

# **MINDFULNESS PARENTING CEGAH STUNTING (MPCS) UNTUK MENINGKATKAN POLA ASUH**

**Rina Nursanti<sup>1</sup>, Dian Lestari<sup>2</sup>, Rosnani<sup>3</sup>, Rosyati Pastuty<sup>4</sup>, Aisyah Alhaura Gibrata<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Poltekkes Kemenkes Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia

<sup>5</sup> Universitas Airlangga, Jawa Timur, Indonesia

rinanursanti@poltekkespalembang.ac.id

## **ABSTRACT**

**Background:** Modules have several advantages, such as being self-instructional, self-contained, standalone, adaptive, and user-friendly, making them valuable as learning media for parents. The Mindfulness Parenting Prevent Stunting (MPCS) module developed in this study is an innovative effort to improve parenting quality by focusing on mindfulness in parenting, emotional awareness, and wise responses. It aims to strengthen the relationship between parents and children to support healthy growth and development, thereby helping to prevent stunting. **Method:** This study used a Research and Development (R&D) approach based on the ADDIE model, developed by Robert Maribe Branch in 1975, which consists of five stages: Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation. **Results:** The module was assessed through expert validation and small-scale testing. It received an 84.46% rating from media experts (considered fairly valid with minor revisions), 100% from subject matter experts (very valid), and 94.67% from small-scale tests (very valid). **Conclusion:** The development of the MPCS module to improve parenting is worthwhile and recommended for use.

**Keywords:** mindfulness parenting, module development, prevent stunting

## **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Beberapa keunggulan modul seperti *self-instruction*, *self-contained*, *stand alone*, *adaptive*, dan *user friendly* layak untuk dikembangkan sebagai media pembelajaran orang tua. Modul *Mindfulness Parenting Cegah Stunting* (MPCS) yang dikembangkan dalam penelitian ini merupakan upaya inovatif dalam meningkatkan kualitas pola asuh orang tua karena fokus pada kesadaran dalam pengasuhan, menghadirkan emosi, dan respons yang bijak dalam pengasuhan. Sehingga dapat memperkuat hubungan orang tua dan anak dalam mendukung tumbuh kembang yang sehat untuk mencegah stunting. **Metode:** Menggunakan *Research and Development* (R&D) dengan model pengembangan ADDIE yang dikembangkan Robert Maribe Branch tahun 1975, terdiri dari 5 tahapan (*Analyze, Design, Develop, Implementation, and Evaluation*). **Hasil:** Penilaian modul didasarkan pada validasi para ahli dan uji skala kecil, yaitu ahli media 84,46% (cukup valid digunakan dengan revisi kecil), ahli materi 100% (sangat valid), dan uji skala kecil 94,67% (sangat valid). **Kesimpulan:** Pengembangan modul MPCS untuk meningkatkan pola asuh layak untuk digunakan.

**Kata kunci:** cegah stunting, mindfulness parenting, pengembangan modul

## **PENDAHULUAN**

Indonesia masih menghadapi persoalan gizi yang berimbas terhadap kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). WHO (2022) memperkirakan prevalensi stunting pada balita di seluruh dunia pada tahun 2022 mencapai 22,3%. Sedangkan di Indonesia, prevalensi stunting pada tahun yang sama menunjukkan angka 21,6% ((SSGI, 2022). Meskipun menurun, angka tersebut masih tinggi, mengingat target prevalensi stunting di Indonesia tahun 2024 sebesar 14%. Tingkat malnutrisi anak di Indonesia masih tinggi di dunia, 3 dari 10 anak mengalami stunting. Variasi kejadian stunting antar provinsi di

Indonesia pada tahun 2022 pun sangat mencolok dari terendah di Bali sebesar 8,0% dan yang tertinggi di Sulawesi Barat sebesar 30,0%. Sumatera Selatan menduduki peringkat ke-26 dengan kasus 18,6% dan kota Palembang berada di urutan empat terendah sebesar 14,3% (Kemenkes RI, 2022).

Terkait hal diatas, pemerintah telah mengeluarkan Peraturan Presiden (Perpres) nomor 72 tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting. Perpres tersebut bertindak sebagai dasar hukum bagi Strategi Nasional (Stranas) diantaranya Intervensi prioritas dengan Intervensi spesifik meliputi (1) Kecukupan asupan makanan dan gizi; (2) Pemberian makan, perawatan dan pola asuh; dan (3) Pengobatan infeksi/penyakit (Kemsetneg RI, 2021).

Soliman et al., (2021) mengutarakan, bahwa stunting pada anak merupakan salah satu bentuk kekurangan gizi yang paling umum terjadi di seluruh dunia. Anak yang mengalami stunting sebelum usia 24 bulan terjadi keterlambatan pertumbuhan dan fungsi kognitif. Dampak fisik dan neurokognitif ini mungkin bersifat permanen yang akan menjadi hambatan signifikan dalam proses perkembangan manusia. Penelitian (Anggryni et al., 2021) dan Susilawati, S., & Ginting, (2023) menemukan beberapa faktor yang memengaruhi kejadian stunting yaitu inisiasi menyusui dini (IMD), pemberian ASI, asupan makanan dan keragaman pangan, berat badan lahir, tingkat pendidikan ibu, tingkat pendapatan keluarga, dan pola asuh.

Pendapat dari (Sari et al., 2020) mengutarakan bahwa pola asuh juga memiliki dampak pada status gizi anak, sebab bukan hanya asupan nutrisi yang memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, tetapi juga karena adanya kasih sayang, perhatian, kenyamanan, dan pola asuh yang efektif. Para orang tua memiliki kebebasan untuk memilih dan menerapkan gaya pengasuhan yang diadopsi untuk mengarahkan perkembangan anak mereka. Pola asuh yang diberikan orang tua kepada anak menjadi poin penting untuk diperhatikan, karena pola asuh memiliki keterkaitan yang bermakna terhadap kejadian stunting pada balita (Gandana et al., 2020).

Penelitian (Bella et al., 2020) menjelaskan bahwa pola asuh orang tua tercermin dalam berbagai aspek seperti memberikan ASI dan makanan pendamping. Orang tua yang menerapkan pola asuh positif, dapat meningkatkan status gizi anak menjadi optimal. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yendi et al., 2017) menyatakan peran orang tua sangat penting dalam pemenuhan gizi anak, pengetahuan dan keterampilan yang memadai seharusnya dimiliki orang tua sebagai modal dalam pemenuhan gizi anak. Orang tua harus dapat membentuk pola makan anak, menciptakan situasi yang menyenangkan dan menyajikan makanan yang menarik untuk dapat memenuhi kebutuhan gizi anak-anaknya. Salah satu pola pengasuhan positif adalah dengan mengimplementasikan *mindfulness* dalam pengasuhan (Kiong, 2015).

*Mindfulness parenting* adalah proses kreatif yang berkelanjutan, melibatkan kesadaran dalam pengasuhan yang tidak menghakimi pada setiap kesempatan, termasuk menyadari pikiran, perasaan, dan sensasi tubuh kita sendiri (Kabat-Zinn & Kabat-Zinn, 2021). Orang tua yang mempraktikkan *Mindfulness parenting* pada interaksinya dengan anak akan lebih tenang menghadapi perilaku negatif anak (Bögels, S., & Restifo, 2014). Lebih konsisten dan mempunyai tujuan serta nilai yang jelas dalam pengasuhan (Duncan et al., 2009).

Beberapa penelitian terdahulu telah menggunakan *mindfulness parenting* sebagai bahan kajiannya, penelitian (Nabila et al., 2022) menyatakan *mindfulness* dan ketahanan keluarga secara statistik signifikan dalam memprediksi stres pengasuhan anak. Penelitian (Burgdorf et al., 2019) mengungkapkan Intervensi *mindfulness* untuk orang tua dapat mengurangi stres pengasuhan anak dan meningkatkan fungsi psikologis remaja. Penelitian (Agustin et al., 2024) dapat disimpulkan bahwa *Mindful Parenting* berperan secara negatif

terhadap variabel stres pengasuhan sebesar 6,7%. Namun belum ada penelitian yang relevan menggunakan *mindfulness parenting* untuk cegah stunting untuk meningkatkan pola asuh, untuk itu perlu meningkatkan pengetahuan orang tua dalam pengasuhan cegah stunting.

Parenting yang direncanakan secara terprogram sangat dibutuhkan orang tua, untuk mendukung pelaksanaan parenting yang efektif, diperlukan media atau modul yang memuat panduan praktis dalam pengasuhan anak. Menurut (Tjiptay, E, N., 2016) modul adalah bahan ajar yang disusun secara sistematis dan menarik yang memuat isi materi, metode, dan evaluasi yang dapat digunakan secara mandiri. Hal ini sesuai dengan penelitian Syafri, (2018) bahwa modul adalah seperangkat bahan ajar yang disajikan secara sistematis sehingga dapat digunakan tanpa pendampingan seorang guru atau fasilitator. Oleh karena itu, adanya pengembangan media pembelajaran berkaitan dengan inovasi menjadi kebutuhan saat ini (Faiz et al., 2020).

MPCS merupakan bahan ajar berbentuk modul yang digunakan dalam mendidik anak dengan menggabungkan kesadaran diri (*self-awareness*) dan perhatian penuh (*full attention*) terhadap pola asuh orang tua cegah stunting. Pada praktiknya, orang tua dengan sengaja dan penuh kesadaran terlibat secara emosional dan mental dalam pengasuhan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak-anak mereka. Berangkat dari fenomena tingginya angka kejadian stunting, maka peneliti tertarik melakukan pengembangan modul *mindfulness parenting* sebagai upaya meningkatkan pola asuh positif orang tua dalam mencegah stunting melalui MPCS,

Bidan memainkan peran strategis dalam upaya menurunkan prevalensi anak stunting dengan mengawal Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Sebagai fasilitator bagi keluarga, Bidan dapat melakukan pencegahan dan penanganan stunting melalui literasi gizi. Pengembangan modul MPCS menjadi sebuah inovasi yang tepat dalam mendukung hal tersebut. Dengan demikian, diharapkan MPCS dapat memainkan peran penting dalam upaya pencegahan stunting, orang tua menjadi lebih sadar akan pola makan anak-anak mereka. lebih memerhatikan asupan gizi yang tepat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal, memastikan ketersediaan makanan bergizi di rumah dan menciptakan rutinitas makan yang teratur. Atas dasar inilah, maka peneliti tertarik untuk mengembangkan modul MPCS. Adapun tujuan penelitian ini adalah mengembangkan modul interaktif *Mindfulness Parenting Cegah Stunting* (MPCS) untuk meningkatkan pola asuh.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode pengembangan atau *Research and Development* (R&D), dengan pendekatan model pengembangan ADDIE yang dikembangkan oleh Branch, (2009). untuk menghasilkan modul *Mindfulness Parenting Cegah Stunting* (MPCS). Prosedur pengembangan Model ADDIE terdiri 5 tahapan (1) Tahap *Analyze* yaitu analisis masalah yang dihadapi orang tua dalam pengasuhan. (2) Tahap *Design* yaitu rancangan awal modul. (3) Tahap *Develop* yaitu pengembangan produk yang sudah dirancang melalui validasi dari para ahli dan menghasilkan produk akhir modul MPCS yang siap untuk diujicobakan. (4) Tahap *Implementation* yaitu modul yang sudah dikembangkan dilakukan uji coba pada skala kecil orang tua. Sehingga pada akhir dari tahap ini akan diketahui kelayakan dan penggunaan modul yang dibuat. (5) Tahap *Evaluation*, pada penelitian ini menggunakan evaluasi formatif dan evaluasi juga dilakukan pada setiap tahapan untuk mengurangi tingkat kesalahan produk, sehingga produk yang dihasilkan valid dan berkualitas (Setiadi et al., 2020)

Desain uji coba produk dilakukan Uji coba desain (validasi ahli materi, validasi ahli media, dan uji coba pemakaian) dan uji coba subjek pada kelompok kecil. Adapun teknik

pengumpulan data dengan cara observasi, wawancara, dan angket. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Analisis dilakukan setelah diperoleh data dari semua subjek penelitian. dengan mengonversi skor yang diperoleh dari ahli materi, ahli media dan orang tua yang awalnya berupa data kualitatif menjadi data kuantitatif menggunakan aturan skala likert. Hasil Uji etik dinyatakan laik etik sesuai 7 (tujuh) standar WHO 2011. *Ethical Aproval* No:1038/KEPK/adm2/XI/2024. Berlaku selama kurun waktu 02 Desember 2024 sampai dengan 02 Desember 2025.

## HASIL

Hasil penelitian pengembangan modul MPCS dengan pendekatan model pengembangan ADDIE adalah sebagai berikut:

### 1. Tahap *Analyze*

Hasil wawancara, sebagian besar orang tua memiliki kontrol kuat terhadap anak dan membebaskan anak.Bberdasarkan observasi menunjukkan praktik pola asuh dimana orang tua yang lebih fokus kepada dirinya sendiri dari pada secara sadar hadir dalam pengasuhan tersebut, seperti melarang anak tanpa alasan, membiarkan anak makan yang disukainya, beberapa anak terlihat lebih pendek dari usia anak yang sebaya. Selanjutnya orang tua mengatakan belum pernah mendapatkan informasi tentang pola asuh *mindfulness*, dari temuan diatas, peneliti mencoba mengembangkan konsep pola asuh *minfulness* dalam sebuah modul inetraktif MPCS.

### 2. Tahap *Design*

Peneliti menentukan rancangan struktur modil MPCS, sistimetika modul dan penyajian materi, melakukan analisis keterkaitan materi dan rancangan tampilan modul, melakukan *self-editing*.

**Tabel 1 Matrik Ragangan Modul MPCS**

Nama Halaman	Penjelasan
Halaman Judul Penuh	Maindfulness Parenting Cegah Stunting ( <b>MPCS</b> )
Halaman Pernyataan Hak Cipta	Halaman ini, pemegang hak cipta, pernyataan hak cipta, edisi, tahun terbit, ISBN, penerbit dan alamat penerbit.
Kata Pengantar	Halaman ini memuat apresiasi atau tinjauan dari orang lain
Daftar Isi	Halaman ini memuat judul bab berikut nomor halaman.
Daftar Gambar	Halaman ini memuat judul gambar berikut nomor.
Daftar Tabel	Halaman ini memuat judul tabel berikut nomor halaman.
Prakata	Halaman ini memuat catatan penulisan buku yang dibuat oleh penulis, memuat tujuan penulisan, pembaca sasaran, keunggulan buku, dan pesan untuk pembaca sasaran.
<b>I. Pendahuluan</b>	
	1. Deskripsi Mata Kuliah 2. Tujuan Pembelajaran 3. Peta Kompetensi 4. Prasyarat Pembelajaran 5. Petunjuk Penggunaan Modul 6. Kompetensi 7. Cek Kemampuan
<b>II. Pembelajaran</b>	
<b>A. Kegiatan Belajar 1</b>	1. Tujuan
Menyadari Peran	2. Uraian Materi
Menjadi Orang Tua	a. Mendengarkan dengan Penuh Perhatian dan Berbicara dengan Empati b. Tidak Menghakimi

	c. Kesadaran Penuh Dalam Mengendalikan Emosi d. Menjadi Orang Tua yang Adil dan Bijaksana e. Menumbuhkan Kasih Sayang 3. Rangkuman 4. Tugas/Diskusi 5. Tes Formatif 6. Kunci Jawaban Formatif 7. Ayo Berlatih 8. Menulis Ekspresif
<b>B. Kegiatan Belajar 2</b> Peranan Mindfulness Parenting dalam Mencegah Stunting	1. Tujuan 2. Uraian Materi a. Memahami Stunting b. Hubungan Antara Pola Asuh dan Kejadian Stunting c. Praktik <i>Mainfulness Parenting</i> untuk Mencegah Stunting d. <i>Mindfulness Eating</i> e. Siap Menjadi Duta Orang Tua Asuh Cegah Stunting 3. Rangkuman 4. Tugas/Diskusi 5. Tes Formatif 6. Kunci Jawaban Formatif 7. Ayo Berlatih 8. Menulis Ekspresif
<b>III. Evaluasi</b>	Kognitif Skill Psikomotor Skill Attitude Skill
Lampiran	Halaman ini memuat lampiran-lampiran yang diperlukan untuk melengkapi isi buku atau sebagai rujukan isi buku.
Kredit Gambar/Foto	Halaman ini memuat daftar kepemilikan hak cipta/perizinan penggunaan gambar/foto berikut nomor halaman keberadaan gambar/foto tersebut. Halaman ini tidak diperlukan jika sumber gambar/foto langsung dicantumkan pada gambar/foto.
Kunci Jawaban Evaluasi	Halaman ini memuat istilah penting yang mungkin dicari secara cepat oleh pembaca berikut nomor halamannya.
Bibliografi/Daftar Pustaka/Daftar Bacaan	Halaman ini memuat daftar sumber yang dibaca/dilihat/disimak oleh penulis atau dirujuk langsung oleh penulis di dalam buku.
Profil Penulis	Penulis

### 3. Tahap *Develpoment*

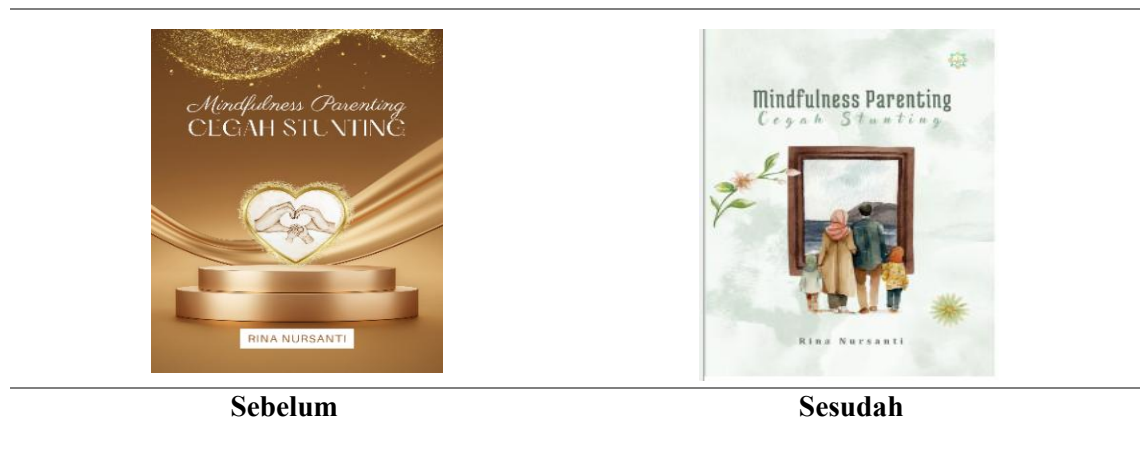
Pada tahap ini diawali dengan validasi produk oleh tenaga ahli materi da ahli media sesuai dengan kepakarannya, tujuannya untuk menilai kelayakan modul MPCs yang sudah di desain peneliti.

**Tabel 2. Hasil Rata-Rata Validasi Pengembangan Modul MPCs oleh Validator Media**

No	Indikator	Persentase	Kategori
1.	Ukuran Modul	100	Sangat Valid
2.	Desain Cover Modul	80	Cukup Valid
3.	Desain Isi Modul	86,25	Sangat Valid
<b>Jumlah rata-rata persentse kelayakan</b>		<b>84,46</b>	<b>Cukup Valid</b>

Berdasarkan tabel 1 diketahui, bahwa aspek kelayakan ukuran modul yang terdiri dari 2 butir pernyataan memperoleh jumlah skor 8 dari skor maksimal 8 (100%), untuk kelayakan indikator desain cover modul terdiri dari 15 butir pernyataan memperoleh jumlah skor 48 dari skor maksimal 60 (80,00%), dan untuk kelayakan indikator desain isi modul terdiri dari 20 butir pernyataan memperoleh jumlah skor 69 dari skor maksimal 80 (86,25%). Dengan demikian, ketiga indikator media, didapat rerata skor 84,46% dengan kategori cukup valid, modul dapat di gunakan dengan revisi kecil.

**Tabel 3 Revisi Modul Berdasarkan Saran Ahli Media**



**Tabel 4 Hasil Rata-Rata Revisi Validasi Pengembangan Modul MPCS oleh Validator Media**

No	Indikator	Persentase	Kategori
1.	Ukuran Modul	100	Sangat Valid
2.	Desain Cover Modul	86,67	Cukup Valid
3.	Desain Isi Modul	92,5	Sangat Valid
<b>Jumlah rata-rata persentase kelayakan</b>		<b>90,54</b>	<b>Sangat Valid</b>

Berdasarkan tabel 4 persentase indikator ukuran modul 100%, untuk kelayakan indikator desain cover modul memperoleh nilai 86,67%, dan untuk kelayakan indikator desain isi modul memperoleh nilai 92,5%. Dengan demikian persentase rerata dari ketiga indikator media sebesar 90,54% dengan kategori sangat valid dan dapat digunakan tanpa revisi.

**Tabel 4. Hasil Rata-rata Validasi Pengembangan Modul MPCS oleh Validator Materi**

No	Indikator	Persentase	Kategori
1.	<i>Self-instruction</i>	100	Sangat Valid
2.	<i>Self-contained</i>	100	Sangat Valid
3.	<i>Stand alone</i>	100	Sangat Valid
4.	<i>Adaptive</i>	10	Sangat Valid
5.	<i>user only</i>	100	Sangat Valid
<b>Jumlah rata-rata persentase kelayakan</b>		<b>100</b>	<b>Sangat Valid</b>

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui, bahwa aspek kelayakan materi yang terdiri dari 5 indikator dengan 13 butir pernyataan memperoleh jumlah skor 52 dari skor maksimal

52 (100%), Dengan demikian diadaptasi rerata skor materi keseluruhan sebesar 100% dengan kategori sangat valid dan dapat di gunakan tanpa revisi.

#### 4. Tahap *Implementation*

Pada tahap ini, modul MPCS yang telah dinyatakan valid oleh ahli materi dan ahli media dilakukan uji kepraktisan kepada kelompok kecil (orang tua) dengan cara memberi kesempatan kepada orang tua untuk membaca modul, kemudian mengisi instrument dan dilanjutkan wawancara dengan diskusi kelompok (FGD). Selama tahap implementasi berlangsung, segala informasi mengenai kendala ataupun kekurangan dalam menggunakan modul akan dicatat oleh peneliti.

**Tabel 6 Hasil Rata-rata Analisis Angket Respon Orang Tua**

No	Indikator	Persentase (%)	Kategori
1.	Kebermanfaatan	85,00	Cukup Valid
2.	Desain dan tampilan	82,86	Cukup Valid
<b>Jumlah rata-rata persentase kelayakan</b>		<b>94,67</b>	<b>Sangat Valid</b>

Berdasarkan tabel 6 diketahui aspek kelayakan kebermanfaat yang terdiri dari 8 butir pernyataan memperoleh jumlah skor 272 dari skor maksimal 320 dengan (85,00%), untuk kelayakan indikator desain dan tampilan terdiri dari 7 butir pernyataan memperoleh jumlah skor 232 dari skor maksimal 280 (82,86%). Dengan demikian, persentase rerata indikator respon orang tua sebesar 94,67% dengan kategori sangat valid dan dapat di gunakan tanpa revisi.

Selanjutnya dilakukan wawancara semi terstruktur dengan teknik FGD (*Focus Group Discussion*) fokus pada tema yang telah ditetapkan.

**Tabel 7 Hasil Wawancara FGD**

Tema	Hasil
<b>Kebermanfaatan</b>	Dari 10 orang <i>informan</i> yang berpartisipasi dalam FGD ini, semuanya sepakat mengatakan jika modul ini sangat membantu dalam mengasuh anak dengan kesadaran untuk cegah stunting, dalam hal mengatur emosi dan tidak menghakimi anak
<b>Ketertarikan</b>	Empat orang <i>informan</i> mengatakan secara keseluruhan materi ini menarik, karena mengajarkan cara pengasuhan secara sadar. Dua orang tertarik dengan materi mengendalikan emosi. Dua orang tertarik dengan materi mendengar efektif, dan dua orang <i>informan</i> tertarik dengan materi berlatih berbicara dengan empati.
<b>Belajar Mandiri</b>	Dari 10 orang <i>Informan</i> , 2 orang mengatakan perlu bimbingan dalam memahami materi, terutama bagian ayo berlatih dan refleksi. Sebanyak 8 orang <i>informan</i> mengatakan dapat belajar sendiri menggunakan modul,
<b>Kualitas desain dan tampilan modul</b>	Dari 10 orang <i>informan</i> , semuanya sepakat mengatakan jika modul ini sangat menarik, tulisannya mudah dibaca, ada gambar dan warnanya terang, tampilan menarik, bahkan ada yang mengatakan ingin segera memiliki modul ini.

#### 5. Tahap *Evaluation*

Pada penelitian ini, hanya menggunakan evaluasi formatif, karena disesuaikan dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui kelayakan pengembangan media MPCS, bukan untuk mengetahui efektivitas pada modul tersebut. Evaluasi formatif adalah

evaluasi yang digunakan untuk mengetahui kualitas modul sebagai perbaikan atau revisi terhadap modul yang dibuat (Tung, 2017: 66-67).

## PEMBAHASAN

Pengembangan modul MPCS untuk meningkatkan pola asuh orang tua, secara umum membahas bagaimana tahap-tahap pengembangan modul dan kualitas hasil pengembangan modul menurut ahli media, ahli materi, dan uji coba skala kecil.

Proses pengembangan modul interkatif MPCS merupakan penelitian *Research and Development* (R&D) menggunakan model pengembangan ADDIE yang merupakan model penelitian dalam pengembangan bahan ajar yang sering dimanfaatkan peneliti (Cahyadi, 2019). Serta dikembangkan berlandaskan landasan teoritis, sistematis, dan desain modul, disusun berurutan dalam memecahkan masalah pada pembelajaran dengan keterkaitan sumber (Tegeh & Kirna, 2013). Berdasarkan penjelasan diatas, pemilihan model pengembangan ADDIE karena sesuai dengan proses dan tahapan dalam pengembangan modul MPCS, kemudian evaluasi dilakukan pada setiap tahap untuk meminimalisir tingkat kesalahan pada produk.

Penentuan kualitas pengembangan modul dilakukan menggunakan instrumen yang dilakukan uji kelayakan oleh ahli media, Hasil validasi oleh ahli media mendapatkan kategori cukup layak dan dapat di gunakan dengan revisi kecil (84,64%). Beberapa masukan dan saran dari ahli media seperti: kontras pewarnaan latar dan tulisan, tidak menggunakan ilustrasi berlebihan, melengkapi outline modul sesuai dengan standar, meletakkan latihan setelah materi keterampilan, memberikan kasus, dan menentukan apa tindakan yang akan dilakukan telah tepat. Semua masukan tersebut sudah direvisi berdasarkan saran dari ahli media. Revisi modul MPCS telah divalidasi oleh ahli media dengan kategori layak (90,54%) layak untuk digunakan. Penilaian ini di dukung oleh teori (Rahdiyanta, 2016) tentang elemen mutu modul, yaitu: “untuk menghasilkan mutu modul yang mampu memerankan fungsi dalam pembelajaran efektif, modul perlu dirancang dan dikembangkan dengan memperhatikan elemen format, organisasi, daya tarik, ukuran huruf, spasi kosong, dan konsistensi.”

Kualitas materi modul di validasi oleh ahli materi dengan hasil rerata 100% untuk semua kategori. Dengan demikian, materi modul mendapatkan kategori sangat valid untuk digunakan tanpa revisi. Menurut Maltz. M (2015) manusia membutuhkan waktu 21 hari untuk mengubah kebiasaan lama dan membentuk kebiasaan baru, dengan menggunakan mindfulness dalam pengasuhan, maka orang tua dapat mengubah pola makan anaknya menjadi lebih baik, jika dilakukan berturut-turut selama 21 hari.

Tahap selanjutnya, setelah modul layak untuk digunakan adalah dengan menguji kelayakan modul MPCS dengan uji skala kecil yang dilakukan kepada 10 orang tua dengan rerata persentase (94,67%) sangat valid. Hal ini berarti modul MPCS yang dikembangkan dapat diterima. Pernyataan tersebut sesuai dengan teori (Arsyad A, 2011) pada unsur-unsur dan indikator modul yaitu: “Penggunaan teks pada media jelas dan mudah dibaca, penggunaan gambar pada media mempermudah memahami materi, materi disajikan sesuai dengan permasalahan orang tua, penggunaan modul dapat menarik perhatian orang tua dalam pengasuhan, memotivasi orang tua dalam pengasuhan positif untuk cegah stunting.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian pengembangan modul MPCS untuk meningkatkan pola asuh orang tua layak di gunakan berdasarkan uji kelayakan atau validitas dari *expert judgment* ahli materi, ahli media, dan respon orang tua. Didapat hasil uji validitas ahli media dengan rerata penilaian sebesar 84,46% dikategorikan cukup valid dan layak untuk digunakan dengan revisi kecil, setelah dilakukan revisi didapat rerata penilaian sebesar 90,54% dikategorikan



valid dan sangat layak digunakan. Hasil uji validitas ahli materi dengan rerata penilaian sebesar 100% dikategorikan sangat valid dan layak untuk digunakan tanpa revisi. Hasil uji skala kecil pada orang tua dengan rerata penilaian sebesar 94,67% dikategorikan sangat layak digunakan tanpa revisi. Kepada peneliti selanjutnya dapat dilakukan uji skala kelompok besar dan mengembangkan modul MPCS menggunakan aplikasi berupa e modul interaktif dengan tampilan dan alat bantu yang lebih menarik.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada direktur Poltekkes Kemenkes Palembang, ketua jurusan kebidanan dan ketua program studi kebidanan pogram diploma tiga yang telah memfasilitasi kegiatan penelitian ini.

## KONFLIK KEPENTINGAN

Peneliti merasa tidak adanya konflik kepentingan yang dialami selama melaksanakan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, A., Mardiyanti, R., Dian Eky Anggraeni, A., & Ayu talita, A. (2024). Peranan Mindful Parenting Terhadap Stres Pengasuhan Ibu Bekerja. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 5790–5798.
- Anggryni, M., Mardiah, W., Hermayanti, Y., Rakhmawati, W., Ramdhanie, G. G., & Mediani, H. S. (2021). Faktor Pemberian Nutrisi Masa Golden Age dengan Kejadian Stunting pada Balita di Negara Berkembang. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1764–1776. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.967>
- Arsyad A. (2011). *Media Pembelajaran*. 23–35.
- Bella, F. D., Fajar, N. A., & Misnaniarti, M. (2020). Hubungan pola asuh dengan kejadian stunting balita dari keluarga miskin di Kota Palembang. *Jurnal Gizi Indonesia*, 8(1), 31. <https://doi.org/10.14710/jgi.8.1.31-39>
- Bögels, S., & Restifo, K. (n.d.). *Mindful parenting: A guide for mental health practitioners*. W. W. Norton & Compan.
- Branch, R. M. (2009). *Instructional Design*.
- Burgdorf, V., Szabó, M., & Abbott, M. J. (2019). The effect of mindfulness interventions for parents on parenting stress and youth psychological outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 10(JUN). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01336>
- Cahyadi, A. (2019). Pengembangan Media dan Sumber Belajar: Teori dan Prosedur. *Laksita Indonesia*, 3.
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009). A Model of Mindful Parenting: Implications for Parent-Child Relationships and Prevention Research. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 12(3), 255–270. <https://doi.org/10.1007/s10567-009-0046-3>
- Faiz, A., Purwati, P., & Kurniawaty, I. (2020). Construction of Prosocial Empathy Values Through Project Based Learning Methods Based on Social Experiments (Study of Discovering Cultural Themes in the Sumber-Cirebon Society). *Ta Dib : Jurnal Pendidikan Islam*, 9(1), 51–62. <https://doi.org/10.29313/tjpi.v9i1.6220>
- Gandana, G., Mulyana, E. H., & Rosmeilani, R. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kejadian Pernikahan Usia Dini. *JECIE (Journal of Early Childhood and Inclusive Education)*, 7(1), 1–119.
- Kabat-Zinn, J., & Kabat-Zinn, M. (2021). *Mindful Parenting: Perspectives on the Heart of*

- the Matter. *Mindfulness*, 12(2), 266–268. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01564-7>
- Kemendes RI. (2022). *Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2022*.
- Kemsetneg RI. (2021). *Perpres Nomor 72 tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting*.
- Kiong. (2015). *Mindfull parenting.pdf*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Mahasiswa, B., Sunan, I. A. I., & Malang, K. (2020). *analyze* ), (2). 2(1), 200–217.
- Nabila, T., Sholihah, K. U., Al Karim, C. H., & Kaloeti, D. V. S. (2022). Mindfulness, Family Resilience, and Parenting Stress in Parents With Elementary School-Age Children During the Covid-19 Pandemic. *Jurnal Psikologi*, 21(2), 124–134. <https://doi.org/10.14710/jp.21.2.124-134>
- Rahdiyanta, D. (2016). Teknik Penyusunan Modul Pembelajaran. *Academia*, 1–14.
- Sari, D. L., Nikmah, A. N., & Kadiri, U. (2020). 3 1,2,3. 1(2).
- Soliman, A., De Sanctis, V., Alaraj, N., Ahmed, S., Alyafei, F., Hamed, N., & Soliman, N. (2021). Early and long-term consequences of nutritional stunting: From childhood to adulthood. *Acta Biomedica*, 92(1), 1–12. <https://doi.org/10.23750/abm.v92i1.11346>
- SSGI. (2022). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia*. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://promkes.kemkes.go.id/materi-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2022>.
- Susilawati, S., & Ginting, S. O. B. (2023). *Faktor-Faktor Resiko Penyebab Terjadinya Stunting Pada Balita Usia 23-59 Bulan*.
- Syafri., F. S. (2018). *Pengembangan Modul Pembelajaran Aljabar Elementer Di Program Studi Tadris Matematika Iain Bengkulu*.
- Tegeh, I. M., & Kirna, I. M. (2013). Pengembangan Bahan Ajar Metode Penelitian Pendidikan dengan ADDIE Model. *Jurnal IKA*, 11(1), 16.
- Tjiptiay, E. N., D. (2016). *Pengembangan Modul Pembelajaran Matematika Dengan Pendekatan Inkuiri Untuk Membantu Siswa SMA Kelas X Dalam Memahami Materi Peluang*.
- who. (2022). *Mengenal Apa itu Stuning*.
- Yendi, yoseph denianus nong, Eka, ni luh putu, & Maemunah, N. (2017). Hubungan Antara Peran Ibu Dalam Pemenuhan Gizi anak Dengan Status Gizi Anak Praekolah Di TK Dharma Wanita Persatuan 2 Tlogomas Kota Malang. *Nursing News*, 2(2), 763–769.