

**Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sebagai Upaya Preventif
Menurunkan Kejadian Stunting di Posyandu Sempurna Ujung
Kelurahan Sudirejo 1 Kota Medan**

Tsaniya Difa Hermanto¹, Amelia Eka Damayanti²

¹ Mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
² Bagian Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Email korespondensi: difa.tsaniya@yahoo.com

Abstrak: Stunting merupakan suatu gangguan dimana terjadi penurunan pertumbuhan fisik sebagai salah satu dampak kekurangan gizi kronis. Stunting sendiri masih merupakan salah satu permasalahan yang cukup mengkhawatirkan di Indonesia. Pemerintah telah mencanangkan beberapa intervensi guna mencegah stunting di kemudian hari, seperti intervensi gizi dan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Tujuan: untuk mengetahui serta meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai stunting dan pencegahannya. Metode: penyuluhan ini dilakukan di posyandu sempurna ujung kelurahan Sudirejo 1 dengan total peserta penyuluhan sebanyak 20. Gambaran pengetahuan masyarakat diketahui dengan membandingkan jawaban pretest dan posttest dari kuesioner yang dibagikan. Hasil: dari hasil *posttest* setelah penyuluhan dilakukan, didapati peningkatan pengetahuan masyarakat dengan nilai rerata 96 dari nilai rerata *pretest* 86 yang didapat sebelum penyuluhan.

Kata Kunci: edukasi, PHBS, stunting

PENDAHULUAN

Stunting atau pendek merupakan suatu gangguan dimana terjadi penurunan pertumbuhan fisik sebagai salah satu dampak kekurangan gizi kronis.¹ Manifestasi klinis stunting akan tampak secara fisik pada usia 24-59 bulan.² Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti intake gizi yang tidak adekuat serta adanya infeksi yang terjadi secara berulang dan terus menerus.³ Selain itu, riwayat berat badan lahir rendah dan riwayat panjang badan lahir <48cm juga mempengaruhi terjadinya stunting.⁴ Berdasarkan standar WHO-MGRS (*Multicentre Growth Reference Study*) yang masuk dalam kategori stunting adalah panjang atau tinggi badan berdasarkan umur dengan hasil z-score kurang dari -2 standar deviasi.⁵

Stunting masih merupakan salah satu permasalahan yang cukup mengkhawatirkan di Indonesia. Berdasarkan data dari WHO pada tahun 2017, terdapat 22,2% atau sekitar 150,8 juta balita yang mengalami stunting di dunia.⁶ Angka ini sudah mengalami penurunan jika dibandingkan dengan data di tahun 2010, dimana dilaporkan sebanyak 26,1% dan di tahun 2015 sebanyak 23,2%.⁷ Di Indonesia sendiri, angka prevalensi stunting mengalami fluktuatif. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar, prevalensi stunting balita di tahun 2018 mencapai 30,8%. Angka ini mengalami penurunan jika dibandingkan dengan data pada tahun 2013 yang mencapai 37,2%.⁸

Pertumbuhan yang terhambat pada anak dengan kejadian stunting bersifat *irreversible*, yang berarti akan bertahan seumur hidup dan akan mempengaruhi generasi selanjutnya.⁹ Selain itu, stunting juga mempengaruhi perkembangan kemampuan kognitif anak, seperti

kemampuan bernalar dan memecahkan masalah.⁷ Anak stunting jika dibandingkan dengan anak yang tidak mengalami stunting juga memiliki resiko 9 kali lebih besar untuk memiliki nilai IQ dibawah rata-rata.¹⁰

Upaya pencegahan stunting pada balita dapat dilakukan melalui 2 cara, yakni secara langsung dengan cara intervensi gizi spesifik dan secara tidak langsung dengan melibatkan lintas sektor masyarakat, khususnya dalam penyediaan pangan, air bersih, sanitasi dan sebagainya.¹¹ Intervensi gizi sendiri dapat dilakukan dengan 2 cara, yakni intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitif.¹² Terdapat 2 sasaran dalam intervensi gizi spesifik, yakni sasaran prioritas (ibu hamil, ibu menyusui dan anak 0-23 bulan) serta sasaran penting (remaja, wanita usia subur dan anak 24-59 bulan).¹³ Sementara pada intervensi gizi sensitif, terdapat beberapa jenis intervensi, seperti peningkatan kesadaran, komitmen praktik pengasuhan gizi anak, peningkatan akses pangan bergizi dan peningkatan serta penyediaan air minum dan sanitasi dengan menyediakan akses air minum dan akses sanitasi yang layak.¹⁴

Selain intervensi gizi sebagai pencegahan stunting, pemerintah juga mencangkan bentuk intervensi lain, seperti tablet tambah darah untuk ibu hamil minimal 90 tablet selama kehamilan, makanan tambahan untuk ibu hamil, persalinan dibantu oleh tenaga kesehatan (dokter atau bidan), inisiasi menyusui dini, pemberian ASI eksklusif dan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).¹⁵

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku kesehatan yang dilakukan oleh seluruh anggota keluarga untuk meningkatkan kesehatan.¹⁶ Menurut Departemen Kesehatan RI tahun 2007, PHBS merupakan semua perilaku

dan kegiatan kesehatan yang dilakukan atas kesadaran dirinya sendiri atau seluruh anggota keluarga sehingga dapat berperan aktif dalam bermasyarakat.¹⁷

PHBS di Rumah Tangga merupakan suatu upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar tahu, ingin dan mampu melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat.¹⁸ Terdapat 10 indikator PHBS di Rumah Tangga, yakni¹⁹:

1. Persalinan dibantu oleh tenaga kesehatan.
2. Memberi ASI eksklusif untuk bayi.
3. Menimbang bayi dan balita setiap bulan.
4. Menggunakan air bersih
5. Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun.
6. Menggunakan jamban sehat
7. Memberantas jentik nyamuk dirumah.
8. Makan buah dan sayur setiap hari.
9. Melakukan aktivitas fisik setiap hari
10. Tidak merokok didalam rumah.

Menurut Badan Pusat Statistik Indonesia, prevalensi balita pendek di Sumatera Utara mencapai 20.3% dan balita sangat pendek mencapai angka 9,6%.²⁰ Edukasi ini dilakukan di salah satu Kelurahan yang terdapat di provinsi Sumatera Utara, tepatnya Kelurahan Sudirejo 1 Kota Medan. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan mengedukasi masyarakat tentang PHBS guna mencegah terjadinya kejadian stunting.

METODE

Pada kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) kali ini dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai stunting dan PHBS di Posyandu Sempurna Ujung 1, Kelurahan Sudirejo 1, Kecamatan Medan Kota, Medan pada tanggal 23 Agustus

2022. Data primer didapat melalui pengisian kuesioner. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh warga kelurahan Sudirejo 1 yang berkunjung ke Posyandu Jl, Sempurna Ujung. Terdapat 20 responden yang mengisi kuesioner. Kuesioner terdiri dari pretest dan postest yang berisi 20 pertanyaan, dimana hasilnya akan dibandingkan untuk mengetahui apakah kegiatan edukasi ini dipahami dengan baik oleh masyarakat.

HASIL

Sebelum edukasi dilakukan, peserta penyuluhan yang merupakan remaja usia produktif dan ibu dengan balita yang datang ke posyandu jl. Sempurna Ujung diinstruksikan untuk mengisi kuesioner *pretest* selama 10-15 menit untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap responden tentang stunting dan PHBS.



Gambar 1. Pengisian kuesioner pre-test sebelum edukasi.

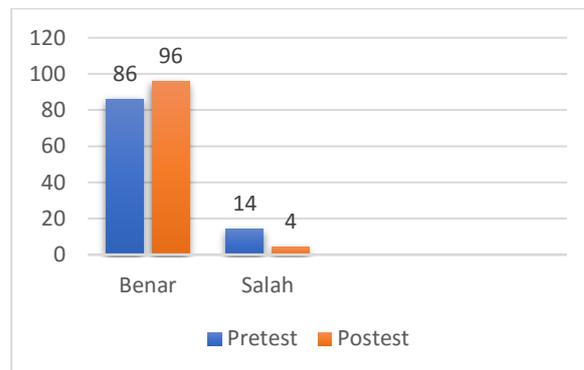
Setelah pengisian kuesioner, edukasi dilakukan selama 60 menit. Materi edukasi kali ini mengangkat tema pencegahan stunting dengan PHBS sebagai salah satu bentuk pencegahan stunting.

Materi edukasi yang diberikan berupa pengertian stunting, pengertian PHBS serta 10 indikator PHBS di tatanan rumah tangga. Pada edukasi kali ini juga dilakukan demonstrasi PHBS yakni dengan mempraktikkan 6 langkah cuci tangan. Setelah edukasi selesai diberikan, responden kembali diinstruksikan untuk mengisi kuesioner *posttest*.



Gambar 2. Kegiatan edukasi pencegahan stunting dan PHBS.

Pada kegiatan edukasi kali ini, seluruh peserta penyuluhan merupakan ibu-ibu dengan balita yang sedang melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan rutin di posyandu sempurna ujung. Dari 20 peserta penyuluhan, didapatkan nilai rerata hasil *pretest* sebesar 86 dan nilai rerata *posttest* sebesar 96.



Gambar 3. Gambaran pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi.

KESIMPULAN

Kegiatan KKN kali ini berjalan dengan lancar. Berdasarkan hasil yang diperoleh dengan membandingkan jawaban kuesioner peserta edukasi sebelum dan sesudah edukasi, ditemukan adanya peningkatan rerata pada nilai *posttest*. Hal ini berarti edukasi yang dilakukan dapat dipahami dengan baik oleh masyarakat dan diharapkan edukasi yang diberikan juga dapat diterapkan oleh masyarakat untuk mencegah stunting di masa yang akan datang

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak terkait serta masyarakat Kelurahan Sudirejo 1 yang telah berpartisipasi dalam kegiatan KKN kali ini. Semoga kita semua dalam lindungan Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

1. Apriluana G, Fikawati S. Analisis Faktor-Faktor Risiko terhadap Kejadian Stunting pada Balita (0-59 Bulan) di Negara Berkembang dan Asia Tenggara. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. 2018 Des 31;28(4):247–56.

2. Muthia G, Edison E, Yantri E. Evaluasi Pelaksanaan Program Pencegahan Stunting Ditinjau dari Intervensi Gizi Spesifik Gerakan 1000 HPK Di Puskesmas Pegang Baru Kabupaten Pasaman. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2020 Jan 13;8(4).
3. Bella FD, Fajar NA, Misnaniarti M. Hubungan pola asuh dengan kejadian stunting balita dari keluarga miskin di Kota Palembang. *Jurnal Gizi Indonesia*. 2020 Feb 6;8(1):31.
4. Kusumawati E, Rahardjo S, Sari HP. Model Pengendalian Faktor Risiko Stunting pada Anak Bawah Tiga Tahun. *Kesmas: National Public Health Journal*. 2015 Apr 1;9(3):249.
5. Rahmadhita K. Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 2020 Jun 30;11(1):225–9.
6. World Health Organization. Level and trend child nutrition key findings of the 2018 edition of the joint child malnutrition estimates. Geneva;
7. Daracantika A. Systematic Literature Review: Pengaruh Negatif Stunting terhadap Perkembangan Kognitif Anak.
8. Kementrian Kesehatan RI. Laporan Nasional Riskesdas 2018. 2018.
9. Arnita S, Rahmadhani DY, Sari MT. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*. 2020 Mar 14;9(1):7.
10. Arfines PP, Puspitasari FD. Hubungan Stunting dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar di Daerah Kumuh, Kotamadya Jakarta Pusat. *Buletin Penelitian Kesehatan*. 2017 Mar 31;45(1).
11. Astuti S, Megawati G, Cms S. Gerakan Pencegahana Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat di Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. Vol. 7. 2018.
12. Kementrian Kesehatan RI. Situasi balita pendek. 2016. *Info Datin*, 2442–7659.
13. Arrish J, Yeatman H, Williamson M. Midwives' Role in Providing Nutrition Advice during Pregnancy: Meeting the Challenges? A Qualitative Study. *Nurs Res Pract*. 2017;2017:1–11.
14. Satriawan E. Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting. Jakarta; 2018 Nov.
15. Laili U, Andriani RA. Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks*. 2019 Jun;5(1).
16. Apriani L, Gizi J, Masyarakat K, Semarang U. Hubungan Karakteristik Ibu, Pelaksanaan Keluarga Sadar Gizi (KADARZI) dan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Dengan Kejadian Stunting (Studi kasus pada baduta 6-23 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sawit Kota Surakarta) [Internet]. Available from: <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
17. Purwanto D, Rahmad RE. Pengaruh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Stunting Pada Balita di Desa Jelbuk Kabupaten Jember. *JIWAKERTA: Jurnal Ilmiah Wawasan Kuliah Kerja Nyata*. 2020 Okt 2;1(1):10–3.

18. Fida Fitriani U, Gebilya Tiboyong W, Ardhani D, Naufal A, Agustina N, Maulana Fahrudin T. Sosialisasi Dan Penerapan Perilaku Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Penurunan Angka Stunting di Sekolah Dasar Desa Kunjorowesi. 2022;1.
19. Fajaruddin NMuh. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo. Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK) LP2M Unhas. 2019;1.
20. Sibuea F, Hardhana B, Widiyanti W, editor. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2022.