

PENERAPAN PERILAKU HIDUP SEHAT UNTUK MEMINIMALISIR ANGKA STUNTING DI DESA GADUNGAN

¹⁾Zuraidah, ²⁾Ni'matur Rohmah, ³⁾Aulia Putri Siti Aminah

IAIN Kediri, Jawa Timur, Indonesia

Email : nik.nikmah07@gmail.com

Abstract: *Community service activities are carried out in the form of stunting socialization in Gadungan village with the aim of minimizing the high stunting rate in the community. The method used is Participatory Action Research (PAR) using a qualitative approach. from the data obtained by the Gadungan village community who experienced stunting as many as 114 toddlers under the age of 5 years. Factors that cause high stunting rates are the lack of assistance in child nutrition and an unhealthy lifestyle. besides that, it is also caused by marriage at an age that is not ideal so that there is no mental readiness in marriage.*

Keywords: *socialization, stunting, healthy lifestyles*

Abstrak: *Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan berupa sosialisasi dengan mengangkat tema stunting di desa Gadungan dengan tujuan untuk meminimalisir tingginya angka stunting di masyarakat. Metode yang digunakan yaitu Participatory Action Research (PAR) dengan menggunakan pendekatan kualitatif. dari data yang diperoleh masyarakat desa Gadungan yang mengalami stunting sebanyak 114 balita dengan usia di bawah 5 tahun. Faktor yang menyebabkan tingginya angka stunting yaitu kurangnya pendampingan terhadap gizi anak serta pola hidup yang tidak sehat . selain itu juga disebabkan oleh pernikahan dengan usia yang tidak ideal sehingga tidak ada kesiapan mental dalam pernikahan.*

Kata Kunci: *sosialisasi, stunting, pola hidup sehat*

1. PENDAHULUAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat merupakan satu kewajiban yang harus dilaksanakan dalam setiap semester sebagai wujud dari kinerja Tri Darma perguruan tinggi (Riduwan, 2016). Dalam teori yang telah dideskripsikan oleh Sutrisno (1996) bahwa pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh perguruan tinggi secara umum belum banyak mengimplementasikan fungsi pengembangan, penerapan serta pemanfaatan hasil dari produk pendidikan dan penelitian. Dengan itu sebelum melakukan pengabdian masyarakat disarankan untuk melihat permasalahan yang ada di daerah tersebut. Jadi dapat disimpulkan bahwa pengabdian masyarakat adalah suatu proses kegiatan yang bertujuan untuk membantu masyarakat dilakukan secara ikhlas dalam bentuk apapun.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan semua perilaku dan kegiatan kesehatan yang dilakukan atas kesadaran dirinya sendiri atau kesadaran dari semua anggota keluarga sehingga dapat berperan aktif dalam kegiatan kesehatan masyarakat (Depkes RI, 2007). Dari pengertian

tersebut dapat diartikan bahwa perilaku hidup sehat merupakan respon seseorang secara fisik, mental, dan sosial yang tidak terkena penyakit dan dapat beraktivitas secara bebas. Sebenarnya, membiasakan perilaku hidup sehat sangatlah mudah dan murah seperti halnya membiasakan minum air putih yang cukup, makan makanan 4 sehat 5 sempurna, dan menjaga kebersihan. Kebiasaan ini dimulai dari kesadaran diri sendiri dan dorongan dari orang lain baik keluarga maupun lingkungan. Upaya menerapkan perilaku hidup sehat akan berpengaruh pada meningkatnya kesehatan terutama pada balita. Dengan penerapan pola hidup sehat, maka gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan anak bisa diminimalisir. Salah satu gangguan pertumbuhan anak yang akhir – akhir ini jadi perhatian adalah. *Stunting* adalah sebuah kondisi dimana tinggi badan seseorang lebih pendek dibanding tinggi badan orang lain pada umumnya (yang seusia). *Stunting* merupakan bentuk kegagalan pertumbuhan (growth faltering) akibat akumulasi ketidakcukupan nutrisi yang berlangsung lama mulai dari kehamilan sampai usia 24 bulan (Hoffman et al, 2000; Bloem et al, 2013). Selain itu tingginya angka stunting juga dipengaruhi oleh banyaknya pernikahan dini yang minim edukasi pra nikah. Ketidaksiapan calon ibu dalam memenuhi nutrisi selama mengandung mengakibatkan pertumbuhan balita tidak terpenuhi.

Maria Ernawati Kepala Perwakilan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Provinsi Jawa Timur (Kaper BKKBN Jatim) mengatakan, faktor perekonomian dan perawatan bayi sejak dalam kandungan menjadi penyebab utama tingginya angka stunting. Stunting di Jawa Timur pada tahun 2022 masih cukup tinggi, yakni 23,5 persen. Angka tertinggi terdapat di Kabupaten Bangkalan sebesar 38,9 persen dari keseluruhan di Jawa Timur. Kota Kediri pada tahun 2022 prevalensi angka stunting menurun menjadi 13,2 persen dari sebelumnya pada tahun 2021 yaitu 13,7 persen. Sedangkan prevalensi stunting di Kabupaten Kediri mencapai 14,1 persen atau sekitar 10.600 balita mengalami stunting. Salah satu desa yang berada di kecamatan Puncu Kabupaten Kediri dengan angka stunting tertinggi berada di Desa Gadungan dibandingkan dengan Desa Wonorejo. Berdasarkan data yang diperoleh dari sekretaris desa bahwa penduduk di desa Gadungan berjumlah 17.241 jiwa dengan angka stunting 114 jiwa. Sedangkan di Desa Wonorejo angka stunting sebanyak 43 jiwa, dibandingkan dengan Desa Gadungan Wonorejo lebih rendah angka stuntingnya. Tingginya angka stunting di desa ini disebabkan oleh pola makan, pola asuh, serta kurangnya bekal pengetahuan tentang pentingnya asupan gizi selama kehamilan, serta kurangnya kesiapan menjadi orang tua. Pada Desa Gadungan sendiri kesiapan menjadi orang tua salah satu penyebab stunting dikarenakan seorang ibu yang menikah pada usia muda dan belum siap memiliki anak. Kurangnya edukasi sebelum dan sesudah menikah menyebabkan tidak adanya pengetahuan dalam berumah tangga dan menjadi orang tua. Dari permasalahan tersebut maka program kerja yang kami laksanakan pada pengabdian masyarakat kali ini berupa sosialisasi dengan mengangkat tema “Pentingnya Perilaku Hidup Sehat di Masyarakat Untuk Meminimalisir Angka Stunting di Desa Gadungan”.

2. METODE

Metode yang digunakan yaitu *Participatory Action Research (PAR)* dengan menggunakan pendekatan kualitatif. dengan pendekatan ini data yang di peroleh dapat dipaparkan secara rinci. Metode *Participatory Action Research (PAR)* adalah metode riset yang dilaksanakan secara partisipatif di antara warga masyarakat dalam suatu komunitas aras bawah yang semangatnya untuk mendorong terjadinya aksi – aksi transformative melakukan pembebasan masyarakat dari belenggu ideologi dan relasi kekuasaan (perubahan kondisi hidup yang lebih baik). Kegiatan ini dilaksanakan mulai tanggal 8 Juli 2022 dimulai dari kegiatan posyandu di salah satu dusun yaitu dusun kapasan

dan dilanjutkan pada dusun – dusun lainnya. Kegiatan selanjutnya dilakukan pada tanggal 1 Agustus 2022 di desa Gadungan Kec. Puncu berupa sosialisasi pada masyarakat. Sasaran dalam sosialisasi ini yaitu kader KB, ibu menyusui, ibu hamil, dan calon pengantin. Kegiatan sosialisasi ini memberikan edukasi pada masyarakat tentang penerapan perilaku hidup sehat, dan kadar gizi pada makanan. Selain itu kegiatan ini memberikan pengetahuan tentang pencegahan stunting sejak dalam kandungan dan faktor-faktor penyebab stunting. Dengan diadakannya kegiatan ini diharapkan masyarakat dapat mengimplementasikan di kehidupan sehari-hari.

Dalam pengumpulan data ini, penulis terjun langsung untuk mendapatkan data yang valid. Hal yang dilakukan pertama yaitu observasi pada desa yang dituju dengan melakukan wawancara pada kepala dusun dan kader posyandu setiap dusun. Selanjutnya dilakukan pengumpulan data keseluruhan sehingga memperoleh permasalahan dilanjutkan identifikasi masalah dan penyelesaian dengan dilakukan sosialisasi stunting pada masyarakat Desa Gadungan.

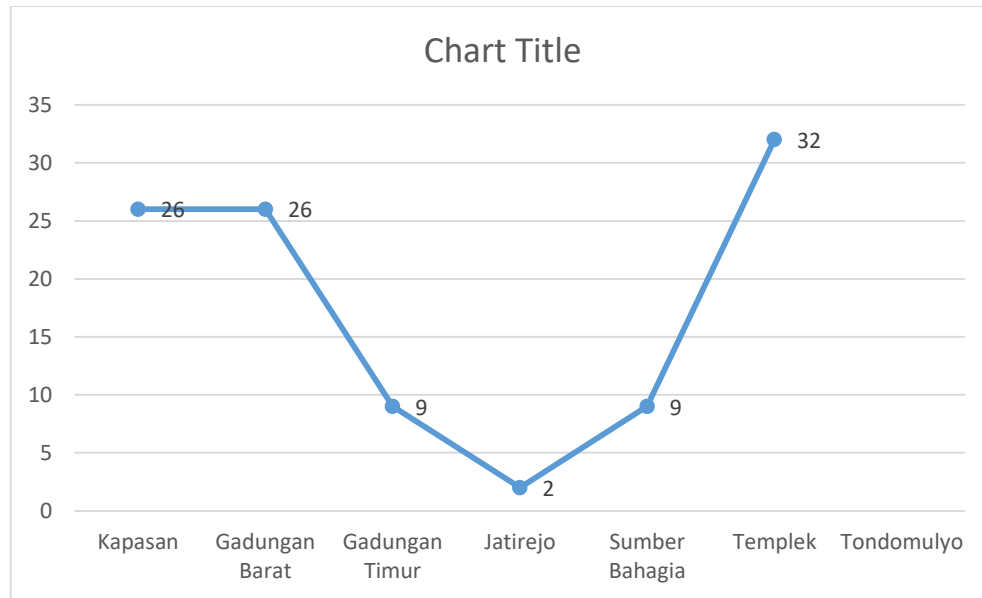
3. PEMBAHASAN

Pola hidup masyarakat di desa Gadungan tidak terlalu diperhatikan sehingga dalam mengimplementasikan pola hidup sehat kurang maksimal. Seperti contoh minum air yang kotor, kurangnya asupan gizi, dan lain sebagainya. Perilaku hidup sehat sangatlah penting untuk diterapkan, karena salah satu usaha untuk mencegah stunting adalah dengan hidup sehat. Tindakan ini dimulai dari keluarga dan lingkungan sekitar sehingga menjadi suatu kebiasaan dalam kehidupan sehari – hari. Selain itu, Masyarakat di desa Gadungan banyak yang menikah sejak dini. Menikah sejak dini menjadi salah satu penyebab terjadinya stunting karena mental calon ibu belum siap untuk hamil.

Gizi yang tidak tercukupi mengakibatkan pertumbuhan anak kurang baik jika dibandingkan dengan anak seumurannya, selain itu pola asuh yang tidak memadai mengakibatkan terjadinya stunting pada anak. Stunting juga bisa dikatakan dimana pertumbuhan tinggi badan dan berat badan anak tidak sesuai dengan pertumbuhan pada umumnya. Selain itu, anak stunting juga ada yang memiliki tingkat kecerdasan yang kurang maksimal, dan lebih rentan terhadap penyakit sehingga akan berpengaruh terhadap masa depan anak tersebut. Orang tua dari anak stunting seharusnya memberikan pola hidup yang sehat seperti memperbanyak minum air putih, makan makanan yang mengandung 4 sehat 5 sempurna, istirahat yang teratur, dan lain sebagainya.

Stunting merupakan ancaman dimasa yang akan datang karena berpengaruh pada sumber daya manusia. Dimana rendahnya kemampuan kognitif, meningkatnya risiko penyakit tidak menular, dan terjadinya stunting pada usia dewasa. Dengan ini pencegahan stunting dimulai dari calon pengantin menikah pada usia yang ideal. Calon pengantin diwajibkan untuk memeriksa kesehatannya sejak 3 bulan sebelum menikah agar memiliki kesiapan dalam menikah dan perencanaan kehamilan. Untuk itu pendampingan perlu dilakukan agar calon pengantin bisa merencanakan program hamil sehingga melahirkan anak yang sehat.

Salah satu dusun di desa Gadungan adalah dusun tondo mulyo. Di dusun ini, ada 7 anak yang mengalami stunting. Setelah mewawancarai ibu kader, kami mendapatkan informasi bahwasannya anak stunting di dusun ini ada yang disebabkan oleh kurangnya gizi pada anak, ketidaksiapan mental seorang ibu ketika hamil, dan ada juga yang disebabkan oleh factor genetic (faktor keturunan). Dalam menindak lanjuti hal ini, para ibu kader mengadakan penyuluhan kepada orang tua terkait anak stunting.



Secara lebih rinci, data yang diperoleh angka stunting tertinggi di kecamatan puncu terdapat pada desa gadungan dengan 114 anak dengan usia di bawah 5 tahun. Dari 7 dusun di desa Gadungan angka stunting terbanyak terletak pada dusun templek dengan jumlah 32 balita dibawah 5 tahun. Sedangkan angka terendah terletak pada dusun jatirejo dengan jumlah 2 balita. Dengan jumlah penduduk sebanyak 17.241 jiwa, laki – laki 8.789 jiwa, dan perempuan 8.452 jiwa. Tingginya angka tersebut maka kami menyelenggarakan sosialisasi stunting dengan harapan masyarakat bisa meminimalisir angka stunting dengan pola hidup sehat.





Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat berupa sosialisasi stunting dilakukan oleh mahasiswa KKN IAIN Kediri bekerjasama dengan perangkat desa Gadungan dan Dinas Pengendalian Penduduk Keluarga Berencana Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (DP2KBP3A). kegiatan ini dihadiri 25 peserta dengan sasaran kader KB, calon pengantin, ibu hamil, dan ibu menyusui. Selain itu kami juga melakukan sosialisasi pada posyandu balita dengan sasaran umur dibawah 5 tahun. Dalam kegiatan di posyandu kami bekerjasama dengan ibu kader bersamaan dengan imunisasi pada balita.





4. KESIMPULAN

Salah satu desa yang ada di kecamatan Puncu adalah desa Gadungan. Desa ini, mempunyai 7 dusun yaitu; dusun Gadungan Barat, Gadungan Timur, Templek, Tondomulyo, Kapasan, Sumber Bahagia, dan Jatirejo. Desa Gadungan adalah desa yang memiliki angka stunting tertinggi se-kecamatan Puncu dengan angka stunting 114 orang sedangkan penduduk di desa ini adalah 17.241 jiwa.

Stunting di desa ini ada yang disebabkan oleh kurangnya gizi pada anak, ketidaksiapan mental seorang ibu ketika hamil, dan ada juga yang disebabkan oleh factor genetic (faktor keturunan). Dalam menindak lanjuti hal ini, para ibu kader mengadakan penyuluhan kepada orang tua terkait anak stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, Anak Agung Ayu Dian, dkk. "Pelatihan Bahasa Inggris (Greetings dan Partings) di Panti Asuhan Wisma Anak-Anak Harapan, Dalung, Badung", (ABDI; Denpasar, 2022), Vol. 4, No. 1.
- LPPM STIKes Hang Tuah Pekanbaru. "Permasalahan Anak Pendek (Stunting) dan Intervensi untuk Mencegah Terjadinya Stunting (Suatu Kajian Kepustakaan)", (Jurnal Kesehatan Komunitas; Pekanbaru, 2015), Vol. 2, No. 6.
- Purwanto, Joko. Rahmad, Rias Elia. "Pengaruh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Stunting Pada Balita di Desa Jelbuk Kabupaten Jember", (JIWAKERTA; Jember, 2020), Vol. 01, No. 01.