



**Menggalang Perubahan dengan CTPS: Pemberdayaan
Masyarakat dalam Pencegahan Stunting
di Kelurahan Naibonat**

*Generating Change With CTPS: Community
Empowerment In Stunting Prevention In Naibonat Ward*

Marni¹ Maria Magdalena Dwi Wahyuni² Sintha Lisa Purimahua³

^{1,2,3} Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Nusa Cendana Kupang

Corresponding author: Marni

Email: marni@staf.undana.ac.id

ABSTRAK

Stimulasi cuci tangan pakai sabun (CTPS) sangat penting sebagai langkah preventif dalam strategi komprehensif memerangi stunting pada anak. Kejadian stunting di Kelurahan Naibonat masih memprihatinkan dengan jumlah kasus pada bulan Februari 2023 sebanyak 122 (15,01%) kasus. Tujuan dari proyek sukarela ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang betapa pentingnya CTPS dalam mengurangi dan menekan angka kejadian stunting pada anak. Kami dapat menginformasikan masyarakat dan mendorong perubahan kebiasaan positif dengan menggunakan pendekatan interaktif dan bekerja sama dengan kader posyandu dan tenaga kesehatan. Peningkatan keahlian CTPS kader Posyandu berdampak baik, mendorong penerapan metode ini dalam kehidupan sehari-hari. Bersamaan dengan pemberdayaan masyarakat, latihan ini meningkatkan pengetahuan umum tentang fungsi kritis CTPS dalam mengurangi stunting. Kunci keberhasilan pemangku kepentingan lokal. Dukungan pemangku kepentingan lokal menjadi kunci untuk kelanjutan perubahan ini, menciptakan dampak positif yang berkelanjutan di Kelurahan Naibonat.

Kata Kunci: Cuci Tangan Pakai Sabun, Stunting, Pengetahuan

ABSTRACT

Stimulation of handwashing with soap (HWWS) is very important as a preventive measure in a comprehensive strategy to combat stunting in children. The incidence of stunting in Naibonat Village is still concerning with 122 (15.01%) cases in February 2023. The aim of this volunteer project is to increase knowledge about the importance of HWWS in reducing and suppressing the incidence of stunting in children. We were able to inform the community and encourage positive habit change by using an interactive approach and working closely with posyandu cadres and health workers. The improved HWWS skills of Posyandu cadres had a favorable impact, encouraging the application of these methods in daily life. Along with community empowerment, the exercise increased general knowledge of the critical function of HWWS in reducing stunting. Local stakeholders are key to success. Local stakeholder support is key to the continuation of this change, creating a sustainable positive impact in Naibonat Village.

Keywords: Washing Hands with Soap, Stunting, Knowledge



PENDAHULUAN

Stunting atau gangguan tumbuh kembang anak akibat gizi buruk masih menjadi masalah yang serius di kabupaten Kupang, termasuk Desa Naibonat, Kecamatan Kupang Timur (Marni et al., 2021), Stunting dapat berdampak jangka panjang terhadap kualitas hidup anak dan kemajuan peradaban di masa depan. Kelurahan Naibonat memiliki komunitas yang kuat dan kaya akan kemungkinan budaya. Namun, pengetahuan yang lebih besar tentang kebiasaan makan, medis, dan sanitasi yang tepat masih diperlukan untuk memerangi stunting secara efektif. Upaya CTPS (cuci tangan pakai sabun) merupakan upaya yang tepat dalam situasi ini (Yisria Maulida et al., 2019). Selain untuk meningkatkan kebersihan, CTPS dapat disesuaikan dengan budaya setempat untuk memanfaatkan karakteristik kebersihan masyarakat (Fajriati A, et al., 2021).

Melalui kegiatan CTPS yang bertujuan memberdayakan warga kelurahan Naibonat melalui pendekatan partisipatif. Diharapkan dengan mengikutsertakan masyarakat secara aktif dalam penerapan praktik CTPS (H Kara, 2014), akan terjadi perbaikan perilaku yang langgeng dalam hal kebersihan dan kesehatan. Stunting, yang diakibatkan oleh kekurangan gizi pada bayi, dikenal sebagai masalah serius di banyak komunitas, termasuk Kelurahan Naibonat. Berdasarkan hasil E-Ppgbm Kabupaten Kupang Provinsi Nusa Tenggara Timur periode Februari 2023, data menunjukkan prevalensi stunting di Desa Naibonat masih memprihatinkan, dengan jumlah kasus stunting sebanyak 122 (15,01%) anak menderita kondisi tersebut (Kupang, 2023).

Keadaan tersebut menggambarkan perlunya solusi komprehensif terhadap tantangan yang berkaitan dengan gizi dan kesehatan. Masyarakat Kelurahan Naibonat memiliki budaya yang kaya dan potensi yang besar, oleh sebab itu diperlukan langkah-langkah yang lebih komprehensif dalam rangka pencegahan stunting. Menanggapi masalah ini, maka kami sebagai akademisi merasa perlu untuk melakukan pengabdian terkait pemberdayaan Masyarakat melalui kegiatan CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun). CTPS bukan hanya praktik kebersihan; itu juga dapat disesuaikan dengan budaya lokal, menjembatani kesenjangan antara praktik budaya dan inisiatif Kesehatan (Pellegrino et al., 2015). Inisiatif CTPS berupaya memberdayakan masyarakat Desa Naibonat untuk mengatasi masalah stunting melalui strategi yang

melibatkan keterlibatan aktif masyarakat. Diharapkan bahwa dengan mempraktekkan CTPS, perubahan yang baik akan terjadi

PERMASALAHAN MITRA

Perkembangan masyarakat secara keseluruhan dan kesehatan anak merupakan isu penting yang harus ditangani oleh Kelurahan Naibonat. Tingginya angka stunting pada anak merupakan salah satu masalah utama yang memerlukan perhatian. Menurut data, jumlah anak stunting di wilayah ini masih memprihatinkan, dengan jumlah 122 anak pada bulan Februari 2023 (Kupang, 2023). Standar gizi masyarakat yang buruk dan praktik kesehatan di bawah standar adalah sumber masalah ini. Masalah yang berkontribusi terhadap stunting adalah kurangnya pendidikan tentang nilai gizi seimbang dan praktik kebersihan yang baik, seperti mencuci tangan dengan sabun.

Selain itu, penting untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya mengintegrasikan praktik kesehatan kontemporer dengan norma budaya daerah. Inisiatif pencegahan stunting di Desa Naibonat dapat memanfaatkan budaya masyarakat yang kaya, seperti kebiasaan cuci tangan pakai sabun (CTPS).

Isu lainnya adalah kurangnya akses masyarakat terhadap informasi dan edukasi kesehatan, yang berdampak pada pemahaman masyarakat tentang stunting dan perilaku sehat yang dianjurkan. Keterbatasan dalam akses jarak fasilitas kesehatan, kurangnya konseling gizi yang diberikan, dan kurangnya sumber daya manusia kesehatan juga menjadi keterbatasan dalam hal akses pemenuhan kesehatan yang optimal. Diperlukan strategi komprehensif yang menggabungkan pendidikan, keterlibatan aktif masyarakat, dan pemanfaatan nilai-nilai budaya sebagai sumber kekuatan untuk mengatasi persoalan ini.

TUJUAN

Tujuan kegiatan ini adalah mendorong perubahan konstruktif dalam cara berpikir dan rutinitas warga Kelurahan Naibonat melalui kegiatan pengabdian masyarakat. Kami berupaya membantu menurunkan angka kejadian stunting dengan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan CTPS dalam upaya pencegahan stunting.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian di Kelurahan Naibonat dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif dan berfokus pada pemberdayaan masyarakat dengan cara memberikan edukasi tentang cuci tangan memakai sabun. Masyarakat diberikan pre test sebagai langkah awal pengukuran pengetahuan tentang cuci tangan pakai sabun dan stunting. Setelah itu, dilakukan pemberian edukasi tentang pentingnya cuci tangan memakai sabun dan kaitannya dengan kejadian stunting, dan kemudian diberikan cara untuk mempraktikkan langkah cuci tangan yang baik dan benar. Langkah cuci tangan yang baik dan benar juga ditampilkan dalam leaflet yang dibagikan kepada masyarakat. Di akhir kegiatan dilakukan post test untuk mengukur pengetahuan masyarakat setelah dilakukan edukasi dan pemberian penyuluhan.

Secara rinci, langkah pertama yang kami lakukan adalah studi awal dan analisis kebutuhan. Dalam tahap ini, kami mengidentifikasi permasalahan utama yang berkaitan dengan stunting dan praktik kesehatan di komunitas ini. Data yang kami peroleh dari Puskesmas Naibonat mengonfirmasi adanya tingkat prevalensi stunting yang perlu segera ditangani.

Berdasarkan analisis awal, kami mengembangkan materi pendidikan yang disesuaikan dengan budaya dan bahasa setempat yang digunakan oleh masyarakat. Materi ini memuat informasi tentang CTPS dan manfaatnya dalam mencegah stunting. Dalam pengembangan materi, kami memasukkan prinsip-prinsip budaya lokal dan pengetahuan tentang kesehatan. Setelah materi edukasi selesai dikembangkan, kami melakukan sosialisasi dan sosialisasi ke masyarakat. Sesi penyuluhan ini dilakukan secara interaktif dengan presentasi, diskusi, praktik CTPS dan sesi tanya jawab. Kami mencoba menjelaskan secara gamblang pentingnya praktik CTPS dalam bahasa yang akrab dan terkait dengan kehidupan masyarakat sehari-hari.

Selain itu, kolaborasi dengan pihak terkait, seperti puskesmas setempat dan lembaga kesehatan, juga telah dilakukan. Kami bekerjasama dengan mereka dalam mengoordinasikan kegiatan dan memastikan tersedianya dukungan yang diperlukan. Ini juga mencakup bantuan dalam pendistribusian materi edukasi dan fasilitas pendukung lainnya. Melalui pendekatan partisipatif, edukasi yang terfokus

pada budaya, dan kolaborasi dengan pihak terkait, kami berharap bahwa upaya kami dapat berkontribusi pada perubahan positif dalam praktik kesehatan dan mengurangi angka stunting di Kelurahan Naibonat.

TARGET DAN LUARAN

Kami memiliki tujuan terukur untuk kegiatan ini. Untuk menghentikan stunting, pertama-tama kami berupaya meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di Kelurahan Naibonat. Sebelum melakukan edukasi, kami menggunakan kuesioner pre untuk mengukur pengetahuan awal, setelah itu kami melakukan edukasi dan kami memberikan kuesioner post untuk kemudian mengukur pengetahuan setelah di edukasi. Adanya perbedaan nilai pada hasil kuesioner pre dan post menunjukkan adanya target luaran yaitu peningkatan pengetahuan dan pemahaman kebiasaan mencuci tangan memakai sabun.

Kami ingin memastikan orang tua mendapat informasi tentang waktu terbaik untuk mencuci tangan dengan sabun dan manfaatnya bagi kesehatan anak-anak. Selain itu, mengubah perilaku masyarakat yang kurang tepat dalam hal kesehatan diri dan keluarga. Kegiatan kami bertujuan untuk mempromosikan penyesuaian yang sehat dalam rutinitas sehari-hari masyarakat, seperti mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah menggunakan kamar kecil dan sebelum dan sesudah makan. Melalui penggalian potensi budaya lokal yang dapat dipadukan dengan prinsip CTPS, kami juga ingin memberdayakan masyarakat dalam proses ini.

Dalam melaksanakan kegiatan ini, kami menghasilkan luaran berupa materi edukasi yang disesuaikan dengan budaya lokal. Materi ini menjadi panduan dalam sesi penyuluhan dan sosialisasi. Kami berharap luaran lainnya adalah peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai CTPS, perubahan nyata dalam perilaku mencuci tangan dengan sabun, serta kampanye budaya sehat yang berkelanjutan. Dengan meraih target-target ini dan menghasilkan luaran yang konkret, kami berharap dapat memberikandampak positif dalam upaya pencegahan stunting di Kelurahan Naibonat dan meningkatkan kualitas hidup anak-anak serta komunitas secara keseluruhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 5 Juli di kantor Kelurahan Naibonat, Kecamatan Kupang Timur. Kegiatan ini melibatkan tim dari dosen program studi Magister Kesehatan Masyarakat dan mahasiswa Magister Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Undana. Kegiatan ini dihadiri oleh sekitar 94 peserta, termasuk kader posyandu dari Kelurahan Naibonat dan tenaga kesehatan dari puskesmas setempat. Kegiatan dimulai dengan pembukaan oleh Bapak Lurah Naibonat, yang memberikan sambutan sekaligus pengarahan untuk mengapresiasi kegiatan ini. Acara juga dihadiri oleh Kepala Puskesmas Naibonat yang turut memberikan dukungan.

Pada kegiatan ini, peserta terutama kader posyandu dan tenaga kesehatan, mendapatkan materi edukasi tentang pentingnya praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dalam mencegah stunting. Materi tersebut disampaikan dengan pendekatan interaktif melalui presentasi, diskusi, dan sesi tanya jawab untuk memastikan pemahaman yang mendalam. Selain itu, kegiatan ini juga merupakan ajang kolaborasi antara akademisi, pemerintah lokal, dan masyarakat. Ini adalah langkah penting dalam menjembatani pengetahuan ilmiah dengan kebutuhan praktis di lapangan. Diharapkan bahwa melalui kegiatan ini, pengetahuan dan pemahaman tentang praktik CTPS akan meningkat, dan akan mendorong perubahan positif dalam perilaku sehari-hari masyarakat dalam upaya mencegah stunting di Kelurahan Naibonat.



Gambar 1. Pembukaan Oleh Bapak Lurah Naibonat, dan Pengarahan dari Kepala Puskesmas Naibonat



Gambar 2. Penyuluhan CTPS & Praktek dalam Bentuk Gerakan

Hasil dari kegiatan ini menggambarkan pencapaian tujuan utama kami untuk mendorong penyesuaian yang konstruktif dalam sikap dan rutinitas masyarakat di Kelurahan Naibonat. Berdasarkan hasil kegiatan, terlihat adanya peningkatan skor pengetahuan masyarakat yang signifikan tentang cuci tangan memakai sabun pada kuesioner pre dan post yang diberikan. Melalui edukasi kami berupaya mendorong perubahan dengan menggunakan strategi pendidikan yang menekankan pada pembangunan pengetahuan (Irvan & Helvira, 2020), kami mencoba merangsang transformasi dalam pemahaman dan perilaku masyarakat terkait praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dalam upaya pencegahan stunting.

Kami berharap kegiatan ini dapat menjadi batu loncatan untuk penyesuaian tambahan dalam sikap dan perilaku masyarakat dengan meningkatkan kesadaran mereka akan nilai CTPS dalam menghindari stunting. Dipercaya bahwa peningkatan kesadaran akan manfaat kesehatan yang terkait dengan CTPS akan menginspirasi orang untuk menginternalisasikan prinsip-prinsip kesehatan ini ke dalam rutinitas sehari-hari.

Selain itu, dengan memberikan informasi yang tepat dan terorganisir, kami berupaya menghilangkan kemungkinan kesalahpahaman dan miskonsepsi tentang CTPS. Ini dapat mengubah perasaan orang tentang aktivitas tersebut. Perubahan perilaku positif secara alami dapat muncul ketika pengetahuan yang sesuai dan diterima secara luas mulai mempengaruhi cara pandang masyarakat terhadap kegiatan CTPS. Lebih dari sekadar menyampaikan informasi, kegiatan ini merangsang proses pembelajaran

interaktif di antarmasyarakat. Diskusi dan tanya jawab memberikan ruang bagi mereka untuk berbagi pandangan, pemahaman, dan bahkan tantangan yang mereka hadapi dalam mengadopsi praktik CTPS. Dalam konteks ini, pengetahuan menjadi dinamis dan terbentuk melalui interaksi sosial.

Analisis dari pre dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta tentang kebiasaan mencuci tangan dengan sabun. Setelah kegiatan selesai, terlihat adanya peningkatan pengetahuan yang cukup besar dari 60 peserta. Hanya 79,9% peserta yang memiliki pemahaman cukup tentang pentingnya cuci tangan pakai sabun sebelum kegiatan. Namun, setelah kegiatan tersebut, persentasenya meningkat tajam menjadi 93,8%. Hal ini menunjukkan bahwa efek positif acara tersebut terhadap peningkatan pengetahuan peserta terlihat jelas (Dalending et al., 2020).

Berikut ini adalah beberapa hasil temuan yang menarik:

1. **Peningkatan Pengetahuan Umum:**
Pengetahuan umum peserta tentang kapan harus mencuci tangan pakai sabun meningkat secara signifikan. Peserta sekarang mengerti nilai mencuci tangan tidak hanya setelah menggunakan kamar kecil tetapi juga sebelum dan sesudah makan..
2. **Pengurangan Mitos:** Gagasan bahwa mencuci tangan dengan air saja sudah cukup telah menurun. Peserta memiliki pemahaman yang lebih besar tentang betapa pentingnya sabun dalam proses ini..
3. **Kesadaran akan kebersihan:** Peserta sekarang memiliki pemahaman yang lebih besar tentang perlunya mencuci tangan dengan sabun meskipun tampak bersih untuk menurunkan risiko tertular penyakit.

Analisis ini menunjukkan bahwa pendidikan dan sosialisasi efektif, terutama yang terkait dengan praktik kesehatan dasar seperti mencuci tangan dengan sabun, memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat. Ini juga menunjukkan pentingnya mempertahankan dan meningkatkan upaya pendidikan kesehatan, yang bisa menjadi template untuk inisiatif serupa di masa depan.

Melalui upaya membangun pengetahuan

dengan melibatkan kader posyandu secara aktif dalam proses pembelajaran, kami berharap dapat mendorong perubahan positif dalam pola pikir dan praktik sehari-hari masyarakat Kelurahan Naibonat. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya CTPS dalam mencegah stunting akan memungkinkan terjadinya perubahan perilaku menuju perilaku kesehatan yang lebih baik dari waktu ke waktu (Kusumawardhani et al., 2017).



Gambar 3. Peserta Pengabdian Mengisi Kuesioner Pre Test



Gambar 4. Peserta Pengabdian Mengisi Kuesioner Post Test

Kesadaran masyarakat di Kelurahan Naibonat tentang pentingnya praktik CTPS dalam upaya pencegahan stunting. Melalui penyuluhan yang terfokus dan interaktif, kami berhasil menggugah perhatian dan pemahaman mereka terhadap dampak besar yang dapat dihasilkan dari praktik sederhana ini. Peserta kegiatan, terutama kader posyandu dan tenaga kesehatan, telah mengalami pergeseran dalam pemahaman mereka tentang betapa pentingnya CTPS. Mereka kini menyadari bahwa aktivitas ini lebih dari sekadar kebiasaan biasa; itu juga berfungsi sebagai perlindungan penting bagi kesehatan anak-anak

terhadap kemungkinan stunting.

Selain itu, kegiatan ini juga berhasil meluruskan kesalahpahaman yang mungkin terjadi di lingkungan sekitar terkait penggunaan CTPS. Kami dapat menghilangkan mitos bahwa mencuci tangan dengan air saja sudah cukup atau hanya perlu dilakukan setelah menggunakan kamar kecil melalui percakapan dan pembekalan. Peserta belajar kapan waktu yang tepat untuk mencuci tangan dengan sabun dan mengapa itu sangat penting (Yisria Maulida et al., 2019).

Selain meningkatkan kesadaran individu, kegiatan ini juga membantu membangun kesadaran kolektif di dalam komunitas. Melalui diskusi dan sesi interaktif, masyarakat saling berbagi pemahaman dan pengalaman mereka, membangun dukungan bersama untuk mengadopsi praktik CTPS. Ini menciptakan lingkungan yang mendukung perubahan perilaku secara luas.

Hasil dari kegiatan pengabdian ini dalam hal peningkatan kesadaran masyarakat cukup menyenangkan. Dalam upaya pencegahan stunting, kami berharap peningkatan pengetahuan ini akan menyebar lebih jauh dan secara positif memengaruhi perubahan perilaku jangka panjang dengan memasukkan CTPS ke dalam aktivitas sehari-hari.

Dalam keterampilan masyarakat Kelurahan Naibonat dalam hal praktik CTPS. Melalui penyuluhan yang mendalam dan sesi praktik langsung, peserta berhasil mengembangkan keterampilan konkret dalam mencuci tangan dengan sabun sesuai pedoman yang benar (H Kara, 2014). Kader posyandu dan tenaga kesehatan, setelah terlibat dalam sesi praktik, melaporkan bahwa mereka kini lebih yakin dan mampu melaksanakan praktik CTPS dengan benar. Mereka memahami momen yang tepat untuk mencuci tangan, teknik yang benar dalam menggunakan sabun, serta durasi yang sesuai untuk mencapai efektivitas maksimal.

Hasil yang mencolok adalah adanya perubahan nyata dalam perilaku peserta. Sebelumnya, sebagian peserta mungkin kurang memperhatikan praktik cuci tangan yang tepat, atau mungkin tidak menyadari teknik yang benar. Namun, setelah dilatih dan melalui sesi praktik, mereka mampu menjalankan praktik ini dengan lebih percaya diri dan terampil.

Selain itu, keterampilan yang ditingkatkan ini juga mulai menyebar ke dalam komunitas secara luas. Peserta aktif berbagi pengetahuan dan keterampilan yang mereka peroleh dengan tetangga, teman, dan keluarga. Ini menciptakan suatu siklus positif di mana masyarakat secara berkelanjutan mengembangkan dan mempraktikkan keterampilan dalam CTPS. Dengan kata lain, kegiatan pengabdian ini berhasil membantu masyarakat Kelurahan Naibonat membangun keterampilan nyata dalam praktik CTPS.

Keterampilan ini tidak hanya berdampak pada individu yang terlibat langsung, tetapi juga berpotensi mengubah perilaku kesehatan dalam lingkup yang lebih luas. Harapannya adalah dengan semakin majunya kemampuan tersebut diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi upaya masyarakat untuk mencegah stunting. Hasil dari kegiatan pengabdian juga menunjukkan adanya peningkatan kesadaran masyarakat Kelurahan Naibonat akan pentingnya gizi seimbang dalam mencegah stunting. Melalui sesi edukasi yang mendalam, Peserta kegiatan, khususnya kader posyandu dan tenaga kesehatan, dapat belajar lebih banyak tentang gagasan gizi seimbang dan bagaimana pengaruhnya terhadap tumbuh kembang anak melalui edukasi yang mendalam.

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014, gizi seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Kemenkes.2014, n.d.). Dalam prinsipnya, gizi seimbang terdiri dari 4 pilar, yang pada dasarnya merupakan upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan mengontrol berat badan secara teratur. Adapun 4 pilar gizi seimbang tersebut, yaitu: 1. Konsumsi makanan dengan beraneka ragam, 2. Pola hidup aktif dan berolahraga, 3. Menerapkan pola hidup bersih dan sehat, 4. Menjaga berat badan ideal (Kemenkes, 2022).

Selain 4 pilar gizi, untuk anak dalam pemenuhan gizi harus menjadi prioritas utama dalam pencegahan stunting. *World Health Organization* (WHO) dan Ikatan Dokter Anak

Indonesia (IDAI) merekomendasikan pemberian MPASI saat bayi berusia 6 bulan. Pada rentang usia 6-8 bulan komposisinya adalah 70% ASI (dan/atau susu formula) dan 30% MPASI, sedangkan 9-11 bulan perbandingan komposisinya adalah 50% untuk masing-masing MPASI dan ASI (dan/atau susu formula). Pada usia 12-23 bulan komposisinya adalah 70% MPASI dan 30% nya adalah ASI/susu formula (IDAI, 2015).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini membantu peserta memahami komponen penting dalam makanan yang diperlukan untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal pada anak-anak. Mereka mendapatkan wawasan tentang kebutuhan protein, vitamin, mineral, dan zat gizi lainnya yang diperlukan dalam pola makan sehari-hari.

Selain peningkatan pengetahuan, hasil dari kegiatan ini juga mencakup perubahan dalam pola makan sehari-hari peserta. Mereka mulai mengidentifikasi makanan yang kaya gizi dan mampu mengatur porsi makanan yang seimbang (Picauly et al., 2023). Ini tercermin dalam perubahan menu harian yang lebih bervariasi dan mencakup berbagai kelompok makanan yang diperlukan oleh tubuh.

Gizi seimbang yaitu apabila asupan makan cukup secara kuantitas, kualitas dan mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Dengan memanfaatkan telur, daging, ikan laut, kacang-kacangan yang masyarakat olah menjadi jagung bode (merupakan makanan khas suku Timor di daerah ini) yang terdiri dari jagung, kacang tanah, kacang hijau, dan juga jagung katemak (yang terdiri dari jagung, daun kelor, dan tulang atau daging). sebagai protein khas budaya lokal yang ada di Nusa Tenggara Timur, dapat membantu menekan angka kejadian stunting. Selanjutnya, kegiatan ini membuka ruang bagi diskusi mengenai makanan tradisional dan lokal yang dapat menjadi sumber gizi yang baik (Harwijayanti et al., n.d.). Peserta berbagi pengetahuan tentang makanan yang kaya akan nutrisi dan memiliki nilai budaya. Hal ini juga berkontribusi pada pelestarian budaya lokalsambil memperkuat aspek gizi dalam makanan sehari-hari. Hasil dari kegiatan pengabdian ini menggambarkan peningkatan pemahaman tentang gizi seimbang di antara masyarakat Kelurahan Naibonat. Pengetahuan ini mempengaruhi pengetahuan masyarakat, tetapi juga berdampak praktis pada kebiasaan makan sehari-hari. Kami mengantisipasi bahwa masyarakat dapat secara signifikan membantu upaya menghentikan stunting di komunitas ini dengan mengubah pola makan yang lebih bergizi seimbang.

SIMPULAN DAN SARAN

Terlibatnya masyarakat secara proaktif dalam kegiatan cuci tangan pakai sabun (CTPS) dan strategi edukasi yang di berikan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran Masyarakat di Desa Naibonat. Ini menunjukkan bahwa kesadaran dan partisipasi masyarakat memiliki peran penting dalam perubahan perilaku, dan peran Kader Posyandu dan Tenaga Kesehatan. Melalui pendekatan partisipatif, kader Posyandu dan tenaga kesehatan berperan besar dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan CTPS di masyarakat. Ini membuktikan bahwa pelatihan dan pendidikan yang tepat kepada para kader dapat menghasilkan perubahan perilaku yang positif.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil dari kegiatan ini, kami menyarankan untuk menerapkan strategi pendidikan serta keterlibatan aktif masyarakat dalam praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) sebagai langkah awal yang penting dalam menyelesaikan masalah stunting di Kelurahan Naibonat serta penting untuk terus melakukan edukasi yang berkelanjutan tentang pentingnya CTPS bagi kesehatan anak. Ini dapat dilakukan melalui program-program pendidikan formal dan informal, seminar, pelatihan, dan kegiatan komunitas lainnya, pemanfaatan media lokal dan strategi- strategi mutakhir lainnya dapat serta memperluas jangkauan edukasi ini ke desa-desa atau komunitas lain yang mungkin memiliki masalah serupa. Menjangkau lebih banyak wilayah dapat memperluas dampak positif bagi masyarakat. Dan keterlibatan pemangku kepentingan yang kuat juga dipandang penting untuk mempertahankan keberlanjutan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dalending, I. C., Engkeng, S., Rahman, A., Kesehatan, F., Universitas, M., Ratulangi, S., Satu, L., Utara, K. M., Tangan, C., Sabun, P., & Didik, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Peserta Didik Di Sd Inpres Likupang Satu Kabupaten Minahasa Utara. *Kesmas*, 9(6), 96–100.
- Fajriyati, A., Rany, N., Yunita, J., Dewi, O., & Leonita, E. (2021). The Relationship of Community-Based Total Sanitation with

- Stunting Incidences in Toddlers. *Journal of Health Promotion and Behavior*, 6(3), 224–232.
<https://doi.org/10.26911/thejhp.b.2021.06.03.06>
- H Kara, O. A. M. A. (2014). Cuci Tangan Pakai Sabun. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 7(2), 107–115.
- Harwijayanti, B. P., Nayoan, C. R., Santi, M. Y., Yaumil, A., Waris, L., Rianita, M., Sinaga, E., Mesra, R., & Salem, V. E. T. (n.d.). *Sosiologi kesehatan*.
- IDAI. (2015). Rekomendasi Praktik Pemberian Makan Berbasis Bukti pada Bayi dan Batita di Indonesia untuk Mencegah Malnutrisi. *UKK Nutrisi Dan Penyakit Metabolik, Ikatan Dokter Anak Indonesia*.
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Kemendes.2014. (n.d.). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014. PMK No. 41 ttg Pedoman Gizi Seimbang.pdf* (kemkes.go.id).
- Kupang, D. K. K. (2023). *Data Balita Stunting Hasil E-Ppgbm Kabupaten Kupang Provinsi Nusa Tenggara Timur Periode Februari 2023*.
- Kusumawardhani, A., Syahati, A. A., Puspaningtyas, S. I., Rusmanto, A. A., Kusuma, L. S. A., & Septianingrum, S. (2017). Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Mencuci Tangan Yang Benar Pada Siswa Kelas 1 Dan 2 Di SDN 2 Karanglo, Klaten Selatan. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 2(1), 44–50.
<https://doi.org/10.37341/jkkt.v2i1.23>
- Marni, Abdullah, A. Z., Thaha, R. M., Hidayanty, H., Sirajuddin, S., & Syafar, M. (2021). Risk factor and interventions of behavioral changing strategy in acceleration of stunting prevention: A systematic review. *Enfermería Clínica*, 31, S636–S639.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2021.07.008>
- Pellegrino, R., Crandall, P. G., & Seo, H. S. (2015). Hand washing and disgust response to handling different food stimuli between two different cultures. *Food Research International*, 76(P2), 301–308.
<https://doi.org/10.1016/j.foodres.2014.12.027>
- Picauly, I., Nur, M. L., Marni, M., & Kale, E. I. (2023). *Utilization of local therapeutic food in preventing and treating nutrition problems in the dry land area of the islands of east nusa tenggara province*. 253–257.
<https://doi.org/10.4103/japtr.japtr>
- Yisria Maulida, D., Ernyasih, & Andriyani. (2019). Edukasi Dan Pendampingan Praktek Cuci Tangan Pakai Sabun (Ctps) Pada Anak-Anak Di Tk Al-Khoirot Kelurahan Pondok Jagung Timur. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ, September 2019*, 1–4.
<http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>