddlers, pre-developmental screening questionnaire, psychoeducation*

ABSTRAK

Masa balita merupakan periode emas (golden age) yang ditandai dengan perkembangan fisik, motorik, bahasa, kognitif, sosial, dan emosional yang berlangsung sangat pesat. Optimalisasi perkembangan anak memerlukan keterlibatan aktif orang tua melalui pemberian stimulasi, pola asuh yang tepat, serta interaksi yang hangat dan responsif. Namun, tingginya kesibukan orang tua bekerja menyebabkan sebagian anak lebih banyak menghabiskan waktu di daycare sehingga intensitas pendampingan orang tua menjadi berkurang. Kondisi tersebut dapat memengaruhi pemahaman orang tua terhadap tahapan perkembangan anak maupun bentuk stimulasi yang sesuai. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai perkembangan anak usia balita melalui program psikoedukasi di Lembaga Psikologi Pelangi Harapan Sumbawa. Metode yang digunakan adalah psikoedukasi dengan pendekatan ceramah dan diskusi interaktif yang dilaksanakan melalui tiga tahapan, yaitu pre-test, penyampaian materi, dan post-test. Materi mencakup tahapan perkembangan balita usia 0–1 tahun dan 2–3 tahun, hasil skrining perkembangan menggunakan Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP), faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan balita, serta rekomendasi stimulasi yang dapat diterapkan di rumah. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman orang tua setelah mengikuti psikoedukasi. Orang tua menjadi lebih memahami pentingnya interaksi yang hangat, kedekatan emosional, stimulasi perkembangan, pola asuh yang responsif, pemenuhan gizi seimbang, serta komunikasi yang intens dalam mendukung perkembangan bahasa, sosial, emosional, dan kognitif anak. Program psikoedukasi ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran orang tua untuk berperan aktif dalam memberikan pendampingan yang sesuai dengan tahap perkembangan anak sehingga tumbuh kembang balita dapat berlangsung secara optimal.

Kata kunci : balita, kuisisioner pra skrining perkembangan, psikoedukasi

LATAR BELAKANG

Masa balita merupakan salah satu fase paling penting dalam proses tumbuh kembang anak, karena pada masa ini, berbagai potensi dalam diri anak mengalami perkembangan yang sangat pesat (Panggabea et al., 2024). Periode ini sering disebut sebagai masa emas (*golden age*) karena perkembangan fisik, motorik, intelektual, emosional, bahasa, dan sosial berlangsung secara cepat dan signifikan. Pada fase ini, anak sangat membutuhkan stimulasi, perhatian, rasa aman, dan keterlibatan aktif dari orang tua untuk membantu proses perkembangan berjalan secara optimal (Uce, 2022).

Namun, kondisi sosial saat ini menunjukkan bahwa banyak orang tua memiliki kesibukan pekerjaan yang cukup tinggi sehingga waktu kebersamaan bersama anak menjadi terbatas. Berdasarkan hasil observasi di Lembaga Psikologi Pelangi Harapan Sumbawa, ditemukan bahwa sebagian anak usia balita lebih banyak menghabiskan waktu di *daycare* atau berada dalam pengasuhan pengganti karena orang tua bekerja. Selain itu, ditemukan pula beberapa kondisi yang sering muncul pada anak usia balita seperti keterlambatan bicara, ledakan emosi berlebihan, kesulitan bersosialisasi, serta kurang fokus.

Meskipun *daycare* dapat membantu dalam pengawasan anak, peran emosional dan kedekatan orang tua tetap tidak dapat tergantikan sepenuhnya. Anak tetap membutuhkan interaksi langsung, perhatian, komunikasi yang responsif, dan kehadiran emosional dari orang tua sebagai fondasi utama perkembangannya (Tahirah et al., 2024).

Hal ini diperkuat oleh penelitian dari Tanjung & Kamtini (2023) bahwa perkembangan pada masa balita dipengaruhi oleh kualitas hubungan yang terjalin antara orang tua dan anak dapat membantu anak

membangun rasa percaya, baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap orang lain. Selain itu, hasil penelitian oleh Sholikha et al. (2021) bahwa kualitas interaksi orang tua dan anak yang semakin sering dilakukan akan mendukung perkembangan emosional anak dengan baik.

Dalam proses tumbuh kembang anak, orang tua harus sadar dan memberikan perhatian penuh serta memiliki pemahaman tentang bagaimana pentingnya peran orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak sehingga mampu mendampingi anak dalam segala aspek perkembangan dan pertumbuhannya (Munna et al., 2021).

Keterlibatan orang tua dibutuhkan oleh anak untuk dapat menyesuaikan diri di lingkungan sosial, penerimaan diri, serta perkembangan emosional yang baik (Tahirah et al., 2024). Kurangnya keterlibatan orang tua dalam kehidupan anak – anak sehari-hari, dapat berdampak pada perkembangan emosional dan sosial anak (Wiyono et al., 2024). Anak yang kurang memperoleh perhatian dan pendampingan yang optimal berisiko mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi, membangun interaksi sosial, mengelola perilaku, hingga menunjukkan tanda-tanda hambatan perkembangan tertentu (Izzati et al., 2024). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan orang tua tentang perkembangan anak adalah dengan psikoedukasi.

Psikoedukasi adalah intervensi psikologi dan pendidikan yang diberikan dalam bentuk informasi untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan diri secara psikologis (Lara et al., 2025). Pemberian psikoedukasi pada orangtua anak usia balita dapat meningkatkan pengetahuan dalam memahami tahapan perkembangan anak yang dapat menumbuhkan kesadaran peran orang tua dalam pengasuhan dan pendampingan pada anak usia balita untuk

membentuk dan mendukung perkembangan yang sehat (Muid et al., 2023).

Oleh karena itu, psikoedukasi perlu dilakukan pada orang tua yang memiliki waktu terbatas dengan anak. Psikoedukasi bertujuan untuk membantu meningkatkan pemahaman orang tua anak usia balita tentang perkembangan anak usia balita sehingga orang tua mampu memberikan pola pengasuhan yang sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangan anak, menciptakan lingkungan yang aman, suportif, dan stimulatif untuk membantu mengoptimalkan pertumbuhan, perkembangan emosi, sosial, kognitif, serta perilaku anak pada masa balita. Berdasarkan hal tersebut, maka dilakukan program psikoedukasi pada orang tua balita *daycare* Lembaga Psikologi Pelangi Harapan.

METODE PELAKSANAAN

Psikoedukasi orang tua balita dilakukan dengan berceramah menggunakan *pre-test* dan *post-test*. Orang tua yang diberikan psikoedukasi adalah orang tua dari anak – anak yang dititipkan di *daycare* Lembaga Psikologi Pelangi Harapan. Setiap keluarga diberikan psikoedukasi dengan 3 tahap proses pelaksanaan.

1. *Pre-test*

Tahap pertama kegiatan diawali dengan proses pendekatan kepada orang tua agar orang tua merasa lebih terbuka dan siap mengikuti rangkaian kegiatan psikoedukasi. Selanjutnya, orang tua diberikan beberapa pertanyaan dalam bentuk *pre-test* terkait pemahaman mengenai tahapan perkembangan anak serta faktor – faktor yang dapat mempengaruhi proses perkembangan anak. Hasil *pre-test* kemudian akan dibandingkan dengan hasil *post-test* yang dilakukan setelah kegiatan berlangsung sebagai bentuk evaluasi terhadap efektivitas program psikoedukasi.

2. Pemberian Psikoedukasi

Pada tahap selanjutnya, orang tua diberikan psikoedukasi mengenai perkembangan anak. Materi yang diberikan mencakup pemahaman mengenai tahapan perkembangan anak usia balita serta rekomendasi bentuk pendampingan yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak. Kemudian penyampaian hasil observasi perkembangan menggunakan alat skrining Kuisisioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP) yang di dalamnya berisi kesimpulan mengenai apakah perkembangan anak sesuai dengan usianya atau terdapat indikasi keterlambatan perkembangan (Noprida et al., 2022).

Pelaksanaan psikoedukasi dilakukan melalui metode ceramah yang disertai dengan sesi diskusi terbuka agar kegiatan berlangsung lebih interaktif. Melalui sesi tersebut, orang tua diberikan kesempatan untuk bertanya, menyampaikan pendapat, serta berbagi pengalaman terkait berbagai permasalahan yang dialami selama proses mengasuh, mendampingi, dan mendidik anak usia balita.

3. *Post-test*

Setelah penyampaian psikoedukasi, orang tua diberikan *post-test* untuk mengetahui perubahan pemahaman terkait perkembangan anak dan faktor – faktor yang mempengaruhi perkembangan anak setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi. Hasil *post-test* menunjukkan keberhasilan dari program yang dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan psikoedukasi mengenai perkembangan anak usia balita yang dilaksanakan kepada orang tua di Lembaga Psikologi Pelangi Harapan Sumbawa diawali dengan pemberian *pre-test* untuk mengetahui tingkat pemahaman awal orang tua mengenai perkembangan anak. Berdasarkan hasil *pre-test*, secara umum sebagian besar orang tua telah memiliki pemahaman dasar mengenai tahapan perkembangan anak. Hal tersebut

dipengaruhi oleh pengalaman orang tua dalam mengasuh anak sebelumnya, sehingga mereka telah memiliki gambaran mengenai perkembangan anak pada usia balita.

Meskipun demikian, masih terdapat beberapa orang tua yang belum memahami secara optimal mengenai perkembangan anak dan masih berada dalam tahap belajar dalam memberikan stimulasi yang sesuai untuk mendukung perkembangan anak. Selain itu, beberapa orang tua juga belum memahami tanda – tanda keterlambatan perkembangan serta faktor – faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan anak, sehingga tidak mengetahui apakah perkembangan anak telah sesuai dengan usianya atau belum.

Hasil diskusi selama kegiatan psikoedukasi menunjukkan bahwa kondisi tersebut menyebabkan sebagian orang tua merasa bingung ketika menghadapi perilaku anak dalam kehidupan sehari-hari. Di sisi lain, keterbatasan waktu karena kesibukan bekerja membuat beberapa orang tua lebih banyak menitipkan anak di *daycare*, sehingga intensitas pendampingan bersama anak menjadi berkurang. Kondisi ini menyebabkan orang tua tidak sepenuhnya mengetahui proses perkembangan anak secara langsung.

Pendampingan yang kurang optimal tersebut ditemukan berkaitan dengan munculnya beberapa permasalahan pada anak, seperti perilaku temper tantrum, kemampuan sosial yang masih kurang berkembang, serta kemandirian yang belum sesuai dengan tahap perkembangannya.

Berdasarkan hasil tersebut, kegiatan psikoedukasi difokuskan pada pemberian pemahaman mengenai konsep dasar perkembangan anak usia balita. Materi yang diberikan meliputi tahapan perkembangan anak usia 0–1 tahun dan 2–3 tahun, yang disesuaikan dengan rentang usia anak di Lembaga Psikologi Pelangi Harapan Sumbawa, di mana usia

tertinggi anak balita yang mengikuti kegiatan adalah 3 tahun, serta faktor – faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan balita.

Selama proses psikoedukasi, orang tua juga memperoleh penjelasan mengenai hasil observasi perkembangan anak masing-masing berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan menggunakan Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP). Penjelasan diberikan mengenai aspek-aspek perkembangan yang telah berkembang dengan baik maupun aspek yang masih membutuhkan perhatian atau pendampingan yang lebih intens seperti permasalahan pada aspek sosial, komunikasi, dan kemandirian. Setelah penyampaian hasil perkembangan anak, orang tua diberikan rekomendasi serta bentuk-bentuk stimulasi yang dapat diterapkan di rumah sebagai upaya untuk mendukung perkembangan anak sesuai dengan kebutuhannya.

Psikoedukasi yang diberikan kepada orang tua balita menjadi upaya untuk meningkatkan pemahaman yang lebih baik mengenai tahapan perkembangan anak, mampu mengenali apabila terdapat keterlambatan perkembangan sejak dini, serta memiliki pengetahuan mengenai bentuk pendampingan dan stimulasi yang sesuai agar perkembangan anak dapat berlangsung secara optimal.

a. Perkembangan Anak Usia 0-1 Tahun

Usia 0–1 tahun merupakan periode bayi (*infancy*) yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan yang berlangsung sangat pesat dibandingkan dengan tahap perkembangan berikutnya (Azijah and Adawiyah 2020). Pada masa ini, bayi mengalami kemajuan yang signifikan pada berbagai aspek perkembangan, meliputi kemampuan motorik, bahasa, kognitif, serta sosialisasi dan kemandirian (Kemenkes 2024).

Sesuai dengan aspek yang dinilai dalam KPSP, karakteristik perkembangan bayi usia 0–1 tahun meliputi beberapa kemampuan.

Pertama, perkembangan motorik kasar yang ditandai dengan kemampuan mengangkat kepala, berguling, duduk, merangkak, berdiri, hingga berjalan sesuai dengan tahapan usianya. Kedua, perkembangan motorik halus yang ditunjukkan melalui kemampuan meraih dan memegang benda, memindahkan benda dari satu tangan ke tangan lainnya, serta mulai mengeksplorasi lingkungan menggunakan koordinasi tangan dan mata. Selain perkembangan motorik, bayi juga mengalami perkembangan pada aspek bahasa dan komunikasi. Pada masa ini bayi mulai memberikan respons terhadap suara, mengoceh (*babbling*), mengenali suara orang tua, hingga secara bertahap mengucapkan kata-kata sederhana menjelang usia satu tahun (Kemenkes 2022).

Aspek sosial juga mulai berkembang sejak awal kehidupan. Bayi mulai menunjukkan kontak sosial melalui senyuman, tatapan mata, meniru ekspresi wajah, merespons ajakan bermain, serta menunjukkan ketertarikan terhadap orang-orang di sekitarnya (Bancin et al., 2023).

Meskipun temper tantrum umumnya belum muncul pada usia ini, bayi mulai belajar mengenali emosi, membangun rasa aman (*secure attachment*), serta mengembangkan kemampuan sosial sebagai dasar perkembangan pada tahap selanjutnya (Elfira et al., 2022). Bentuk stimulasi yang dapat dilakukan meliputi :

1. Melakukan kontak mata, tersenyum, mengajak berbicara, bernyanyi, dan membacakan cerita sederhana untuk mendukung perkembangan sosial dan komunikasi.
2. Mengajak bayi bermain permainan interaktif, seperti cilukba, tepuk tangan, atau meniru ekspresi wajah.
3. Memberikan kesempatan kepada bayi untuk bereksplorasi dengan mainan yang aman dan

- sesuai untuk menumbuhkan rasa ingin tahu
4. Membiasakan rutinitas harian dengan waktu yang konsisten, seperti makan, tidur, dan bermain.
 5. Melatih kemandirian melalui aktivitas sederhana, seperti memegang botol, mengambil mainan, atau mulai makan sendiri menjelang usia satu tahun.
 6. Memberikan pujian, senyuman, pelukan, dan sentuhan positif setiap kali bayi menunjukkan kemampuan baru untuk meningkatkan rasa percaya diri.

b. Perkembangan Anak Usia 2 – 3 tahun

Usia 2–3 tahun merupakan periode balita yang ditandai dengan anak semakin aktif mengeksplorasi lingkungan, memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, serta mulai menunjukkan peningkatan kemampuan berpikir, berkomunikasi, dan berinteraksi dengan orang lain (Sukatini et al., 2023).

Dalam KPSP, perkembangan anak usia 2–3 tahun pada aspek motorik kasar, anak mulai mampu berlari dengan lebih seimbang, menaiki dan menuruni tangga secara bertahap, melompat, menendang bola, serta melakukan aktivitas fisik lainnya dengan koordinasi tubuh yang semakin baik. Pada aspek motorik halus, anak mulai menunjukkan kemampuan menyusun balok, mencoret atau menggambar garis sederhana, membuka dan menutup wadah, memegang alat tulis dengan lebih baik, serta melakukan aktivitas yang memerlukan koordinasi tangan dan mata (Kemenkes 2022).

Pada aspek bicara dan bahasa, kemampuan komunikasi anak berkembang dengan pesat. Anak mulai mampu memahami instruksi sederhana, menyebutkan nama benda di sekitarnya, menyusun kalimat sederhana yang terdiri atas dua hingga tiga kata, mengajukan pertanyaan, serta mengungkapkan keinginan, perasaan, dan pikirannya melalui komunikasi verbal (Priyani et al., 2019).

Sementara itu, pada aspek sosial dan kemandirian, anak mulai belajar berinteraksi dengan orang lain, meniru perilaku orang dewasa, bermain bersama teman sebaya (Putra, 2022). Anak juga mulai memiliki keinginan yang kuat untuk mandiri, tetapi kemampuan anak dalam mengendalikan emosi serta kemampuan berkomunikasi masih berkembang (Gandini, et al. 2024). Temper tantrum merupakan perilaku yang dapat muncul ketika anak merasa frustrasi, lelah, lapar, atau kesulitan mengungkapkan keinginannya (Wiguna & Tridiyawati, 2022). Stimulasi yang dapat diberikan pada anak usia 2-3 tahun meliputi :

1. Memberikan kesempatan kepada anak untuk memilih di antara dua pilihan sederhana, misalnya memilih pakaian atau camilan sehat, sehingga anak belajar mengambil keputusan dan merasa dihargai.
2. Membantu anak mengenali serta menyebutkan emosinya dengan kalimat sederhana, seperti "Kamu marah karena mainannya diambil", sehingga anak dapat belajar mengekspresikan perasaannya dengan tepat.
3. Menghadapi temper tantrum dengan tetap tenang, mendampingi hingga emosi anak mereda, kemudian mengajak berdiskusi mengenai perasaannya.
4. Mengajarkan anak menunggu giliran, berbagi mainan, dan bermain bersama teman sebaya untuk meningkatkan kemampuan sosial serta mengembangkan kontrol diri.
5. Membacakan buku cerita yang menggambarkan berbagai emosi dan perilaku positif agar anak belajar mengenali perasaan dirinya maupun orang lain.
6. Membiasakan anak melakukan aktivitas sehari – hari secara mandiri sesuai kemampuannya, seperti makan sendiri, mencuci tangan, merapikan mainan, memakai pakaian, serta membantu

membereskan barang setelah digunakan.

7. Memberikan pujian terhadap usaha yang dilakukan anak, sehingga anak terdorong untuk terus mencoba dan menjadi lebih percaya diri .
8. Menerapkan aturan yang sederhana, konsisten, dan mudah dipahami agar anak belajar mengenali batasan perilaku yang diharapkan.
9. Membatasi penggunaan gawai dan memperbanyak aktivitas bermain bersama orang tua

Adapun faktor – faktor yang mempengaruhi perkembangan balita diantaranya :

a. Stimulasi Perkembangan

Stimulasi adalah rangsangan yang membantu anak belajar melalui berbagai aktivitas sederhana, seperti mengajak berbicara, bermain bersama, membaca buku cerita, bernyanyi, menggambar, atau melibatkan anak dalam kegiatan sehari-hari. Anak yang memperoleh stimulasi secara rutin dan sesuai dengan usianya cenderung memiliki perkembangan bahasa, motorik, kognitif, serta sosial-emosional yang lebih optimal. Sebaliknya, kurangnya stimulasi dapat meningkatkan risiko keterlambatan perkembangan (Priyani et al., 2019).

b. Interaksi Orang Tua dengan Anak

Salah satu kebutuhan utama balita adalah interaksi yang hangat dengan orang tuanya. Luangkan waktu untuk berbicara, mendengarkan cerita anak, membaca buku bersama, bermain, atau sekadar memeluk dan memberikan perhatian. Interaksi yang hangat dapat membantu perkembangan bahasa, kemampuan berpikir, keterampilan sosial, dan kedekatan emosional antara orang tua dan anak. Anak yang sering diajak berkomunikasi juga cenderung memiliki kosakata yang lebih banyak dan lebih mudah mengekspresikan perasaannya (Black, et al. 2017).

c. Pola Asuh

Pola asuh yang diterapkan di rumah memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan anak. Anak membutuhkan orang tua yang mampu memberikan kasih sayang, perhatian, aturan yang konsisten, serta kesempatan untuk belajar mandiri (Chotimah et al., 2025). Pola asuh yang hangat dan responsif membantu anak merasa aman sehingga lebih percaya diri dalam belajar dan berinteraksi dengan lingkungan. Sebaliknya, pola asuh yang terlalu keras, kurang memberikan perhatian, atau tidak konsisten dapat memengaruhi perkembangan emosi maupun perilaku anak (Desty et al., 2023).

d. Status Gizi

Perkembangan anak tidak dapat dipisahkan dari pemenuhan kebutuhan gizinya. Asupan makanan yang bergizi seimbang membantu pertumbuhan tubuh, perkembangan otak, serta meningkatkan kemampuan anak untuk belajar dan bermain. Kekurangan zat gizi dalam waktu yang lama dapat memengaruhi perkembangan fisik maupun kemampuan berpikir anak (Saputo et al., 2020). Penting bagi orang tua untuk memastikan anak memperoleh makanan yang beragam, mengandung karbohidrat, protein, lemak sehat, vitamin, dan mineral untuk mendukung perkembangan anak sesuai dengan usianya (Makrufiyani et al., 2020)



Gambar 1. Psikoedukasi Orang Tua

Setelah pemberian psikoedukasi, hasil post-test menunjukkan peningkatan pemahaman orang tua tentang konsep dasar dan tahapan perkembangan balita, serta pemahaman akan faktor – faktor yang dapat

mempengaruhi perkembangan balita. Selain itu, adanya upaya orang tua dalam mendampingi dan mendukung perkembangan anak dengan lebih baik.

a. Peningkatan pemahaman orang tua tentang pentingnya interaksi dalam mendukung perkembangan sosial anak

Orang tua menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pentingnya interaksi yang intens, hangat, dan responsif dengan anak. Orang tua menyadari bahwa komunikasi sehari-hari, seperti mengajak anak berbicara, mendengarkan cerita anak, bermain bersama, serta memberikan perhatian secara penuh, merupakan bentuk stimulasi yang berperan penting dalam mendukung perkembangan bahasa, komunikasi, dan sosial anak. Interaksi yang berkualitas membantu anak belajar membangun rasa percaya diri, serta mendukung perkembangan kemampuan sosial anak sejak dini (Tanjung & Kamtini, 2023)

b. Peningkatan pemahaman orang tua tentang kedekatan emosional dalam mendukung perkembangan emosional anak

Orang tua yang mulai memahami bahwa kedekatan emosional dengan anak merupakan salah satu faktor penting dalam membantu anak belajar mengelola emosinya.

Kualitas hubungan emosional antara orang tua dan anak serta cara orang tua merespons emosi anak berperan penting dalam perkembangan kemampuan regulasi emosi. Pendampingan yang hangat disertai batasan yang konsisten membantu mengurangi perilaku tantrum sekaligus mengembangkan pengendalian diri pada anak (Hidayani & Setiawati, 2025).

c. Peningkatan pemahaman peran orang tua dalam mendukung perkembangan bahasa dan komunikasi anak

Orang tua mulai memahami bahwa mengajak anak berbicara, memberikan respons terhadap celotehan anak, membacakan buku cerita, bernyanyi, serta melibatkan anak dalam percakapan sederhana merupakan bentuk stimulasi yang dapat memperkaya kosakata, meningkatkan kemampuan komunikasi, serta mendukung perkembangan bahasa sesuai dengan tahapan usianya.

Frekuensi percakapan timbal balik antara orang tua dan anak berhubungan dengan perkembangan bahasa serta aktivasi area otak yang mendukung kemampuan berbahasa pada anak usia dini (Wiyono et al., 2024).

- d. Peningkatan pemahaman orang tua tentang pengaruh asupan makanan terhadap perkembangan anak

Melalui psikoedukasi, orang tua memahami bahwa makanan yang dikonsumsi anak tidak hanya berpengaruh terhadap pertumbuhan fisik, tetapi juga berperan dalam perkembangan fungsi kognitif dan perilaku anak. Asupan gizi yang seimbang mendukung perkembangan otak sehingga membantu kemampuan belajar, konsentrasi, dan pengendalian emosi (Diana, 2010). Sebaliknya, pola makan yang kurang baik dapat memengaruhi fungsi kognitif dan perilaku anak, termasuk meningkatkan risiko munculnya masalah regulasi emosi (Naysilla et al., 2025).

- e. Peningkatan pemahaman orang tua tentang pola asuh dan keteladanan orang tua

Orang tua semakin memahami bahwa pola asuh yang diterapkan serta perilaku yang ditunjukkan dalam kehidupan sehari-hari akan menjadi contoh bagi anak. Anak usia dini belajar melalui proses meniru perilaku orang-orang yang berada di sekitarnya, terutama orang tua

(Cahyani & Putrianti, 2021). Sikap, cara berbicara, cara menyelesaikan masalah, maupun cara mengelola emosi yang diperlihatkan orang tua akan menjadi model perilaku yang cenderung diikuti oleh anak (Uce, 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Program psikoedukasi mengenai perkembangan anak usia balita di Lembaga Psikologi Pelangi Harapan Sumbawa berhasil meningkatkan pemahaman orang tua mengenai tahapan perkembangan anak, faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan, serta pentingnya stimulasi, pola asuh yang positif, interaksi yang hangat, dan pemenuhan gizi dalam mendukung tumbuh kembang anak. Selain itu, orang tua menjadi lebih mampu mengenali kebutuhan perkembangan anak dan memahami bentuk pendampingan yang sesuai dengan usianya.

Program psikoedukasi diharapkan dapat dilaksanakan secara berkala dengan materi yang lebih beragam sesuai kebutuhan orang tua. Selain itu, diperlukan kolaborasi yang berkelanjutan antara orang tua, psikolog, dan tenaga pendidik agar stimulasi dan pendampingan yang diberikan kepada anak dapat berlangsung secara konsisten, baik di daycare maupun di rumah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksanaan psikoedukasi melibatkan banyak pihak yang telah memberikan kesempatan dan dukungan penuh kepada kami sejak program direncanakan hingga berakhir dengan sukses. Oleh karena itu, kami sebagai penulis mengucapkan terima kasih kepada Supervisor dan Unit Lembaga Psikologi Pelangi Harapan Sumbawa yang telah memberikan kesempatan untuk dapat berinteraksi langsung dengan balita dan orang tua balita. Kami juga menyampaikan rasa

terima kasih kepada orang tua balita yang telah bersedia mendengarkan kami juga memberikan kami kepercayaan dengan berbagi pengalaman, serta berdiskusi selama program berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Azijah, Izattul, and Asyifa Robiatul Adawiyah. 2020. *Pertumbuhan dan Perkembangan Anak (Bayi, Balita, dan Usia Prasekolah)*. Bogor: Lintan Bestari
- Bancin, W. E., Viana Boangmanalu, O., Moi, S., Manik, G., Berutu, D., Solin, L. W., Naibaho, D., Agama, I., & Tarutung, K. N. (2023). Analisis Perkembangan Fisik, Psikologi, dan Sosial Pada Fase Balita Hingga Lansia. In *JIMU: Jurnal Ilmiah Multi Disiplin* (Vol. 02, Number 01). JIMU.
- Black, Maureen M, Susan P Walker, Lia C.H. Fernald, Christopher T. Andersen, Ann M. Digirolamo, and Chun Ling Lu. 2017. "Early childhood development coming of age : science through the life course." *Journal The Lancet* 77-90.
- Cahyani, B. H., & Putrianti, F. G. (2021). *Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Pemahaman Ibu Dalam Pengasuhan Positif*. 3(1).
- Chotimah, C., Arum Sari, S., Zulfah, A., Melinia Enjela, A., & Hisommudin, M. (2025). *Parenting Education (Positive Parenting Untuk Buah Hati Tercinta Di Era Digital)* (Vol. 6, Number 2).
- Desty, I. C., Abdiana, A., Mariati, U., Rahmi, L., & Oktova, R. (2023). The Relationship between Parenting and Stimulation with The Development of Toddlers Aged 1-3 Years. *Jurnal Kebidanan*, 13(2), 123–130.
- Diana, F. M. (2010). *Pemantauan Perkembangan Anak Balita*.
- Elfira, D., Ramadhanti, P., Ningsih. Syulistia Ayu, & Khadijah. (2022). *Deteksi Tumbuh Kembang Anak Menggunakan KPSP* (Vol. 4).
- Gandini, Ansi Lis Garming, A. Ummu Salmah, Stang, A. Arsunan Arsin, and Anwar Mallongi. 2024. "The Role of Parents in Monitoring the Growth and Development of Toddlers : A Systematic Review." *A Multifaceted Journal in the field of Natural Products and Pharmacognosy* 682-686.
- Hidayani, A. W., & Setiawati. (2025). Hubungan Antara Perhatian Orang Tua Dengan Perkembangan Sosial Emosional Anak 3-4 Tahun Di RT 03 RW 06 Belakang TVRI Kelurahan KPIK Kota Padang. *Jurnal Family Education*, 5(2), 261–267.
- Izzati, N., Namira, A., Ramadhani, N., & Fidrayani. (2024). *Hubungan Pola Asuh Orangtua terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini*.
- Kemenkes. 2024. *Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes. 2022. *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Lara, P. L., Gindalasari, P., & Mahardika, A. P. R. (2025). Psikoedukasi Kesehatan Mental pada Caregiver Pasien Jiwa Rawat Inap di Poli Jiwa RSUD Sumbawa Besar. *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 8(2), 272–279.
- Makrufiyani, D., Arum, D. N. S., & Setiyawati, N. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Perkembangan Balita Di Sleman Yogyakarta. *JURNAL NUTRISIA*, 22(1), 23–31.
- Muiid, A. G., Ababil, B., Betha, B. R., Arfian, Syach, A., Mulyawardhana, Anastasya, Z., & Zuhri, A. M. (2023). Sosialisasi Parenting dan Psikologi Perkembangan Anak. In *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* (Vol. 1, Number 2).
- Munna, Z. N., Wijayanti, A., & Tanto, O. D. (2021). Peran Pola Komunikasi Orang Tua terhadap Perkembangan Emosi Anak Usia 4-5 di Masa New Normal. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 401–409.
- Naysilla, A., Putri, T., Ulandari, D., & Suraya, R. (2025). Analisis Perilaku Makan Pada Anak Balita Dan Implikasinya Terhadap Status Gizi Di Kelurahan Kotamatsum IV

- Medan, Sumatera Utara. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan*, 01, 237–244.
- Noprida, D., Polapa, D., Imroatun, T., Agustia, W., Sutini, T., Heny Purwati, N., & Apriliawati, A. (2022). *Pengaruh Pelatihan Kader Posyandu Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Skrining Pertumbuhan dan Perkembangan Balita dengan KPSP Wilayah Pasar Rebo*.
- Panggabean, B., Manurung, S., Pane, Y., Sitorus, D., Munthe, P., Sinaga, W., Bakkara, A., & Naibaho, D. (2024). Psikologi Perkembangan Anak Usia Balita-Lansia Pada Studi Kasus Yang Ada Di Masyarakat Sekitaran Parongil Dairi. *Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 3(3).
- Priyani, H. L., Gantini, D., & Khairiyah, I. (2019). The Relationship Between The Implementation Of Stimulations By Parents And The Development Of Toddler Aged 24-36 Months. In *Midwifery And Nursing Research (Manr) Journal* (Vol. 1, Number 2).
- Putra, W. (2022). Cognitive Development in the Golden Ages. *Journal of Educational Analytics*, 1(3), 215–224.
- Saputo, H., Fazrin, I., & Yalastyarini, E. A. (2020). The Correlation Between Stimulation, Nutritional Status and Child Development. *Jurnal Ners*, 15(2), 2020.
- Sholikha, J., Irwanto, I., & Fardana N, N. A. (2021). Kualitas Interaksi Orang Tua Dan Anak Terhadap Perkembangan Emosional Anak. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 3(3), 243–248.
- Sukatin, Mutaqin, K., Astuti, P., Widiyansih, W., & Putri, Y. (2023). Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, (3), 186–194.
- Tahirah, I., Ismawati, Megawati, Herman, & Rusmayadi. (2024). Pentingnya Peran Orangtua Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Usia Dini*, 10(1), 19–26.
- Tanjung, E. Y., & Kamtini. (2023). Peranan Orang Tua Terhadap Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Paedagogi: Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan (e-Journal)*, 9(2), 253–261.
- Uce, L. (2022). The Golden Age : Masa Efektif Merancang Kualitas Anak. *Jurnal Pendidikan Anak*.
- Wiguna, A. A., & Tridiyawati, F. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua terhadap Perkembangan Anak. *Malahayati Nursing Journal*, 4(9), 2410–2422.
- Wiyono, G. H., Hendriani, W., Yoenanto, N. H., & Paramita, P. P. (2024). Peran Orang Tua terhadap Perkembangan Bahasa pada Anak dengan Usia Golden Age. *Jurnal Pendidikan Anak*, 13(1), 60115.