

OPTIMALISASI POLA ASUH BALITA SEHAT DAN EFEKTIF MELALUI EDUKASI DI POSYANDU BHAYANGKARI PC TAPANULI SELATAN PADANGSIDIMPUAN

Annisah Inriani Harahap ¹⁾, Elfina Rosalina Siregar ²⁾, Arina Yuriska Ritonga ³⁾,
Muhammad Khairi Armis ⁴⁾

^{1), 2), 3)} Universitas Aupa Royhan

⁴⁾ Universitas Sumatera Utara

E-Mail:

nisahinri1998@gmail.com¹⁾, elfina0202@gmail.com²⁾, arinayuriska8@gmail.com³⁾,
khairimuhammad149@gmail.com⁴⁾

Submitted:

03-12-2025

Accepted:

08-01-2026

Published:

09-01-2026

ABSTRAK

Pola asuh balita merupakan aspek penting dalam tumbuh kembang anak karena mencakup pemenuhan kebutuhan fisik, emosional, dan sosial yang mendukung perkembangan optimal. Namun, masih banyak orang tua yang menghadapi kendala dalam praktik pengasuhan akibat kurangnya pengetahuan mengenai konsep pola asuh yang sehat dan efektif. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua balita tentang pola asuh melalui edukasi kesehatan di Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan. Kegiatan dilakukan pada tanggal 15 November 2025 di Lingkungan Asrama Polisi Padangsidimpuan dengan metode penyuluhan menggunakan media presentasi, pembagian leaflet, serta sesi tanya jawab. Materi meliputi pengertian pola asuh, macam-macam pola asuh, serta kebutuhan anak yang perlu dipenuhi dalam proses pengasuhan yang sehat. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mampu memahami konsep pola asuh, mengenali jenis-jenis pola asuh, serta menyebutkan kebutuhan dasar anak dalam pengasuhan yang efektif. Selain itu, peserta juga lebih percaya diri dalam menerapkan pola asuh positif di rumah. Kesimpulannya, edukasi pola asuh balita secara interaktif efektif dalam meningkatkan pengetahuan orang tua sehingga diharapkan dapat mendukung tumbuh kembang anak secara menyeluruh dan berkelanjutan.

Kata kunci: Pola Asuh Balita; Edukasi Kesehatan; Tumbuh Kembang Anak

ABSTRACT

Toddler parenting is an essential aspect of child development as it involves fulfilling physical, emotional, and social needs to support optimal growth. However, many parents still face challenges in childcare practices due to limited knowledge of healthy and effective parenting concepts. This study aims to improve parents' knowledge of toddler parenting through health education at Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan. The activity was conducted on November 15, 2025, at the Police Dormitory Area in Padangsidimpuan using counseling methods with presentation media, leaflet distribution, and interactive discussions. The materials included the definition of parenting, types of parenting styles, and the essential needs of children in healthy parenting. The results showed that participants were able to understand parenting concepts, identify different parenting styles, and mention basic needs of toddlers in effective parenting. In addition, participants became more confident in applying positive parenting

Corresponding

Author:

Annisah Inriani
Harahap

practices at home. In conclusion, interactive toddler parenting education is effective in increasing parents' knowledge and is expected to support holistic and sustainable child development.

Keywords: *Toddler Parenting; Health Education; Child Development*

PENDAHULUAN

Pola asuh balita merupakan salah satu faktor kunci dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal, baik dari aspek fisik, emosional, maupun sosial. World Health Organization menekankan bahwa masa balita adalah periode emas (golden age) yang sangat menentukan kualitas hidup anak di masa depan, sehingga pola asuh yang tepat menjadi fondasi penting bagi perkembangan anak (WHO, 2025). Pola asuh yang sehat terbukti mampu meningkatkan kemampuan kognitif, membentuk karakter positif, serta memperkuat ikatan emosional antara anak dan orang tua (Kemenkes RI, 2021). Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa masih banyak orang tua yang belum memahami konsep pola asuh yang efektif. Hasil studi menyebutkan bahwa pola asuh yang tidak tepat dapat meningkatkan risiko gangguan perilaku, keterlambatan perkembangan, serta rendahnya kemampuan sosial anak (Sulistyoningsih & Yunie, 2019).

Pemerintah Indonesia melalui berbagai program kesehatan anak telah menekankan pentingnya edukasi pola asuh sebagai bagian dari upaya meningkatkan kualitas generasi mendatang. Meski demikian, laporan Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat tahun 2022 menunjukkan bahwa kesadaran orang tua terhadap pola asuh sehat masih rendah, dengan disparitas antarwilayah yang cukup besar (Kemenkes RI, 2023).

Rendahnya pemahaman orang tua mengenai pola asuh dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kurangnya pengetahuan, minimnya layanan penyuluhan, rendahnya kesadaran masyarakat, serta keterbatasan dukungan keluarga (Sulistyoningsih & Yunie, 2019). Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi berupa edukasi pola asuh yang komprehensif. Pola asuh sehat mencakup pemenuhan kebutuhan dasar anak seperti kasih sayang, nutrisi, stimulasi dini, komunikasi positif, serta lingkungan yang aman. Materi ini penting untuk membantu orang tua mengatasi kendala dalam pengasuhan, seperti kurangnya konsistensi, kesulitan dalam mengatur perilaku anak, atau rasa tidak percaya diri dalam mendidik balita.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) di Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan dilaksanakan sebagai solusi atas permasalahan rendahnya pengetahuan orang tua mengenai pola asuh balita. Edukasi diberikan melalui penyuluhan interaktif, pembagian leaflet, serta sesi tanya jawab. Dengan pendekatan ini, diharapkan orang tua mampu memahami konsep pola asuh, mengenali jenis-jenis pola asuh, serta menerapkan pola asuh sehat secara mandiri di rumah. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai pola asuh balita sehingga dapat mendukung tumbuh kembang anak secara menyeluruh dan berkelanjutan.

METODE

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang berfokus pada edukasi pola asuh balita di Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan dirancang secara sistematis untuk menjawab permasalahan mitra, yaitu rendahnya pengetahuan orang tua mengenai konsep pola asuh yang sehat dan efektif. Program ini tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membekali peserta dengan keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, metode pelaksanaan disusun dalam beberapa tahapan yang saling berkaitan, mulai dari persiapan, pelaksanaan inti, hingga evaluasi dan keberlanjutan program (Harahap et al., 2025; Rosyidiana et al., 2025).

Tahap pertama adalah persiapan kegiatan, yang dilakukan melalui koordinasi dengan mitra Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan. Tim mahasiswa bersama dosen pembimbing melakukan survei awal untuk mengidentifikasi kebutuhan peserta, termasuk tingkat

pengetahuan orang tua mengenai pola asuh balita dan kendala yang mereka hadapi. Survei ini dilakukan dengan wawancara singkat kepada kader posyandu dan beberapa orang tua balita yang rutin hadir di posyandu. Hasil survei menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua belum memahami secara menyeluruh tentang jenis-jenis pola asuh, kebutuhan dasar anak, serta dampak pola asuh terhadap tumbuh kembang balita. Berdasarkan temuan tersebut, tim menyusun materi edukasi yang relevan, menyiapkan media pembelajaran berupa leaflet, alat peraga, serta instrumen pemeriksaan tumbuh kembang bayi dan balita.

Tahap kedua adalah pemeriksaan skrining tumbuh kembang dan status gizi. Kegiatan ini dilaksanakan pada awal acara, di mana peserta membawa bayi dan balita mereka untuk dilakukan pengukuran berat badan, tinggi atau panjang badan, serta penilaian status gizi menggunakan standar WHO. Pemeriksaan ini bertujuan memberikan gambaran kondisi kesehatan anak sekaligus meningkatkan kesadaran orang tua mengenai pentingnya pemantauan tumbuh kembang secara rutin. Partisipasi mitra sangat penting dalam tahap ini, karena kader posyandu membantu proses pencatatan hasil pemeriksaan dan memberikan penjelasan singkat kepada orang tua mengenai arti dari hasil pengukuran. Dengan adanya pemeriksaan ini, peserta lebih memahami hubungan antara status gizi anak dengan praktik pengasuhan yang sehat.

Tahap ketiga adalah penyuluhan edukasi pola asuh balita. Sesi ini merupakan inti dari kegiatan PKM, di mana mahasiswa menyampaikan materi secara interaktif dengan menggunakan metode ceramah, diskusi, dan simulasi. Materi yang disampaikan meliputi pengertian pola asuh, macam-macam pola asuh (otoriter, permisif, demokratis, dan mengabaikan), serta kebutuhan anak yang perlu dipenuhi dalam pengasuhan sehat, seperti kasih sayang, nutrisi, stimulasi dini, komunikasi positif, dan lingkungan yang aman. Penyuluhan dilakukan dengan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh peserta, dan disertai dengan contoh nyata serta simulasi menggunakan alat peraga. Leaflet dibagikan kepada peserta sebagai bahan bacaan tambahan di rumah, sehingga pengetahuan yang diperoleh dapat terus diingat dan dipraktikkan.

Tahap keempat adalah sesi diskusi dan tanya jawab. Peserta diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan terkait kendala pengasuhan yang mereka alami. Antusiasme peserta terlihat dari adanya tiga orang tua balita yang aktif bertanya mengenai cara menghadapi anak yang sulit makan, bagaimana membangun komunikasi positif, serta solusi atas masalah perilaku balita. Diskusi ini memperkuat pemahaman peserta sekaligus memberikan solusi praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Mahasiswa dan dosen pembimbing memberikan jawaban berdasarkan teori dan pengalaman praktik, sehingga peserta merasa lebih percaya diri dalam menerapkan pola asuh yang sehat.

Tahap kelima adalah penutup dan apresiasi. Kegiatan ditutup dengan pembagian cenderamata sebagai bentuk penghargaan atas partisipasi peserta. Selain itu, tim menyampaikan pesan keberlanjutan agar peserta dapat menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari dan membagikannya kepada orang tua lain di lingkungan sekitar. Jadwal pelaksanaan kegiatan PKM dilaksanakan pada tanggal 15 November 2025 bertempat di Lingkungan Asrama Polisi Padangsidimpuan dengan susunan kegiatan sebagai berikut: pukul 08.00–09.00 pemeriksaan tumbuh kembang dan status gizi bayi/balita, pukul 09.00–11.00 penyuluhan edukasi pola asuh balita, pukul 11.00–12.00 sesi diskusi dan tanya jawab, serta pukul 12.00–12.30 penutup dan pembagian cenderamata. Jadwal ini disusun agar kegiatan berjalan efektif dan peserta dapat mengikuti seluruh rangkaian acara dengan baik.

Partisipasi mitra Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan sangat penting dalam pelaksanaan program ini. Mitra berperan aktif dalam mobilisasi peserta, penyediaan lokasi kegiatan, serta pendampingan selama pemeriksaan tumbuh kembang. Kader posyandu membantu proses pencatatan hasil pemeriksaan, distribusi leaflet, dan memastikan keberlanjutan edukasi melalui kegiatan posyandu rutin. Dengan adanya dukungan mitra, kegiatan PKM dapat berjalan lebih lancar dan menjangkau lebih banyak orang tua balita.

Evaluasi pelaksanaan dilakukan dengan mengukur tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah kegiatan melalui pertanyaan lisan dan observasi praktik pengasuhan. Sebelum kegiatan, sebagian besar peserta belum memahami secara menyeluruh tentang pola asuh balita.

Setelah kegiatan, peserta mampu menjelaskan kembali konsep yang dipelajari, menjawab pertanyaan dengan lebih tepat, serta menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dalam menerapkan pola asuh positif di rumah. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan orang tua mengenai pola asuh balita, ditandai dengan meningkatnya kesadaran mereka dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

Keberlanjutan program dijaga melalui komitmen mitra posyandu untuk memasukkan materi pola asuh balita dalam agenda rutin penyuluhan bulanan. Leaflet yang dibagikan menjadi media edukasi berkelanjutan, sementara peserta diharapkan dapat menjadi agen informasi bagi orang tua lainnya di lingkungan sekitar. Tim mahasiswa juga merencanakan pendampingan lanjutan melalui kunjungan berkala untuk memantau penerapan pengetahuan yang telah diberikan. Dengan adanya keberlanjutan program, diharapkan pengetahuan yang diperoleh tidak hanya berhenti pada saat kegiatan, tetapi terus berkembang dan memberikan manfaat jangka panjang bagi masyarakat. Secara keseluruhan, metode pelaksanaan kegiatan PKM ini dirancang untuk memberikan solusi komprehensif atas permasalahan mitra. Melalui tahapan persiapan, pemeriksaan, penyuluhan, diskusi, penutup, serta evaluasi dan keberlanjutan, kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai pola asuh balita dan mendukung tumbuh kembang anak secara menyeluruh.

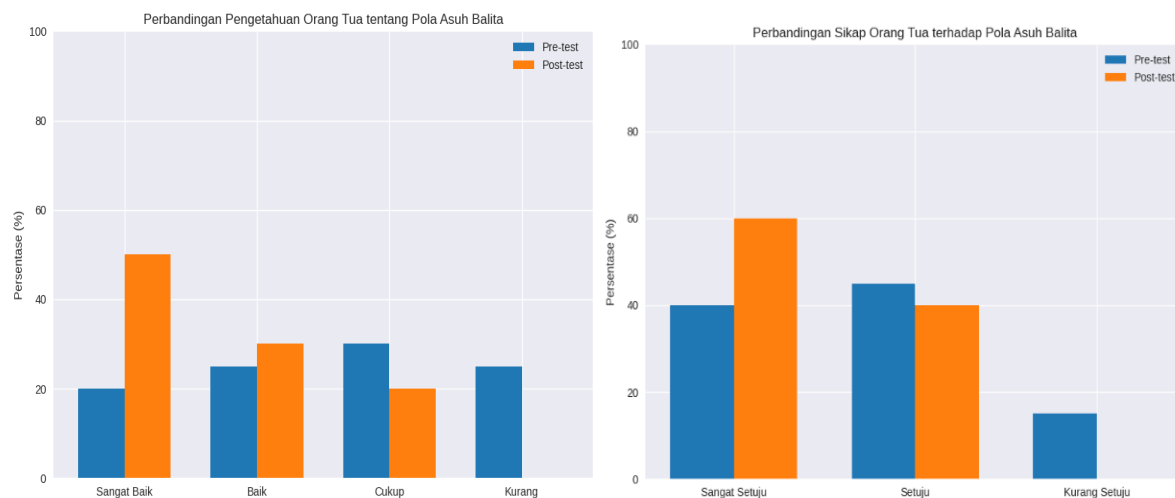
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan di Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan pada tanggal 15 November 2025 berlangsung dengan suasana kondusif dan penuh antusiasme dari peserta. Peserta yang hadir terdiri dari 20 orang tua balita dengan variasi usia, yaitu 3 orang berusia kurang dari 25 tahun, 10 orang berusia antara 25–35 tahun, 5 orang berusia 36–40 tahun, serta 2 orang berusia lebih dari 40 tahun. Selain itu, terdapat sekitar 12 anak balita yang dibawa oleh peserta, dengan rincian 5 anak berusia di bawah 1 tahun, 4 anak berusia 1–2 tahun, dan 3 anak berusia lebih dari 2 tahun. Kondisi ini menunjukkan bahwa kegiatan PKM mampu menjangkau kelompok sasaran yang beragam, baik dari segi usia orang tua maupun usia anak, sehingga materi edukasi yang diberikan dapat disesuaikan dengan kebutuhan nyata di lapangan.

Hasil pre-test yang dilakukan sebelum kegiatan menunjukkan bahwa dari 20 orang peserta, terdapat 4 orang (20%) yang memiliki pengetahuan sangat baik, 5 orang (25%) berpengetahuan baik, 6 orang (30%) berpengetahuan cukup, dan 5 orang (25%) berpengetahuan kurang. Data ini memperlihatkan bahwa sebagian peserta masih memiliki keterbatasan dalam memahami konsep pola asuh balita secara menyeluruh. Sikap orang tua terhadap pola asuh sehat juga beragam, dengan 8 orang (40%) menyatakan sangat setuju, 9 orang (45%) menyatakan setuju, dan 3 orang (15%) menyatakan kurang setuju. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar peserta memiliki sikap positif terhadap pola asuh sehat, masih terdapat orang tua yang belum sepenuhnya mendukung praktik tersebut.

Setelah kegiatan penyuluhan dan edukasi dilaksanakan, terjadi perubahan yang signifikan pada pengetahuan dan sikap peserta. Peserta yang sebelumnya berpengetahuan kurang mampu menjelaskan kembali konsep pola asuh dengan lebih baik, serta menunjukkan pemahaman mengenai kebutuhan dasar anak dalam pengasuhan. Hasil post-test menunjukkan peningkatan yang jelas, di mana 10 orang (50%) berada pada kategori pengetahuan sangat baik, 6 orang (30%) berpengetahuan baik, 4 orang (20%) berpengetahuan cukup, dan tidak ada peserta yang berada pada kategori pengetahuan kurang. Sikap peserta terhadap pola asuh sehat juga semakin positif, dengan 12 orang (60%) menyatakan sangat setuju dan 8 orang (40%) menyatakan setuju, sementara tidak ada lagi peserta yang menyatakan kurang setuju.

Tabel dan Gambar



Gambar 1. Diagram batang hasil pre-test dan post-test pengetahuan dan sikap orang tua tentang pola asuh balita

Hasil dari kegiatan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada pengetahuan dan sikap orang tua terhadap pola asuh balita. Sebelum kegiatan dilaksanakan, sebanyak 20% peserta memiliki pengetahuan yang sangat baik, sementara setelah kegiatan angka tersebut meningkat menjadi 50%. Selain itu, tidak ditemukan lagi peserta yang berada pada kategori pengetahuan kurang, sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi yang diberikan mampu memperbaiki pemahaman orang tua mengenai pola asuh balita. Dari sisi sikap, sebelum kegiatan masih terdapat 15% peserta yang kurang setuju terhadap pola asuh sehat. Namun, setelah kegiatan seluruh peserta menunjukkan dukungan penuh, dengan 60% menyatakan sangat setuju dan 40% menyatakan setuju. Perubahan ini memperlihatkan bahwa kegiatan edukasi berhasil meningkatkan kesadaran dan komitmen orang tua untuk menerapkan pola asuh sehat di rumah.

Diskusi dan tanya jawab memperlihatkan adanya peningkatan kepercayaan diri peserta dalam mengelola pola asuh balita secara mandiri. Beberapa orang tua yang sebelumnya ragu dalam menghadapi perilaku anak kini menyatakan kesediaan untuk menerapkan pola asuh positif setelah mendapatkan penjelasan mengenai manfaat dan teknik yang benar. Secara keseluruhan, hasil kegiatan PKM ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap orang tua mengenai pola asuh balita. Perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah kegiatan memperlihatkan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan peserta, sehingga diharapkan dapat mendukung tumbuh kembang anak secara optimal dan berkelanjutan.

Sebagai bagian dari laporan kegiatan, dokumentasi visual turut dilampirkan untuk memberikan gambaran nyata suasana pelaksanaan PKM. Terdapat beberapa lampiran dokumentasi dalam pelaksanaan. Dokumentasi ini tidak hanya menjadi bukti pelaksanaan kegiatan, tetapi juga memperlihatkan antusiasme peserta dan keterlibatan mitra Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan dalam mendukung keberhasilan program. Foto-foto tersebut diharapkan dapat memperkuat pesan bahwa edukasi pola asuh balita mampu menciptakan suasana belajar yang interaktif, menyenangkan, dan bermanfaat bagi masyarakat.



Gambar 2. Penyampaian materi pola asuh balita kepada peserta secara interaktif oleh mahasiswa

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) tentang edukasi pola asuh balita di Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan telah berjalan dengan baik dan mendapat sambutan positif dari masyarakat. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap orang tua mengenai pola asuh sehat, serta tumbuhnya kepercayaan diri dalam menerapkan pola asuh positif di rumah. Dengan adanya dukungan mitra posyandu dan partisipasi aktif masyarakat, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan manfaat berkelanjutan, membentuk perilaku pengasuhan yang lebih baik, serta mendukung tumbuh kembang balita secara optimal. Secara keseluruhan, PKM ini menjadi langkah nyata dalam upaya meningkatkan kualitas generasi masa depan yang sehat, cerdas, dan berkualitas.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) tentang edukasi pola asuh balita di Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan pada tanggal 15 November 2025 telah terlaksana dengan baik dan menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan serta sikap orang tua terhadap pola asuh sehat. Sebelum kegiatan, sebagian peserta masih memiliki keterbatasan dalam memahami konsep pola asuh dan kebutuhan dasar anak, serta terdapat orang tua yang belum sepenuhnya mendukung penerapan pola asuh positif. Setelah kegiatan, hasil post-test memperlihatkan peningkatan yang jelas, di mana tidak ada lagi peserta yang berada pada kategori pengetahuan kurang, dan seluruh peserta menunjukkan sikap mendukung terhadap pola asuh sehat. Hal ini membuktikan bahwa metode penyuluhan interaktif yang dipadukan dengan pemeriksaan tumbuh kembang, pembagian leaflet, serta sesi diskusi dan tanya jawab mampu memperbaiki pemahaman sekaligus membangun kepercayaan diri orang tua dalam menerapkan pola asuh balita secara mandiri di rumah. Dukungan aktif mitra Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan juga berperan penting dalam keberhasilan kegiatan, baik dalam mobilisasi peserta maupun keberlanjutan program melalui agenda rutin posyandu. Dengan adanya peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan orang tua, kegiatan ini dapat disimpulkan efektif dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal dan berkelanjutan, serta menjadi langkah nyata dalam membentuk generasi masa depan yang sehat, cerdas, dan berkualitas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga kegiatan ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis menyampaikan

ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan ini, khususnya :

1. Pengurus Posyandu Bhayangkari PC. Tapanuli Selatan, yang telah memberikan izin, dukungan, serta fasilitas sehingga kegiatan edukasi pola asuh balita dapat terlaksana dengan lancar.
2. Seluruh partisipan kegiatan, yaitu orang tua balita yang hadir dan berpartisipasi aktif, atas antusiasme dan keterlibatan mereka dalam setiap sesi penyuluhan, diskusi, dan praktik.
3. Rekan mahasiswa dan dosen pembimbing, atas kerja sama, semangat, dan kontribusi luar biasa selama proses persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan.
4. Keluarga dan sahabat, yang senantiasa memberikan doa, motivasi, dan dukungan moril selama proses penyusunan artikel ini.

Semoga segala bentuk bantuan dan dukungan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang setimpal dari Tuhan Yang Maha Kuasa. Penulis menyadari bahwa kegiatan ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan di masa mendatang.

REFERENSI

- Harahap, A. I., Nasution, F. P. M., & Siregar, R. F. (2025). Peningkatan Kesadaran Pencegahan Anemia Pada Remaja Melalui Edukasi Gizi Dan Kesehatan Di Smp 4 Padangsidimpuan. *JUAN: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 2(3), 29-35.
- Hurlock, E. B. (2013). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman pemberian ASI eksklusif dan manajemen laktasi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2022*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2022). *Pedoman pola asuh anak berbasis hak anak*. Jakarta: Kemen PPPA.
- Pemerintah Republik Indonesia. (2012). *Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif*. Jakarta: Sekretariat Negara.
- Rosyidiana, R. N., Simbolon, R. E. B., Priyono, B. R. A., Romadhoni, A. M., Tyas, S. S. A. K., Nurandini, N. M. A., & Sevira, A. P. (2025). Optimalisasi pengolahan sekam padi dan penguatan literasi keuangan untuk meningkatkan ekonomi petani Desa Leran Kulon, Kabupaten Tuban. *Juan: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 2(3), 99-106.
- Santrock, J. W. (2018). *Child development* (15th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Soetjiningsih, C. H. (2015). *Tumbuh kembang anak*. Jakarta: EGC.
- Sulistyoningsih, E., & Yunie, R. (2019). Faktor-faktor yang memengaruhi pemberian ASI eksklusif dan dampaknya terhadap kesehatan balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 115-124.
- UNICEF Indonesia. (2021). *Parenting for lifelong health: Panduan pola asuh positif*. Jakarta: UNICEF.
- World Health Organization. (2025). *Exclusive breastfeeding and child health*. Geneva: WHO.