

PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SANITASI

Miftah Chairani¹, Fajar Akbar²

^{1,2} Program Studi Sanitasi, Poltekkes Kemenkes Mamuju
e-mail: fajarpoltekkes@gmail.com

Abstrak

Masalah *stunting* di Indonesia tidak banyak mengalami perubahan selama hampir satu dekade. Kejadian balita *stunting* (pendek) merupakan masalah gizi utama yang dihadapi Indonesia. Tingginya prevalensi *stunting* yang disebabkan oleh multi faktor yang memerlukan adanya upaya pencegahan dan penanggulangan melalui pendekatan dari berbagai segi disiplin ilmu, karena pencegahan dan penanggulangan *stunting* tidak cukup dengan memperbaiki intervensi gizi saja tetapi ada faktor lain yaitu gaya hidup, sanitasi dan kebersihan lingkungan. Faktor rendahnya sanitasi dan kebersihan lingkungan merupakan salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Tujuan pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi PHBS dan sanitasi pada masyarakat di wilayah kerja PKM Tampa Padang, sehingga dapat mencegah dan menurunkan angka kejadian *stunting*. Metode pengabdian yang dapat dilakukan adalah pemberian edukasi PHBS) dan sanitasi terhadap masyarakat sehingga dapat membantu mencegah kejadian *stunting*, pembagian buku saku PHBS dan Sanitasi sebagai tambahan pengetahuan kepada masyarakat dan praktek pembuatan biopori sebagai solusi konkrit dalam mengurangi timbulan sampah organik yang bisa menimbulkan penyakit atau gangguan kesehatan pada masyarakat. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada perbedaan bermakna antara hasil post test dengan pre test sehingga metode penyuluhan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan. Serta penambahan lubang biopori di rumah masyarakat Kelurahan Bebanga.

Kata kunci: PHBS, Stunting, Sanitasi, Biopori

Abstract

The *stunting* problem in Indonesia has not changed much for almost a decade. The incidence of stunted (short) toddlers is a major nutritional problem facing Indonesia. The high prevalence of *stunting* is caused by multiple factors which require prevention and control efforts through approaches from various aspects of scientific discipline, because preventing and controlling *stunting* is not enough to improve nutritional interventions alone but there are other factors, namely lifestyle, sanitation and environmental cleanliness. The factor of low sanitation and environmental cleanliness is an indicator of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS). The aim of this service is to provide education on PHBS and sanitation to the community in the PKM Tampa Padang work area, so that it can prevent and reduce the incidence of *stunting*. The service methods that can be carried out are providing education on PHBS and sanitation to the community so that it can help prevent *stunting*, distributing PHBS and Sanitation pocket books as additional knowledge to the community and the practice of making biopori as a concrete solution in reducing the generation of organic waste. which can cause disease or health problems in the community. The results of statistical analysis show that there is a significant difference between the results of the post test and the pre test so that the counseling method has an effect on increasing knowledge. As well as the addition of biopore holes in the homes of the people Bebanga Subdistrict.

Keywords: PHBS, Stuntinh, Sanitation, Biopore

PENDAHULUAN

Indonesia memiliki permasalahan kesehatan yang dianggap cukup memprihatinkan, salah satunya *stunting*. World Health Organization (WHO) dan Kementerian Kesehatan berpendapat bahwa *stunting* merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita yang dapat diukur dari tinggi badan anak, dimana tubuh anak terindikasi *stunting* jauh lebih pendek dibanding dengan anak seumurannya. Adapun faktor penyebab anak terindikasi *stunting* ialah kurangnya pengetahuan ibu terkait *stunting*, kurangnya pemenuhan gizi dan nutrisi ibu saat mengandung, ibu mengalami anemia, kurangnya kesadaran untuk menerapkan aktivitas hidup bersih dan sehat, serta dipengaruhi oleh faktor perekonomian.

Stunting merupakan salah satu target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang termasuk pada tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2 yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi

pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Target yang ditetapkan terjadi penurunan stunting pada tahun 2025 hingga 40% (Kemenkes RI, 2018).

Stunting didefinisikan sebagai keadaan tubuh yang pendek yang didasarkan pada hasil pengukuran Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) dibandingkan dengan indek ambang batas (z-score) dengan indek ambang batas (z-score) < -2 SD. Pengukuran TB/U merupakan indikator status gizi dimasa lalu dan menggambarkan kesejahteraan dan kemakmuran suatu bangsa (Aprizah, 2021).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) Indonesia merupakan negara ketiga dengan prevalensi tertinggi diregional Asia Tenggara, terdapat rata-rata 36,4 % prevalensi balita stunting di Indonesia sejak tahun 2005-2017 (Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia, 2018), sedangkan prevalensi stunting anak Indonesia tahun 2018 mencapai 30,8 Riskesdas, 2018) dan , Adapun WHO menetapkan batas minimum angka stunting di sebuah negara 20%. Balita pendek atau biasa disebut dengan stunting merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh balita di dunia saat ini. Angka balita stunting di dunia pada tahun 2017 mencapai 22,2 % artinya balita didunia yang mengalami stunting sekitar 150,8 juta terdiri atas 55 % berasal dari balita Asia dan 39 % balita yang tinggal di Afrika. Adapun proporsi balita stunting di Asia terbanyak berasal dari Asia Selatan(58,7%) dan Asia Tengah dengan proporsi paling sedikit dari 83,6 juta anak di Asia (Aprizah, 2021)

Masalah *stunting* di Indonesia tidak banyak mengalami perubahan selama hampir satu dekade. Kejadian balita stunting (pendek) merupakan masalah gizi utama yang dihadapi Indonesia. Berdasarkan data pemantauan Status Gizi (PSG) selama tiga tahun terakhir, pendek memiliki prevalensi tertinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti gizi kurang, kurus, dan gemuk. Prevalensi balita pendek mengalami peningkatan dari tahun 2016 yaitu 27,5% menjadi 29,6% pada tahun 2017 (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi stunting di Kab. Mamuju pada tahun 2013 sebesar 47,26%. Angka kejadian masalah stunting tahun 2016 di Sulawesi Barat mengalami peningkatan dari 38,4 % menjadi 39,7%,. Data prevalensi kejadian stunting di Kabupaten Mamuju pada tahun 2016 sebesar 39,6% (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Barat, 2018).

Tingginya prevalensi stunting yang disebabkan oleh multi faktor yang memerlukan adanya upaya pencegahan dan penanggulangan melalui pendekatan dari berbagai segi disiplin ilmu, karena pencegahan dan penanggulangan stunting tidak cukup dengan memperbaiki intervensi gizi saja tetapi ada faktor lain yaitu gaya hidup, sanitasi dan kebersihan lingkungan. Faktor rendahnya sanitasi dan kebersihan lingkungan merupakan salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah program khusus dari pemerintah Indonesia. Program ini bertujuan meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat Indonesia secara keseluruhan. Program PHBS dijalankan melalui proses edukasi kepada masyarakat. Dengan ini, tiap individu diharapkan menjadi sadar kesehatan dan mampu menjalankan perilaku bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-harinya. Ada lima tatanan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang ditetapkan oleh pemerintah, yaitu PHBS di rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan, dan tempat umum. Kelimanya menjadi titik dimulainya program edukasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat.

Penelitian Apriani (2018) di PKM Pucang Sawit menyatakan terdapat hubungan antara pelaksanaan PHBS yang kurang baik dengan kejadian Stunting pada Baduta (p value =0,001, C = 0,575) (Apriani et al., 2018). Penelitian lainnya yang dilakukan di Kelurahan Air Hitam, Kota Samarinda menunjukkan bahwa sebesar 22% balita mengalami stunting, terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dan penerapan PHBS ibu dengan kejadian stunting (p -value = 0,030 dan 0,017). Hasil penelitian menunjukkan hasil bahwa sebanyak 7 responden (14%) mempunyai anak stunting dengan wawasan kurang baik tentang PHBS. Sejumlah 4 responden (8%) yang mempunyai anak stunting dengan wawasan baik tentang PHBS. Sedangkan untuk responden yang memiliki anak normal dengan pengetahuan kurang baik tentang PHBS sejumlah 10 responden (20%) dan responden yang memiliki anak normal dengan pengetahuan baik tentang PHBS sejumlah 29 responden (58%) (Dhefiana et al., 2023).

Penelitian lainnya secara studi literatur 6 artikel menunjukkan bahwa sanitasi lingkungan keluarga (Jenis jamban, Pengamanan sampah, Pembuangan Air Limbah Domestik, pengolahan air minum dan makanan, serta sumber air) berhubungan dengan kejadian stunting pada balita (Tia Feronika Asi, Lensi Natalia Tambunan, 2022). Penelitian yang dilakukan di Kab.Mamasa menunjukkan variabel cuci tangan pakai sabun memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada balita ($p=0,000$), variabel penggunaan jamban sehat tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada balita ($p= 0,73$), dan variabel penggunaan air bersih mempunyai hubungan

yang signifikan dengan kejadian stunting pada balita ($p = 0,001$) (Hidayah et al., 2022). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Fajar Akbar, dkk 2021 tentang Hubungan PHBS dengan Kejadian Stunting di Wilayah Kerja PKM Tamba Padang menunjukkan perilaku PHBS masyarakat masih rendah, kepemilikan SPAL 11%, perilaku pengelolaan sampah 2% (Hairuddin & Akbar, 2023).

METODE

Metode pengabdian yang dilakukan dalam penanganan masalah yang diperoleh adalah

1. Pemberian edukasi kepada masyarakat. Topik penyuluhan yaitu edukasi PHBS dan Sanitasi dalam Penanggulangan Stunting. Dalam kegiatan ini dijelaskan defenisi, penyebab dan penanggulangan stunting, PHBS dan Sanitasi.
2. Pembagian buku saku PHBS. Dibagikan 1 buku saku untuk setiap rumah tangga. Dalam buku saku dipaparkan terkait defenisi, penyebab dan penanggulangan stunting, PHBS dan Sanitasi.
3. Pemberian edukasi dan praktek pembuatan biopori. Dilakukan penyuluhan kedua dengan memberikan edukasi pembuatan bipori dan praktek pembuatan biopori. Pembuatan biopori dilakukan dalam rangka mengurangi timbulan sampah organik di masyarakat yang selama ini menjadi salah satu masalah yang sulit diselesaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Kegiatan

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan beberapa kegiatan yaitu

1. Edukasi PHBS dan Sanitasi dalam penangulangan stunting

Kegiatan edukasi berupa pemberian penyuluhan kepada masyarakat. Pada kegiatan ini dilakukan pemberian edukasi berupa pemahaman kepada masyarakat kajian terkait dengan stunting, kajian tentang PHBS dan Sanitasi. Kegiatan ini dihadiri oleh Kepala Kelurahan, para Kepala Lingkungan, para kader kesehatan dan Sanitarian Puskesmas Tamba Padang.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi PHBS dan Sanitasi

Pada kegiatan penyuluhan tersebut dilakukan pre dan post test bagi 50 peserta pelatihan. Pada tabel 2 hasil analisis statistic menggunakan uji *Wilcoxon* diketahui bahwa *Asymp.Sig.(2-tailed)*, $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan bermakna antara hasil post test dengan pre test sehingga metode penyuluhan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan. Rata-rata peningkatan point sekitar 20,01 sedangkan penurunan point rata-rata 15,13.

Tabel 1. Rata-rata peningkatan pengetahuan pada kegiatan penyuluhan PHBS dan Sanitasi dalam penanggulangan stunting

post test - pre test	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	4	15.13	60.50
Positive Ranks	34	20.01	680.50
Ties	12		
Total	50		

Tabel 2. Uji Statistik *Wilcoxon Signed Rank Test*

Uji <i>Wilcoxon</i>	Post test – Pre Test
Z	-4.555
<i>Asymp.Sig (2-tailed)</i>	.000

2. Pembagian buku saku PHBS dan Sanitasi

Kegiatan pembagian buku saku PHBS dan Sanitasi dilakukan dengan tujuan masyarakat yang telah mendapatkan penyuluhan PHBS dan Sanitasi dapat membaca kembali materi tersebut. Dalam buku tersebut dipaparkan kajian terkait dengan stunting mulai dari defenisi, penyebab, dampak dan pencegahan stunting. Kajian tentang PHBS mulai dari defenisi, manfaat, dan indikator PHBS. Kajian tentang sanitasi yaitu 5 pilar STBM serta petunjuk pembuatan Biopori. Buku saku ini telah memiliki telah di daftarkan pada Kementerian HUKUM dan HAM untuk penciptaan dengan nomor EC00202389569. Pembagian buku saku ini diharapkan dapat menjadi tambahan pengetahuan bagi masyarakat. Buku saku ini akan memudahkan masyarakat untuk dibaca dan dibawa. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pemberian buku saku efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak SDN 33 Kendari dalam mencuci tangan (Taamu et al., 2020). Ada perbedaan rerata pengetahuan safety riding sebelum dan sesudah diberikan buku saku pada siswa kelas X dan XI jurusan TBSM (Teknik dan Bisnis Sepeda Motor) SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta dimana p-value 0,000 (Lestari & Arianto, 2019).



Gambar 2. Pembagian Buku Saku kepada masyarakat dan Buku Saku disertai HKI

3. Edukasi dan praktek Pembuatan Biopori

Edukasi pembuatan biopori diberikan dengan tujuan bahwa salah satu permasalahan yang dihadapi masyarakat adalah terkait pengelolaan limbah padat khususnya sampah organik. Dimana masyarakat desa membuang sampahnya disekitar rumah sehingga menjadi faktor resiko munculnya penyakit infeksi yang beresiko pada kejadian stunting. Kegiatan edukasi dihadiri oleh 40 orang peserta yang terdiri dari Kepala Kelurahan Bebanga, para kepala lingkungan, para kader dan sanitarian Puskesmas Tampa Padang. Setelah pemberian edukasi maka selanjutnya dilakukan praktek pembuatan lubang biopori. Setelah kegiatan praktek tersebut para kepala lingkungan berkomitmen membuat lubang biopori di rumah masing-masing dan akan melakukan sosialisasi kepada seluruh masyarakat untuk membuat lubang biopori tersebut.



Gambar 3. Edukasi dan Praktek Pembuatan Biopori

SIMPULAN

Kegiatan edukasi PHBS dan Sanitasi dalam menanggulangi stunting memberikan pengaruh dalam peningkatan pengetahuan masyarakat, pemberian buku saku PHBS dan Sanitasi telah dibagikan

kepada masyarakat serta praktek pembuatan biopori sehingga diharapkan masyarakat membuat biopori di rumah masing-masing.

SARAN

Kepada masyarakat di Kelurahan Bebanga diharapkan dapat meningkatkan PHBS dan Sanitasi serta membuat biopori di rumah masing-masing sebagai langkah dalam penanggulangan stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Mamuju yang telah memberikan bantuan dana dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriani, L., Gizi, J., Masyarakat, K., & Semarang, U. (2018). 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). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(4), 198–205. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/21396/19889>
- Aprizah, A. (2021). *Hubungan karakteristik Ibu dan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Tatanan Rumah Tangga dengan kejadian Stunting Correlation of Characteristics Mother and Healthy Living Behavior (PHBS) in The Household with Incidence of Stunting Asni Aprizah PENDAHULUAN. 4*, 115–123.
- Dhefiana, T., Reni Suhelmi, & Hansen. (2023). Hubungan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Orang Tua Dengan Kejadian Stunting Di Kelurahan Air Hitam Kota Samarinda. *Sanitasi: Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 16(1), 20–28. <https://doi.org/10.29238/sanitasi.v16i1.1484>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Barat. (2018). *Rencana Strategis Dinas Kesehatan Sulawesi Barat 2017-2022*. 1–109. <https://dinkes.sulbarprov.go.id/wp-content/uploads/2019/10/Renstra-2017-2022.pdf>
- Hairuddin, M. C., & Akbar, F. (2023). Indonesian Journal of Global Health Research. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 5(2), 405–412. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v2i4.250>
- Hidayah, N., Soerachmad, Y., & Nengsi, S. (2022). Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Bambang Kabupaten Mamasa. *Journal Pegguruang: Conference Series*, 4(2), 786. <https://doi.org/10.35329/jp.v4i2.3173>
- Kemendes RI. (2018). Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. In *Kementerian Kesehatan RI* (Vol. 301, Issue 5, pp. 1163–1178). <https://www.kemkes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-pusdatin-info-datin.html>
- Lestari, D. A., & Arianto, M. E. (2019). Pengaruh Pemberian Buku Saku Terhadap Peningkatan Pengetahuan Safety Riding Pada Siswa Kelas X dan XI Jurusan TBSM SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta. *Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta*, 6. http://eprints.uad.ac.id/14793/1/T1_1500029002_NASKAH_PUBLIKASI.pdf
- Taamu, T., Nurjannah, N., & Wijayanti, F. (2020). PENGGUNAAN BUKU SAKU SEBAGAI MEDIA UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN MENCUCI TANGAN ANAK. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 15(2), 80–87. <https://doi.org/10.36086/jpp.v15i2.556>
- Tia Feronika Asi, Lensi Natalia Tambunan, E. P. B. (2022). Hubungan Sanitasi Lingkungan Keluarga Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(2), 222–226.