

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Orang Tua dan Pemberian Makanan Bergizi pada Bayi dan Balita Stunting di Posyandu Melati 9 Kelurahan Liliba Kota Kupang

^{1*}Agustina, ²Debora G.Suluh, ³Siprianus Singga, ⁴Wanti Wanti

¹ Program Studi Sanitasi, Jurusan Kesehatan Lingkungan, Poltekkes Kemenkes Kupang

Korespondensi: agustinakende12@gmail.com

Abstrak : Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) merupakan kebiasaan yang wajib dilakukan oleh setiap individu untuk mencegah penyakit. PHBS di Rumah Tangga harus terus dipraktekan secara rutin seperti, pemberian ASI eksklusif pada Bayi, menimbang balita setiap bulan, menggunakan air bersih, mencuci tangan pakai sabun di air mengalir, menggunakan jamban sehat (Stop Buang Air Besar Sembarangan/Stop BABS), memberantas sarang dan jentik nyamuk, makan makanan bergizi atau buah dan sayur setiap hari, melakukan aktivitas fisik setiap hari, menghindari asap rokok atau tidak merokok di dalam rumah. Kejadian Stunting di Kota Kupang khususnya di Kelurahan Liliba merupakan permasalahan gizi yang kompleks karena banyak faktor yang dapat mempengaruhi baik langsung maupun tidak langsung. Metode pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah melalui, penyuluhan PHBS untuk peningkatan pengetahuan Ibu Bayi dan Balita, menjadi orang Tua Asu bagi dua orang Balita, Pemberian makanan bergizi setiap hari selama 90 hari terhadap 2 Balita Stunting di Posyandu Melati 9 Kelurahan Liliba, Kota Kupang Tahun 2023.

Kata Kunci : Kota kupang, penyuluhan PHBS, stunting

Abstract: PHBS (Clean and healthy living behaviour) is an obligation for every person to prevent the risk of disease. PHBS that must be implemented in household setting include exclusive breastfeeding for the babies, weighing infants and toddlers, using clean water, washing hands with soap in clean flowing water, using healthy latrines, eradicating mosquito larvae, eating nutrition food or fruits and vegetable everyday, avoiding cigarette smoke or do not smoke in the house. The occurrence of stunting in Kupang city particularly in Liliba urban village is a result of complex nutritional problem affected directly or indirectly by various factors. Community Service activities conducted are PHBS education activities to increase the knowledge of the infant's' and toddler's mother, becoming foster parents for two toddlers, giving nutrition food for two stunting toddlers for 90 days in Posyandu Melati 9, Liliba urban village, kupang city in 2023.

Keyword : Kupang city, PHBS education, stunting

PENDAHULUAN

PHBS atau Perilaku Hidup Bersih dan Sehat masih menjadi factor penentu terhadap timbulnya suatu penyakit di masyarakat¹. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat bagi setiap induvidu sangat penting terutama pada anak-anak, hal ini dilakukan agar dapat memutus mata rantai penularan penyakit yang dapat berakibat buruk pada anak itu sendiri, penelitian yang dilakukan agustina dkk menunjukan bahwa PHBS yang buruk pada anak sekolah dapat menyebabkan kesakitan pada anak, seperti diare dan lain-lain^{2,3}.

Penelitian yang dilakukan oleh Tika Dhefiana di Kota Samarinda menunjukan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan penerapah PHBS terhadap kejadian Stunting (p-value= 0,030 dan 0,017 Penelitian yang dilakukan Lydwina menunjukan air bersih (p value = 0,000) , pengolahan makanan (p value = 0,000) dan kebiasaan mencuci tangan (p value = 0,02) < α 0,05, sedangkan nilai pengetahuan didapatkan p value 0,15 > α 0,05⁴. Kesimpulan penelitian ini terdapat hubungan air bersih, pengolahan makanan dan kebiasaan mencuci tangan dengan kejadian stunting^{5,6}.

Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan zat gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi⁷. Stunting juga menyebabkan mekanisme metabolisme tubuh kurang maksimal sehingga fisik anak menjadi pendek dan tidak ideal serta proporsional⁸. Balita yang menderita stunting memiliki kualitas sumber daya manusia (SDM) yang rendah⁹.

Salah satu penyebab terjadinya Stunting dapat dipengaruhi dari beberapa faktor seperti sanitasi lingkungan, pengolahan makanan, dan juga pengetahuan ibu terhadap stunting. Sanitasi lingkungan yang tidak sehat akan mempengaruhi kesehatan anak balita dan pada akhirnya dapat mempengaruhi status gizi balita tersebut. Faktor kesehatan lingkungan dan sanitasi rumah juga dapat berhubungan terhadap kejadian penyakit yang nantinya akan mempengaruhi asupan gizi pada masyarakat¹⁰.

Pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Nur melalui penyuluhan pengolahan sampah sangat bermanfaat bagi masyarakat karena dapat melalui penyuluhan mereka dapat memperoleh ilmu dan langsung mempraktekan dalam menjaga lingkungan dengan mengelola sampah dengan baik untuk pencegahan penyakit¹¹.

Data Stunting di Kota Kupang hingga Februari 2023 masi mencapai 15,7% atau 67.518 Balita, terjadi penurunan jika dibandingkan dengan data tahun 2018 yang mencapai 35,4% atau 81.434 penderita. Pemerintah Kota Kupang terus berusaha dan berupaya untuk menurunkan angka kejadian stunting, salah satu usaha yang dilakukan adalah dengan mengadakan program orang tua asuh, melakukan kerjasama lintas sektoral (Pemerintah, PT, Swasta, Masyarakat, dan Media Masa). Kelurahan yang dijadikan tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat adalah Kelurahan Penfui dan Oesapa Selatan Kota Kupang¹⁰

METODE

Metode pengabdian Masyarakat yang dilakukan adalah

Memberikan edukasi melalui penyuluhan dan diskusi mengenai Pentingnya PHBS sebagai salah satu upaya Mencegah *Stunting*, Melakukan intervensi berupa pemberian makanan bergizi selama 90 hari kepada Bayi *Stunting* berusia 6-24 Bulan.

Tabel 1 : *Planning of Action (POA)*

No	Waktu	Kegiatan Pengabdian Masyarakat	Kegiatan Peserta
1.	30 Mei 2023	<i>Penyuluhan PHBS</i>	Mengikuti kegiatan dengan baik, Mendengarkan dan memperhatikan materi yang disampaikan, ikut dalam diskusi dan menyampaikan pertanyaan
		1. Memberi materi penyuluhan tentang PHBS kepada Ibu Hamil, Ibu Bayi dan Balita untuk pencegahan <i>stunting</i>	
		2. Diskusi dan tanya jawab terkait materi penyuluhan.	
		3. Menyimpulkan Kegiatan diskusi dan memberikan rekomendasi	
2	22 Mei sd 30 Agustus 2023	<i>Intervensi : Pemberian makanan bergizi</i>	Orang tua bayi dan Balita <i>Stunting</i> setiap hari menuju rumah Kader sebagai tempat yang telah disepakati Bersama untuk pemberian makanan bergizi didampingi kader
		Pemberian Makanan Bergizi setiap hari.	
		1. Membangun kesepakatan dengan orang tua <i>stunting</i>	
		2. pemberian makanan bergizi didampingi orang tua dan kader Posyandu	

		3. waktu pemberian makananan bergizi 1 kali sehari yaitu pada jam makan siang mulai jam 11.00 sd 12 00 WITA	Posyandu dan Tim Pengabdian masyarakat
		4. Makanan untuk bayi dan balita <i>stunting</i> disiapkan oleh kader yang telah dilatih dalam menyajikan makanan bergizi seimbang	
		5. Kegiatan pemberian makanan bergizi dilakukan di rumah kader sekaligus lokasi Posyandu Melati 9	
		<i>Evaluasi :</i>	
		Melaksanakan kegiatan operasi timbang :	Orang tua bayi dan Balita Stunting Bersama tim penagdian masyarakat Bersama petugas kesehatan dan kader Posyandu Bersama sama melaksanakan penimbangan BB Penderita Stunting
3.	4 Kali Penimbangan	1. Penimbangan secara serentak oleh petugas kesehatan sebelum Intervensii	
		2. Penimbangan BB Balita <i>Stunting</i> setiap bulan minggu pertama setelah intervensi.	

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Tim di wilayah kerja Posyandu Melati 9 Kelurahan Liliba Kota Kupang NTT, merupakan kerjasama Dosen Poltekkes Kupang dan pihak Dinas Kesehatan Provinsi NTT dengan tujuan agar dapat membantu pemerintah dalam percepatan penurunan kasus Stunting yang ada di NTT Khususnya di Kota Kupang Kelurahan Liliba Tahun 2023. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode penyuluhan dan intervensi berupa pemberian makanan bergizi, metode penyuluhan dirasa sangat efektif karena bisa memberikan pemahaman dan ilmu secara langsung kepada masyarakat.

Langkah-langkah kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah pertama membangun kesepakatan dengan Ibu Balita *Stunting* untuk bersedia ikut dalam program pengabdian masyarakat yang dilaksanakan selama 90 hari, langkah selanjutnya adalah Bersama-sama kader Posyandu menetapkan pembagian jadwal kerja untuk menyiapkan makanan bergizi serta menetapkan waktu pemberian makanan kepada balita *Stunting*. Selanjutnya meminta kesepakatan waktu kepada ibu Kader Posyandu untuk tim bisa mengadakan Penyuluhan terkait PHBS dalam rangka mencegah Stunting.

Memberikan edukasi melalui Penyuluhan tentang pentingnya PHBS sebagai salah satu upaya Mencegah *Stunting*. Kegiatan penyuluhan melibatkan seluruh ibu hamil dan ibu balita/bayi yang ada di wilayah kerja Posyandu melati 9 Kelurahan Liliba, pemberian Edukasi melalui ceramah dan diskusi. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan dirasa sangat efektif dan bermanfaat terlihat dari antusias peserta yang terlibat aktif dalam sesi diskusi dan tanya jawab, hal ini menunjukkan bahwa para Ibu-ibu dalam hal ini sebagai sasaran kegiatan penyuluhan merasa perlu mendapatkan Edukasi dan pemahaman tentang PHBS¹², karena dari materi yang diberikan bias menambah pengetahuan peserta tentang pentingnya PHBS bagi diri sendiri dan keluarga. Edukasi secara terus menerus terhadap seseorang akan dapat memberikan perubahan walaupun berjalan lambat penelitian yang dilakukan oleh Asni menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan ibu rumah tangga terhadap kejadian Stunting pada anak¹³.



Gambar 1 & 2 : Kegiatan Penyuluhan dan Pemberian Makanan Bergizi

Pemberian Makanan Bergizi selama 90 Hari

Kegiatan pemberian makanan bergizi pada balita Stunting sebanyak 2 Orang, penentuan sasaran berdasarkan pembagian yang telah disepakati oleh pemerintah setempat (Kelurahan) dan tim pengabdian masyarakat lalu kemudian tim pengabdian masyarakat ditetapkan sebagai Orang Tua Asuh bagi balita Stunting tersebut, kegiatan intervensi dilakukan selama 90 hari dengan melibatkan orang tua dan keluarga Stunting, pemerintah setempat (Kelurahan), Kader Posyandu dan masyarakat sekitarnya. Sebelum pemberian intervensi maka didahului dengan penimbangan berat badan, tinggi badan dan pengukuran LILA, hasil dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 2
Data Operasi Timbang Balita Stunting di Posyandu Melati 9
Kelurahan Liliba Kota Kupang Tahun 2023

No	Inisial Bayi/Balita	JK	Tanggal Lahir	Waktu	Data Sasaran		
					BB (Kg)	TB (cm)	LiLA (cm)
1	CB	P	2022-01-17	Hari 1	6,5	70,1	12,2
				Hari ke 30	6.9	72.1	12.8
				Hari ke 60	7.4	75.2	13.2
				Hari ke 90	7.6	75.2	13.8
2	MJ	P	2021-06-03	Hari 1	-	-	-
				Hari ke 30	6.1	66	11.8
				Hari ke 60	6.6	70	12.9
				Hari ke 90	7.3	73.6	13

Percepatan penurunan stunting dapat dicapai bila ada dukungan dari berbagai pihak, salah satu cara yang paling efektif adalah dengan menjadi orang tua Asuh bagi penderita Stunting, dengan menjadi orang tua asuh akan memudahkan dalam mengkawal kegiatan pemberian makanan tambahan, dan dapat membantu memberikan pemahaman ke pada orang tua dan keluarga untuk mendukung kegiatan di maksud.

Kegiatan pemberdayaan masyarakat yang dilakukan oleh tim pengabdian melalui gerakan membaya anak keposyandu merupakan cara tidak langsung dalam pencegahan stunting¹⁴. Intervensi berupa

pemberian makanan tambahan yang memiliki nilai gizi kepada Bayi berusia 6-24 Bulan selama 90 hari menghasilkan dampak positif yaitu terdapat peningkatan Berat badan, penambahan tinggi badan dan penambahan LILA pada Balita yang diintervensi.

Pemberian makanan bergizi bagi penderita Stunting dapat membantu kebutuhan akan gizi anak dan balita terutama pada anak yang memiliki tinggi badan kurang (stunting) namun pemberian makanan bergizi hendaknya dilakukan secara rutin minimal 3 bulan untuk mencapai Berat badan dan tinggi badan yang sesuai dengan standar. Pemberian makanan bergizi akan efektif jika ibu – ibu penderita memiliki pemahaman yang cukup tentang pencegahan stunting agar dalam menangani balita atau anak stunting mereka

KESIMPULAN

Pemberian edukasi mengenai Pentingnya PHBS dan Sanitasi Rumah sebagai salah satu upaya Mencegah stunting sangat efektif¹⁵, kegiatan pengabdian diikuti oleh para ibu hamil dan ibu balita/bayi yang ada di wilayah kerja Posyandu Melati 9, peserta sangat antusias dalam mengikuti penyuluhan, terlihat dari respon berupa pertanyaan dan jawaban yang diberikan saat sesi diskusi dan tanya jawab.

Kegiatan Intervensi berupa pemberian makanan tambahan yang memiliki nilai gizi kepada Bayi berusia 6-24 Bulan selama 90 hari menghasilkan dampak positif yaitu terdapat peningkatan Berat badan, penambahan tinggi badan dan penambahan LILA pada Balita peran pendamping dalam mendukung kegiatan ini sangat besar pengaruhnya, menjadi Orang Tua Asuh dalam rangka mempercepat penanganan stunting di rasa sangat efektif karena bias secara aktif terlibat langsung dilapangan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan Pengabdian masyarakat berjalan dengan baik berkat kerjasama semua pihak yang terkait, kami mengucapkan banyak terima kasih kepada Orang Tua Balita stunting beserta keluarga besar yang bersedia mengikuti kegiatan pemberian makan bergizi kepada anak stunting tanpa terputus, terima kasih kepada Ibu-ibu kader Melati 9 yang bersedia dengan sukarela membantu tim pengabdian masyarakat untuk menyiapkan makanan setiap hari sekaligus memberikan tempat untuk digunakan selama 90 hari, terima kasih kepada pihak Kelurahan yang telah memberikan ijin, terima kasih kepada Ibu-Ibu Balita, bayi maupun Ibu Hamil yang bersedia hadir dalam kegiatan penyuluhan PHBS untuk mencegah Stunting, terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung kegiatan Pengabdian Bersama Tim hingga selesai dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dewi HA, Jundiah RS, Suprpti T, Purwanti P, Sani DN. Mencegah Penyakit Melalui Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Serta Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga. *J Pengabdi Masy*. 2023;3(2):117–23.
2. Agustina A, Ekawati C, Wanti W, Suluh Dg. Clean and Healthy Life Behavior (PHBS) of Elementary School Students Against Environmental-Based Disease Incidence in Kupang City in 2021. *Int J Environ Sustain Soc Sci*. 2022;3(2):404–8.
3. Adriany F, Hayana H, Nurhapipa N, Septiani W, Sari NP. Hubungan Sanitasi Lingkungan dan Pengetahuan dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Puskesmas Rambah. *J Kesehat Glob*. 2021;4(1):17–25.
4. Dhefiana T, Reni Suhelmi, Hansen. Hubungan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Orang Tua Dengan Kejadian Stunting Di Kelurahan Air Hitam Kota Samarinda. *Sanitasi J Kesehat Lingkung*. 2023;16(1):20–8.

5. Lynawati. Hubungan PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat) Terhadap Stunting di Desa Kedung Malang Kabupaten Banyumas. *J HUMMANSI (Humaniora, Manajemen, Akuntansi)* [Internet]. 2020;3(1):41–6. Available from: <https://doi.org/10.33488/1.jh.2020.1.245>
6. Suprpto S, Arda D. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Bromptong. *J Pengabdian Kesehatan Komunitas*. 2021;1(2):77–87.
7. Rantesigi N, Agusrianto A, Suharto DN, Ulfa AM. Edukasi Gizi Masa Kehamilan Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil dalam Mencegah Stunting. *Madago Community Empower Heal J*. 2022;1(2):46–51.
8. Safrina S, Putri ES. Hubungan Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Dengan Resiko Kejadian Stunting Pada Balita. *J Biol Educ*. 2022;10(1):78–90.
9. Oktarina Z, Sudiarti T. Faktor Risiko Stunting Pada Balita (24–59 Bulan) Di Sumatera. *J Gizi dan Pangan*. 2014;8(3):177.
10. Agustina, Dukabain OM, Singga S, Wanti W, Suluh DG, Mado FG. Home sanitation facilities and prevalence of diarrhea for children in Oelnasi Village, Kupang Tengah Sub-district. *Gac Sanit*. 2021;35:S393–5.
11. Noer H, Sayani. Pengelolaan limbah rumah tangga dalam menjaga lingkungan. *Abditani J Pengabdian Masy*. 2021;4(3):145–8.
12. Purwanto D, Rahmad RE. Pengaruh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Stunting Pada Balita di Desa Jelbuk Kabupaten Jember. *JIWAKERTA J Ilm Wawasan Kuliah Kerja Nyata*. 2020;1(1):10–3.
13. Aprizah A. Hubungan karakteristik Ibu dan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS)Tatanan Rumah Tangga dengan kejadian Stunting. *Jksp* [Internet]. 2021;4(1):2021. Available from: <https://journal.ukmc.ac.id/index.php/joh/article/view/70>
14. Hidayatillah Y, Misbahudholam MA, Afra Rohmah A, Rahiqim Mahtum A, Badruttamam, Mu'in A, et al. Pemberdayaan Masyarakat untuk Pencegahan Stunting dalam Rangka Membangun Masa Depan Masyarakat Unggul. 2023;1(4):657–61. Available from: <https://jurnalfebi.iainkediri.ac.id/index.php/Welfare>
15. Trisyani K, Fara YD, Mayasari AT, Abdullah. Hubungan Faktor Ibu Dengan Kejadian Stunting. *J Matern Aisyah (JAMAN AISYAH)*. 2020;1(3):189–97.