

PENCEGAHAN STUNTING MELALUI SOSIALISASI DAN EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI DESA LABUAN, SERAM UTARA BARAT, MALUKU

Syifa Chairunnisa^{1*}, Nur Intania Sofianita¹

Jurusan Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Email : 2110714043@mahasiswa.upnvj.ac.id

Abstrak Persentase stunting di Indonesia mengalami penurunan sebesar 2,8% dari 24,4% hingga 21,6% pada tahun 2021-2022. Namun, hal itu tidak mencapai target penurunan stunting di Indonesia per tahun sebesar 3,4%. Penyebab stunting bersifat multifaktorial, salah satunya adalah infeksi. Hal itu dapat dicegah dengan Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang terdiri atas sepuluh indikator. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman terkait definisi, penyebab, dampak, serta cara pencegahan stunting dan meningkatkan pemahaman terkait sepuluh indikator PHBS pada ibu yang memiliki balita. Metode yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk penyuluhan menggunakan media video edukasi, powepoint, dan poster dengan kolaborasi antara mahasiswa, puskesmas, dan posyandu Desa Labuan. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2024 pukul 08.00-12.00 WIT dengan sasaran ibu yang memiliki balita sebanyak 30 orang. Keberhasilan kegiatan ini ditandai oleh sikap antusias sasaran kegiatan, seperti aktif bertanya jawab diakhir pemaparan materi edukasi. Berdasarkan monitoring dan evaluasi, diharapkan kegiatan ini berkelanjutan, sehingga Desa Labuan dapat menjadi desa yang mandiri, bersih, dan sehat.

Kata Kunci: Stunting; Perilaku Hidup Bersih dan Sehat; Penyuluhan; Kesehatan

1. Pendahuluan

Stunting dikategorikan sebagai masalah kesehatan yang umum terjadi di seluruh dunia (de Onis & Branca, 2016). Persentase balita yang mengalami stunting di dunia sekitar 22,9%. Sementara itu, persentase stunting di Indonesia turun sebanyak 2,8% dari 24,4% hingga 21,6% pada tahun 2021-2022 (Kemenkes, 2022). Namun, hal itu tidak mencapai target penurunan stunting di Indonesia per tahun sebesar 3,4% (Kemensetneg, 2023). Sehingga, diperlukan peran berbagai multidisiplin ilmu untuk menurunkan angka stunting di Indonesia. Berdasarkan Permenkes No.2 Tahun 2020, balita termasuk kategori stunting apabila memiliki z-skor pb/u atau tb/u $-3SD$ hingga $< -2SD$. Stunting adalah gangguan pada anak yang ditandai dengan nilai z-skor pb/u atau tb/u $< -2SD$ median WHO standar pertumbuhan anak (de Onis & Branca, 2016; Prendergast & Humphrey, 2014).

Di Indonesia, prevalensi balita stunting menempati peringkat ketiga tertinggi. Faktor yang menyebabkan stunting terbagi atas tiga, yakni faktor dasar, langsung, tidak langsung. Berkaitan dengan fokus utama penelitian ini, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) termasuk ke dalam faktor tidak langsung penyebab stunting (Vaivada et al., 2020).

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah upaya memprioritaskan dan meningkatkan kepedulian masyarakat terkait kebersihan dan kesehatan untuk memperbaiki kualitas hidup. Elemen-elemen yang terlibat dalam bagian tatanan PHBS adalah rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan, dan tempat umum (Kemenkes, 2016).

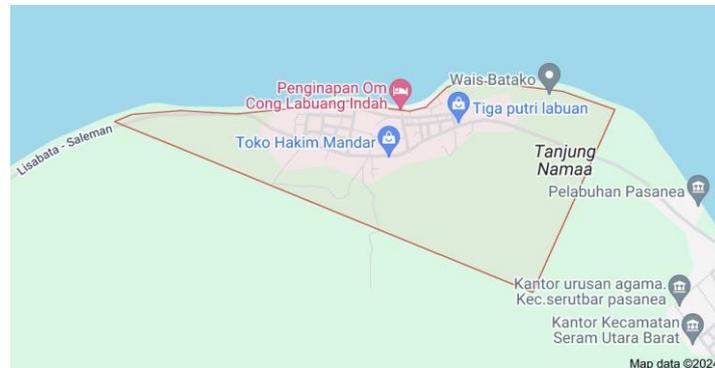
Berdasarkan hasil pengamatan, ditemukan masalah seperti kurangnya pengetahuan ibu terkait makanan pendamping ASI (MPASI) dan minimnya kesadaran masyarakat terkait kebersihan lingkungan dibuktikan dengan membuang sampah sembarangan, minimnya tong sampah, dan mengelola sampah yang tidak tepat seperti dibakar. Kegiatan pencegahan stunting melalui sosialisasi dan edukasi perilaku hidup dan bersih (PHBS) di Desa Labuan termasuk dalam elemen rumah tangga. Di rumah tangga, stunting dapat dicegah dengan memberikan penyuluhan kesehatan pada ibu sebagai sosok terdekat anak. Berkaitan dengan itu, ibu berperan utama dalam tumbuh dan kembang anak menurut masyarakat tradisional (Cahya, 2021). Terdapat sepuluh indikator PHBS di rumah tangga, yaitu proses kelahiran anak yang dibantu tenaga kesehatan, timbang berat bayi secara berkala, cuci tangan dengan sabun, gunakan air bersih dan jamban sehat, pemberian ASI eksklusif, membasmi jentik nyamuk, tidak merokok, konsumsi buah dan sayur, serta beraktivitas fisik setiap hari (Kemenkes, 2016).

Penyuluhan kesehatan adalah metode stimulasi perilaku positif kepada individu atau masyarakat dengan tujuan meningkatkan pemahaman pola hidup yang sehat (Zulaikhah & Yusuf, 2018). Tujuan dari metode ini adalah terciptanya masyarakat yang ingin hidup sehat, terbentuknya acuan dan kemampuan berperilaku sehat, serta terciptanya kesadaran saat membutuhkan pertolongan orang lain (Hermawan, 2013). Metode penyuluhan kesehatan digunakan dalam penelitian ini karena dapat meningkatkan pemahaman hidup bersih dan sehat yang menciptakan perilaku positif masyarakat sehari-hari. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman terkait definisi, penyebab, dampak, serta cara pencegahan stunting dan meningkatkan pemahaman terkait sepuluh indikator perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada ibu yang memiliki balita.

2. Metode

Kegiatan ini berlokasi di Desa Labuan, Kecamatan Seram Utara Barat, Kabupaten Maluku Tengah, Maluku. Berdasarkan hasil pengamatan, ditemukan masalah seperti kurangnya pengetahuan ibu terkait makanan pendamping ASI (MPASI) dan minimnya kesadaran masyarakat terkait kebersihan lingkungan. Sehingga, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman terkait definisi, penyebab, dampak, serta cara

pengecehan stunting dan meningkatkan pemahaman terkait sepuluh indikator PHBS pada ibu yang memiliki balita. Berikut ditampilkan peta lokasi kegiatan ini:



Gambar 1. Peta Lokasi Desa Labuan

Sumber: <https://www.google.com/>

Kegiatan ini dilaksanakan di Sekolah TK Paud Lengkap Desa Labuan. Desa atau Negeri Labuan adalah salah satu bagian dari desa di Kecamatan Seram Utara Barat yang dikelilingi oleh laut, dataran luas, dan pegunungan. Secara astronomis Kecamatan Seram Utara Barat terletak pada posisi 02 derajat 40 menit-03 derajat 05 menit lintang selatan dan 128 derajat 42 menit-129 derajat 11 menit bujur timur. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2024 pukul 08.00-12.00 WIT. Sasaran kegiatan ini adalah ibu yang memiliki balita sebanyak 30 orang. Kegiatan ini menggunakan metode penyuluhan dengan kolaborasi antara mahasiswa, puskesmas, dan posyandu Desa Labuan. Berikut ini adalah tahapan kegiatan ini, meliputi:

- a. Sambutan dan perkenalan oleh pembawa materi edukasi
- b. Penyuluhan materi edukasi
- c. Sesi tanya jawab
- d. Pengukuran tinggi dan berat badan balita
- e. Pemberian kapsul vitamin A dan makanan padat gizi
- f. Senam sehat bersama

Pelaksanaan kegiatan ini secara tatap muka dibantu dengan media edukasi, seperti video, *powerpoint*, dan poster. Video edukasi diperoleh dari youtube yang berisi masalah stunting dan cara mencegahnya. Media *powerpoint* yang digunakan untuk sosialisasi dengan judul cara membuat MPASI dari makanan keluarga untuk anak usia 6-8 bulan, 9-11 bulan, dan 12-23 bulan. Media terakhir adalah poster yang berisi sepuluh indikator perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil observasi lingkungan, ditemukan masalah terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang beresiko pada kejadian stunting, seperti kurangnya pengetahuan ibu terkait makanan pendamping ASI (MPASI) dan minimnya kesadaran masyarakat terkait kebersihan lingkungan. Berikut adalah tampilan pantai di Desa Labuan yang tidak terawat:



Gambar 2. Kegiatan Observasi di Desa Labuan

Sumber: Dokumentasi Peneliti, 2024

Kegiatan ini dilakukan secara tatap muka di Desa Labuan yang diisi oleh 30 ibu yang memiliki balita. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman sasaran kegiatan terkait definisi, penyebab, dampak, dan cara pencegahan stunting. Tujuan lainnya adalah untuk meningkatkan pemahaman sasaran kegiatan terkait sepuluh indikator PHBS. Kegiatan ini diawali dengan sambutan dan perkenalan oleh pembawa materi edukasi, penyuluhan materi edukasi stunting dan PHBS melalui video; *powerpoint*; dan poster, sesi tanya jawab, pengukuran tinggi dan berat badan balita, pemberian kapsul vitamin A dan makanan padat gizi, serta senam sehat bersama. Berikut adalah dokumentasi kegiatan sosialisasi pencegahan stunting:



Gambar 3. Media Edukasi Pencegahan Stunting

Sumber: Dokumentasi Peneliti, 2024



Gambar 4. Kegiatan Sosialisasi Pencegahan Stunting

Sumber: Dokumentasi Peneliti, 2024



Gambar 5. Pengukuran Tinggi dan Berat Badan Balita

Sumber: Dokumentasi Peneliti, 2024



Gambar 6. Kegiatan Makanan Padat Gizi

Sumber: Dokumentasi Peneliti, 2024



Gambar 7. Kegiatan Senam Sehat Bersama

Sumber: Dokumentasi Peneliti, 2024

Kegiatan ini disambut secara antusias oleh sasaran kegiatan yang ditandai dengan aktifnya tanya jawab diakhir pemaparan materi edukasi. Di akhir pemaparan materi edukasi video pencegahan stunting, Ibu Rani bertanya “Apakah diperbolehkan setiap hari anak balita memakan biskuit? karena kurangnya waktu kami untuk menyiapkan MPASI dari makanan keluarga”. Selain itu, penduduk setempat berharap kegiatan senam sehat bersama dilakukan kembali. Berdasarkan monitoring dan evaluasi, diharapkan kegiatan ini berkelanjutan, sehingga Desa Labuan dapat menjadi desa yang mandiri, bersih, dan sehat.

Pada rentang tahun 2021-2022, persentase stunting di Indonesia turun sebanyak 2,8% dari 24,4% hingga 21,6% (Kemenkes, 2022). Namun, hal itu tidak mencapai target penurunan angka stunting di Indonesia sebesar 3,4%/tahun (Kemensetneg, 2023). Stunting adalah gangguan pada anak yang ditandai dengan nilai z-skor pb/u atau tb/u < -2SD median standar WHO pertumbuhan anak (de Onis & Branca, 2016; Prendergast & Humphrey, 2014). Faktor yang menyebabkan anak mengalami stunting terbagi atas tiga, yakni faktor dasar, langsung, tidak langsung. Berkaitan dengan fokus utama penelitian ini, PHBS termasuk ke dalam faktor tidak langsung (Vaivada et al., 2020). Berikut adalah sepuluh indikator PHBS lingkup rumah tangga, seperti proses kelahiran anak yang dibantu tenaga kesehatan, timbang berat bayi secara berkala, cuci tangan dengan sabun, gunakan air bersih dan jamban sehat, pemberian ASI eksklusif, membasmi jentik nyamuk, tidak merokok, konsumsi buah dan sayur, serta beraktivitas fisik setiap hari (Kemenkes, 2016).

Kegiatan pencegahan stunting dengan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah program kerja pengabdian masyarakat dengan tujuan meningkatkan

pemahaman ibu yang memiliki balita terkait PHBS sebagai langkah pencegahan stunting. Kegiatan ini telah berhasil diimplementasikan di Desa Labuan pada tanggal 10 Agustus 2024 pukul 08.00-12.00 WIT secara tatap muka dan dihadiri oleh 30 ibu yang memiliki balita. Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah penyuluhan kesehatan dengan media edukasi video, *powerpoint*, dan poster.

Berdasarkan hasil observasi di Desa Labuan, diketahui fasilitas dan pengetahuan yang kurang terkait kebersihan lingkungan. Hal itu dibuktikan dengan membuang sampah sembarangan, minimnya tong sampah, dan mengelola sampah yang tidak tepat, seperti dibakar. Sampah yang dibuang sembarangan akan terbawa angin dan berakhir di laut. Selain berakibat langsung pada kesehatan, hal itu dapat mengganggu kenyamanan masyarakat setempat dan turis yang berkunjung di pesisir pantai Desa Labuan.

4. Kesimpulan

Kegiatan pencegahan stunting melalui sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di Desa Labuan, Seram Utara Barat, Kabupaten Maluku Tengah, Maluku terbukti mendapatkan antusias positif dan berhasil meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki balita terkait penerapan PHBS lingkup rumah tangga sebagai solusi mencegah stunting ditandai dengan aktifnya tanya jawab dan diberikan informasi tambahan diakhir sesi pemaparan edukasi terkait. Diharapkan, media edukasi kegiatan sosialisasi pencegahan stunting divariasikan dan dilakukan pretest dan posttest untuk mengukur pengetahuan. Sementara, keterkaitan dengan kejadian stunting dapat dilakukan dengan Uji Normalitas, jika terdistribusi normal dilanjutkan dengan Uji T-Test dan tidak normal dilanjutkan dengan uji Chi-Square.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) dan Dosen Pembimbing atas dukungan yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat KKN Kebangsaan Ambon 2024. Terimakasih diucapkan kepada Kepala Desa Labuan, kader puskesmas dan posyandu, seluruh masyarakat Desa Labuan, dan pihak terkait yang ikut berpartisipasi secara aktif menyukseskan kegiatan ini.

Daftar Pustaka

- Cahya, D. D. (2021). *DAMPAK PEMBERITAAN KRIMINAL TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU-IBU RUMAH TANGGA DI KELURAHAN SUNGAI PAGAR MELALUI PROGRAM BERITA KRIMINAL SERGAP DI RCTI* [Universitas Islam Riau Pekanbaru]. <https://repository.uir.ac.id/13602/1/149110218.pdf>
- de Onis, M., & Branca, F. (2016). Childhood stunting: A global perspective. *Maternal and Child Nutrition*, 12, 12–26. <https://doi.org/10.1111/mcn.12231>
- Hermawan, Y. (2013). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Lingkungan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Pelaksanaan Kesehatan Lingkungan Smp Negeri Tambaksari Kecamatan Tambaksari Kabupaten Ciamis. *Bumi Lestari*, 13(1), 166–173.
- Kemendes. (2016). *PHBS*. Kementerian Kesehatan. <https://ayosehat.kemkes.go.id/phbs>
- Kemendes. (2022). Buku Saku Hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022. In *Kemendes*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan KEMENTERIAN KESEHATAN RI. [https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4855/3/Buku Saku SSGI 2022 rev 270123 OK.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4855/3/Buku_Saku_SSGI_2022_rev_270123_OK.pdf)
- Kemendsetneg. (2023). *Hasil Perhitungan IKPS Nasional dan Provinsi tahun 2022*. KEMENTERIAN SEKRETARIAT NEGARA RI SEKRETARIAT WAKIL PRESIDEN. <https://stunting.go.id/hasil-perhitungan-ikps-nasional-dan-provinsi-tahun-2022/>
- Prendergast, A. J., & Humphrey, J. H. (2014). The stunting syndrome in developing countries. *Paediatrics and International Child Health*, 34(4), 250–265. <https://doi.org/10.1179/2046905514Y.0000000158>
- Vaivada, T., Akseer, N., Akseer, S., Somaskandan, A., Stefopoulos, M., & Bhutta, Z. A. (2020). Stunting in childhood: An overview of global burden, trends, determinants, and drivers of decline. *American Journal of Clinical Nutrition*, 112, 777S-791S. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa159>
- Zulaikhah, S. T., & Yusuf, I. (2018). Pengaruh Penyuluhan terhadap Kepadatan Aedes aegypti dalam Pencegahan Demam Berdarah. *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 1–7.