

PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SERTA PENCEGAHAN STUNTING DI DESA NANGTANG KECAMATAN CIGALONTANG

Taufik Hidayat¹, Resha Resnawati Saleha¹, Ira Rahmiyani¹, Nike Widya Gantika Putri^{2*}, Sedin Renadi², Anindia Nuralifanisa², dan Ai Putri Lestari²

¹Universitas Bakti Tunas Husada

²Universitas Bakti Tunas Husada

*Korespondensi: nkiewgp@gmail.com

ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a form of effort to provide lessons in the form of experience to each individual, family member, and the general public. The majority of the Nangtang Village community in stilt houses do not have private latrines, so they are accustomed to using public latrines made of bamboo (latrine) while poor sanitation and hygiene levels can increase the risk of stunting in children by 3 times. The purpose of this community service activity is to improve the Nangtang Village community regarding PHBS and stunting prevention. The community service method used is lectures and giving questionnaires in the form of pre-test and post-test. The result of the activity is the influence on the understanding of the material received based on age and level of education.

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah bentuk dari suatu upaya untuk memberikan pelajaran berupa pengalaman pada tiap individu, anggota keluarga, maupun masyarakat umum. Adapun mayoritas masyarakat Desa Nangtang menempati rumah panggung yang tidak memiliki jamban pribadi, sehingga mereka terbiasa menggunakan jamban umum yang terbuat dari bambu (kakus) sedangkan tingkat sanitasi dan higienis yang buruk dapat meningkatkan resiko stunting pada anak sebanyak 3 (tiga) kali lebih besar. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Nangtang mengenai PHBS serta pencegahan stunting. Metode kegiatan pengabdian masyarakat yang digunakan yaitu dengan ceramah dan memberikan kuesioner berupa pre test dan post test. Hasil dari kegiatan yaitu terdapat pengaruh pada pemahaman materi yang diterima berdasarkan dari usia dan tingkat pendidikan.

Keywords: Counseling, PHBS, and Stunting

PENDAHULUAN

Pola penerapan hidup bersih dan sehat merupakan bentuk dari perilaku berdasarkan kesadaran sebagai wujud dari pembelajaran agar individu dapat memperbaiki masalah kesehatan baik untuk diri sendiri maupun di lingkungan masyarakat (Wati & Ridlo, 2020). Program penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk dari upaya untuk memberikan pelajaran berupa pengalaman pada tiap individu, anggota keluarga, maupun masyarakat umum (Natsir, 2019).

Hingga saat ini perilaku hidup bersih dan sehat masih menjadi perhatian khusus dari pemerintah. Hal ini dikarenakan PHBS dijadikan sebagai tolak ukur dalam pencapaian peningkatan cakupan kesehatan pada program Sustainable Development Goals (SDGs) tahun 2015-2030. PHBS dalam SDGs merupakan salah satu bentuk upaya pencegahan yang menimbulkan dampak jangka pendek dalam peningkatan kesehatan pada lingkup anggota keluarga, masyarakat umum serta sekolah (Kemenkes RI, 2015).

Penerapan PHBS di rumah tangga merupakan bentuk pemberdayaan semua anggota keluarga agar mereka mengetahui, mampu, mau serta dapat menerapkan PHBS pada kehidupan sehari-hari. Selain itu anggota keluarga diharapkan untuk berperan aktif dalam gerakan kesehatan di lingkungan masyarakat. Salah satu upaya yang dilakukan yaitu kegiatan promosi kesehatan yang terintegrasi. Upaya tersebut

bertujuan agar masyarakat lebih paham mengenai masalah kesehatan yang terjadi pada individu dan lingkungan masyarakat (Kemenkes RI, 2011).

Menurut (DepKes RI, 2014) terdapat sepuluh indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang harus dicapai dalam rumah tangga, diantaranya adalah :

1. Kelahiran yang dibantu oleh bidan
2. Pemberian ASI eksklusif pada anak hingga usia 2 tahun
3. Melakukan penimbangan rutin setiap kali ada posyandu
4. Penggunaan air bersih untuk memasak dan mencuci baju
5. Selalu membiasakan mencuci kedua tangan menggunakan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah makan
6. Mempunyai dan menggunakan jamban sehat pada tiap rumah tangga
7. Melakukan pemberantasan jentik dalam waktu seminggu sekali
8. Mengonsumsi sayuran dan buah buahan sehat secara seimbang
9. Olahraga atau jalan-jalan setiap hari
10. Tidak menghisap asap rokok di sekitar tempat tinggal atau rumah

Rumah tangga yang sehat menjadi modal utama yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Beberapa anggota keluarga mempunyai masa rawan terkena penyakit menular dan tidak. Maka dari itu untuk mencegah penyakit tersebut anggota rumah tangga perlu pemberdayaan untuk melaksanakan PHBS (Masyarakat, 2011).

Desa Nangtang merupakan salah satu desa yang terdapat di Kecamatan Cigalontang, tepatnya di Kabupaten Tasikmalaya, Jawa Barat. Desa ini memiliki total 4 dusun yaitu Dusun Nangtang, Dusun Nangkabongkok, Dusun Kawunglancar dan Dusun Mayana. Ke empat Dusun ini memiliki karakteristik dan permasalahan kesehatan yang tidak jauh terkait perilaku hidup bersih dan sehat. Di Desa Nangtang terdapat total 7 RW dan 25 RT dengan mayoritas mata pencaharian masyarakatnya adalah petani.

Tingkat sanitasi dan higienis yang buruk dapat menghasilkan peningkatan resiko stunting pada anak sebanyak 3 (tiga) kali lebih besar. Adapun menurut The United Nation Children Fund (UNICEF, 1997) dalam (Aprizah, 2021) stunting disebabkan oleh faktor penyakit infeksi dan asupan yang tidak seimbang sedangkan faktor yang berpengaruh tidak langsung berkaitan dengan sanitasi, air bersih, pelayanan kesehatan yang tidak memadai, tidak cukup persediaan pangan dan pola asuh. Maka dari itu hal – hal tersebut haruslah diketahui oleh masyarakat Desa Nangtang agar terhindar dari stunting.

Tujuan dilaksanakannya penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta pencegahan stunting ini yaitu agar masyarakat Desa Nangtang mendapatkan pengetahuan, peningkatan cara berpikir, sehingga dapat menumbuhkan potensi swadaya yang selanjutnya berkembang secara mandiri. Selain itu, terbentuknya kader - kader penerus pengembang kesehatan di masyarakat dapat menjamin upaya kelanjutan peningkatan kesehatan.

METODE

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dilaksanakan dengan metode ceramah, demonstrasi/ pelatihan dan tanya jawab yang dilaksanakan selama 1 (satu) hari. Adapun tahapan-tahapan dalam pelaksanaan kegiatannya adalah sebagai berikut : Ceramah digunakan untuk menyampaikan pengetahuan secara umum tentang manfaat PHBS agar individu atau masyarakat berperilaku bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan penyuluhan pada masyarakat dilaksanakan dengan metode ceramah, diskusi interaktif dan pengumpulan angket selama 1 (satu) hari. adapun metode dalam pelaksanaan kegiatannya adalah sebagai berikut :

1. Koordinasi dengan pihak Desa Nangtang untuk tempat dan waktu pelaksanaan
2. Tim pelaksana mempersiapkan materi dalam bentuk brosur dan power point yang akan digunakan. juga mempersiapkan kuesioner dalam bentuk pre test dan post test sejumlah 10 soal masing-masing.
3. Kegiatan penyuluhan dengan tahap-tahap sebagai berikut : pre test yang dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat, lalu pemberian materi dengan metode ceramah dengan isi materi perilaku hidup bersih dan sehat di rumah tangga serta pencegahan stunting di lingkungan keluarga, dan terakhir pemberian post test untuk melihat apakah materi yang diberikan kepada masyarakat dapat dipahami
4. Melakukan sesi diskusi tanya jawab dengan memberikan pertanyaan kepada peserta sebanyak 3 pertanyaan, untuk melihat seberapa jauh pemahaman masyarakat terhadap materi yang disampaikan
5. Pembagian hand sanitizer

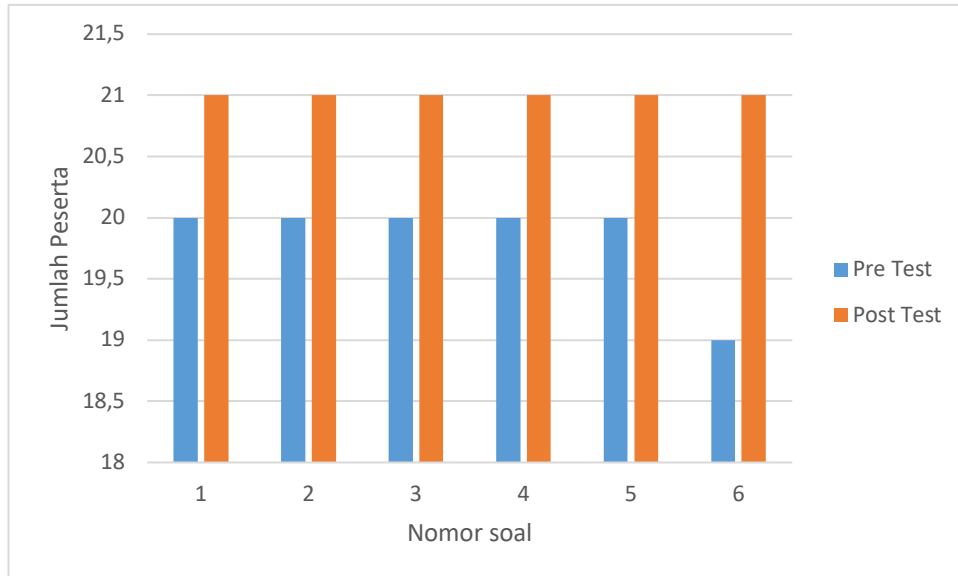
HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat dengan penyuluhan PHBS serta pencegahan stunting pada masyarakat desa nangtang yang dilaksanakan di Gor Desa Nangtang pada hari Rabu, 15 Juni 2022 mulai dari pukul 09.00 - 12.00 WIB dihadiri oleh 21 masyarakat Desa Nangtang yang datang dari 4 dusun. Adapun masyarakat yang hadir itu semua wanita dengan rentang usia mulai dari 31-72 tahun.

Metode kegiatan pengabdian masyarakat yang digunakan yaitu dengan ceramah dan pembagian kuesioner berupa pre test dan post test yang berisikan 6 soal di setiap masing - masingnya. Dimana sebelum pemaparan materi dilakukan pengisian pre test terlebih dahulu dan setelah pemaparan materi diberikan post test untuk diisi. Adapun hasil dari pre test dan post test dapat dilihat pada grafik dibawah ini.



Gambar 1. Pemaparan materi PHBS serta pencegahan stunting.



Grafik 1. Hasil kuesioner (Pre Test dan Post Test) kegiatan penyuluhan.

Jika dilihat dari grafik pre test dan post test, terlihat bahwa nilai post test secara umum lebih tinggi dibandingkan pre test. Pada soal pre test dapat dilihat pada soal nomor 1-5 bahwa peserta mendapatkan nilai yang sama secara merata, namun untuk soal nomor 6 terdapat sedikit pengurangan jumlah peserta yang menjawab benar. Kemudian untuk soal post test itu sendiri hasil yang didapatkan oleh seluruh peserta mendapatkan nilai yang sempurna. Hasil perbandingan soal pre test dan post test ini dapat merujuk lebih jauh pada pengaruh penyuluhan yang telah dilakukan di Desa Nangtang.

Hasil yang didapatkan ternyata tidak terdapat nilai yang signifikan antara pre test dan post test, hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang telah dilaksanakan tidak memberikan dampak yang signifikan. Namun, hal ini juga dapat diartikan tingkat pengetahuan masyarakat telah meningkat, mengingat nilai dari seluruh peserta sudah tinggi. Adapun pada sesi diskusi tanya jawab yang telah dilakukan peserta dapat menjawab ketiga pertanyaan yang ada dengan baik dan lengkap. Dengan kata lain, masyarakat yang hadir dalam penyuluhan sudah memahami materi dengan baik.

Kemudian, analisa data dilanjutkan berdasarkan beberapa segi yaitu segi usia dan pendidikan terakhir para peserta. Ternyata kedua hal tersebut mempengaruhi, dimana usia dan pendidikan terakhir sangat berpengaruh dalam pemahaman materi yang disampaikan.

Jarak usia	Pretest	posttest	Jumlah total
30-39	6	6	12
40-49	6	5,63636	11,6364
50-59	6	5,71429	11,7143
≥ 60	6	5	11
Tingkat pendidikan			
SD	6	5,5	11,5
SMP	6	5,83333	11,8333
SMA	6	6	12
Tidak diketahui	6	5,5	11,5

Tabel 1. Jumlah total benar berdasarkan usia peserta

Golongan umur yang terbanyak yaitu pada kelompok umur 30-39 dapat dilihat pada tabel 1. Semakin tua usia seseorang biasanya sulit untuk menerima sebuah informasi, yang menjadikan mereka kurang aktif dan tidak peduli terhadap perilaku hidup bersih dan sehat. Sedangkan penerimaan informasi pada individu yang berusia muda lebih mudah dicerna karena jika dilihat dari perkembangan kognitifnya mereka mempunyai kebiasaan berfikir secara rasional, mereka biasanya cukup aktif dalam kegiatan diluar rumah serta jarang mengalami penyakit yang serius (Wantiyah, 2004).

Pada tingkat pendidikan nilai responden tertinggi adalah tingkat pendidikan SMA dapat dilihat pada table 4, adapun dalam meningkatkan derajat kesehatan pendidikan adalah suatu usaha perorganisasian yang akan dilakukan oleh masyarakat dan tingkat pendidikan itu sendiri bisa berpengaruh pada PHBS dalam rumah tangga atau keluarga. Pendidikan merupakan suatu usaha untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, pendidikan bisa berpengaruh pada PHBS dalam rumah tangga atau keluarga. Kurangnya pendidikan menyebabkan rendahnya pemahaman dan kesadaran seseorang akan pentingnya kebersihan lingkungan. Seseorang yang memiliki pendidikan formal yang baik akan sadar bahwa betapa pentingnya untuk menerapkan prinsip-prinsip PHBS dan menjaga kesehatan lingkungan (Mubarak, 2007). Tingginya pendidikan yang dimiliki seseorang dapat mempermudah individu tersebut dalam menerima informasi terutama mengenai kesehatan. Sebaliknya, tingkat pendidikan yang rendah menyebabkan seseorang mengalami hambatan dalam menerima informasi baik seputar kesehatan ataupun lainnya. Hasil penelitian di Surakarta menjelaskan bahwa terdapat pengaruh antara pendidikan terhadap PHBS, tingginya tingkat pendidikan yang dimiliki akan mudah untuk seseorang menerima konsep hidup yang sehat secara mandiri, kreatif, dan berkesinambungan (Wanti dan Ridlo, 2020).

Perilaku hidup bersih dan sehat jika tidak dilaksanakan dengan benar maka seseorang akan mudah terjangkit penyakit. Salah satu penyakit yang disebabkan oleh lalainya penerapan PHBS ini adalah stunting. Peneliti-peneliti sebelumnya telah membuktikan bahwa terdapat hubungan antara PHBS dengan stunting, yaitu mengenai keterpaparan rokok, kepemilikan jamban sumber air yang tidak terlindungi, kebiasaan mencuci tangan tidak menggunakan sabun dan air bersih. Stunting merupakan 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 yang menggambarkan kesejahteraan dan kemakmuran suatu bangsa. Kekurangan asupan protein, lemak, vitamin D, dan Fe dapat menyebabkan terjadinya stunting. 29,3% balita mengalami kejadian stunting karena hal tersebut (Ayuningtyas, 2018). Untuk mengatasi permasalahan gizi ini maka harus menerapkan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi dalam rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 HPK) dengan landasan berupa Peraturan Presiden (Perpres) nomor 42 tahun 2013 tentang Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi. Intervensi gizi spesifik adalah upaya untuk mencegah dan mengurangi masalah gizi secara langsung. Kegiatan yang dilakukan berupa imunisasi, PMT ibu hamil dan balita di posyandu dengan sasaran khusus kelompok 1000 HPK yaitu ibu hamil, ibu menyusui dan anak usia 0 – 23 bulan. Pencegahan dan penanggulangan stunting tidak cukup dengan memperbaiki intervensi gizi saja melainkan ada factor lain seperti gaya hidup, sanitasi dan kebersihan lingkungan. Faktor rendahnya sanitasi dan kebersihan lingkungan merupakan salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Aprizah, 2021).

SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil kegiatan penyuluhan yang telah didapatkan, diketahui bahwa usia dan tingkat pendidikan dapat mempengaruhi pemahaman terhadap materi yang disampaikan. Namun, dengan

diadakan nya penyuluhan mengenai PHBS serta pencegahan stunting ini dapat membantu menambah wawasan untuk masyarakat Desa Nangtang

DAFTAR PUSTAKA

- Aprizah, A. (2021). Hubungan karakteristik Ibu dan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Tatanan Rumah Tangga dengan kejadian Stunting. *Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA*, 4(1), 115–123. <http://ojs.ukmc.ac.id/index.php/JOH%0AJKSP>
- DepKes RI. (2014). 10 Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Rumah Tangga. *Departemen Kesehatan RI*, 1–48.
- Kemenkes RI (2011) Panduan Pembinaan dan dan Penilaian Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Rumah Tangga.
- Kemenkes RI (2015) Profil Kesehatan Indonesia.
- Masyarakat, K. (2011). Nunun Nurhajati, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat 1. *Nurhajati*, 1–18.
- Natsir, M. F. (2019). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 1(3), 54–59.
- Wati, P. D. C. A., & Ridlo, I. A. (2020). Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya. *Jurnal PROMKES*, 8(1), 47. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.47-58>