



SOSIALISASI DAN PELAKSANAAN AKSI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SEBAGAI WUJUD EDUKASI MASYARAKAT TERHADAP PENYAKIT STUNTING DI DESA POHSANGIT LERES

Fazah Amalia Nabilah^{1*}, Miftahul Firdaus², Anisya Naharuddin³, Bagus Rahmad Dwi Febriansyah⁴, Muhammad Bryan Ikbar⁵, Calvin Edo Wahyudi⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur

*E-mail: 20044010052@student.upnjatim.ac.id

ABSTRAK

Desa Pohsangit Leres merupakan desa yang termasuk dalam lokus stunting di Kecamatan Sumberasih, Probolinggo. Hal ini disebabkan oleh rendahnya pengetahuan tentang pola asuh sehingga berdampak pada perilaku dan pemenuhan gizi yang kurang optimal. Berdasarkan kenyataan tersebut, dilaksanakan kegiatan aksi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan tujuan untuk menyadarkan masyarakat tentang adanya penyakit stunting serta mengedukasi masyarakat agar bisa lebih optimal dalam membiasakan hidup bersih. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat yang digunakan sebagai perwujudan edukasi terhadap pencegahan penyakit stunting, yakni dengan implementasi melalui aksi secara langsung, diskusi, tanya jawab menggunakan media poster dan alat bantu peraga. Dalam pemberian edukasi terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada anak usia sekolah dinilai sangat tepat karena tingkat kepekaan mereka dalam menangkap stimulus masih sangat tinggi, hal ini berdampak pada mudahnya para siswa untuk diajarkan dan ditanamkan perilaku hidup bersih dan sehat. Pembelajaran dini terkait PHBS bertujuan untuk memberikan informasi kepada siswa tentang pentingnya menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Selain penyuluhan, bentuk aksi dan edukasi PHBS terhadap warga juga dilakukan dengan kerja bakti rutin untuk menciptakan desa yang bersih. Serta upaya revitalisasi balai desa sebagai bentuk kepedulian terhadap fasilitas umum milik desa.

Kata kunci: Penyuluhan, perilaku hidup bersih dan sehat, stunting, Desa Pohsangit Leres

SOCIALIZATION AND IMPLEMENTATION OF CLEAN AND HEALTHY BEHAVIOR ACTIONS AS A FORM OF PUBLIC EDUCATION ON STUNTING IN POHSANGIT LERES VILLAGE

ABSTRACT

Pohsangit Leres Village is a village that is included in the stunting locus in Sumberasih District, Probolinggo. This is caused by low knowledge about parenting, so it has an impact on behavior and the fulfillment of nutrition that is less than optimal. Based on this fact, a Clean and Healthy Behavior activity was carried out with the aim of making the public aware of the existence of stunting and educating the public so that they can be more optimal in getting used to clean living. The method of implementing community service that is used as an embodiment of education on the prevention of stunting is by implementing it through direct action, discussion, question and answer using poster media, and visual aids. Providing education related to clean and healthy living behaviors to school-age children is considered very appropriate because their level of sensitivity in capturing stimuli is still very high. This has an impact on the ease with which students can be taught and instilled with clean and healthy living behaviors. Early learning related to PHBS aims to provide information to students about the importance of adopting a clean and healthy lifestyle. Apart from counseling, PHBS action and education for residents are also carried out through routine community service to create a clean village. As well as efforts to revitalize the village hall as a form of concern for the village's public facilities.

Keywords: Counseling, Healthy and Clean Lifestyle, Stunting, Pohsangit Leres Village

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan sering muncul di masyarakat tanpa disadari dan diketahui penyebabnya. Hal tersebut bisa terjadi karena faktor pengetahuan masyarakat yang masih kurang perihal kesehatan di masyarakat. Contoh masalah kesehatan yang seringkali muncul di antaranya adalah gizi buruk, tingginya angka kematian ibu dan anak, penyakit menular ataupun yang tidak menular, serta gaya hidup yang tidak sehat dan lain-lain. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), Indonesia adalah negara ketiga yang memiliki prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara, terdapat rata-rata



36,4% sejak tahun 2005-2017 (Situasi Balita Pendek (*Stunting*) di Indonesia, 2018), sedangkan prevalensi stunting anak Indonesia tahun 2018 mencapai 30,8% (Riskesdas, 2018, sedangkan WHO menetapkan batas minimum angka stunting di sebuah negara adalah 20%. Menurut *The United Nation Children Fund* (Bellamy, 1997) *stunting* disebabkan oleh faktor asupan yang tidak seimbang dan penyakit infeksi sedangkan faktor yang berpengaruh secara tidak langsung sangat berkaitan dengan air bersih, sanitasi, persediaan pola asuh dan pangan yang tidak mencukupi dan juga pelayanan kesehatan yang tidak memadai.

Karena masih tingginya prevalensi *stunting* yang disebabkan oleh banyak faktor maka diperlukannya suatu usaha untuk pencegahan dan penanggulangan dengan cara pendekatan dari berbagai segi. Pencegahan dengan cara perbaikan gizi saja tidak cukup karena ada faktor lain yaitu gaya hidup, kebersihan lingkungan serta sanitasi. Guna mencapai kehidupan yang bersih, maka diperlukan adanya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Karena jika masyarakat dibiasakan dengan perilaku hidup bersih dan sehat maka akan tercipta juga kehidupan ibu dan bayi yang sehat sehingga angka *stunting* di Indonesia dapat menurun.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau PHBS merupakan sebuah upaya yang dilakukan untuk menularkan perilaku hidup sehat melalui individu, kelompok, atau masyarakat luas dengan berbagai jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi (Kemenkes RI, 2016). PHBS merupakan rekayasa sosial yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan melalui edukasi atau kampanye lingkungan yang menjadi akar dari kontribusi individu-individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari dengan bersih dan sehat. Hal ini dilakukan guna mengupayakan terciptanya masyarakat yang sadar dan peduli kesehatan dan memiliki pengetahuan untuk menjalani hidup yang bersih dan memenuhi standar kesehatan. Tujuan dari adanya PHBS ini adalah untuk terbentuknya masyarakat yang mengimplementasikan tata cara kebiasaan hidup yang sehat pada kesehariannya yang dimana merupakan usaha untuk meningkatkan tingkat kesehatannya pada tatanan rumah tangga atau lingkungan masyarakat (Kemenkes RI, 2011). PHBS tidak hanya fokus pada rumah tangga saja, tetapi juga pada institusi pendidikan, tatanan tempat umum, perkantoran, serta pada tatanan Pelayanan Kesehatan. PHBS sendiri adalah suatu kampanye atau ajakan agar masyarakat bisa lebih peduli dan lebih mengutamakan kesehatan agar tercapainya kehidupan yang lebih bersih dan berkualitas.

Desa Pohsangit Leres merupakan desa yang termasuk dalam Lokasi Khusus (LoKus) stunting di Kecamatan Sumberasih, Probolinggo. Hal ini disebabkan oleh rendahnya pengetahuan tentang pola asuh sehingga berdampak pada perilaku dan pemenuhan gizi yang kurang optimal. Berdasarkan kenyataan tersebut, dilaksanakan kegiatan aksi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai wujud edukasi kepada masyarakat terhadap *stunting*. Edukasi dalam pelaksanaan aksi dan sosialisasi PHBS dapat dilakukan dengan beberapa model pendekatan. Salah satu model pendekatan yang dapat dilakukan untuk memperkenalkan PHBS pada masyarakat adalah dengan pendekatan yang lebih dikenal dengan istilah pemberdayaan masyarakat (*empowerment*), yaitu dengan membantu masyarakat untuk mengetahui dan mengatasi masalahnya sendiri, agar nantinya akan tercipta kesadaran sendiri untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (Andriansyah, Agus Aan, Firdausi. 2017). Pemberdayaan masyarakat merupakan hal terpenting dalam promosi kesehatan, dan hasilnya akan lebih maksimal jika bekerja sama dengan beberapa instansi yang terlibat (Patilaiya & Rahman, 2018).

Adapun tujuan dilakukannya sosialisasi dan aksi PHBS ini adalah untuk menyadarkan masyarakat tentang adanya penyakit *stunting* serta mengedukasi masyarakat agar bisa lebih optimal dalam membiasakan hidup bersih dan sehat serta menumbuhkan kecintaan pada lingkungan, yang bisa dimulai dari diri sendiri, lingkungan keluarga, dan lingkungan masyarakat.

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat yang digunakan sebagai perwujudan edukasi terhadap pencegahan penyakit stunting, yakni dengan implementasi melalui aksi secara langsung, diskusi, tanya jawab menggunakan media poster dan alat bantu peraga. Kegiatan yang diupayakan adalah revitalisasi balai desa, dengan tujuan agar menjadi lingkungan yang lebih layak dan nyaman karena balai desa merupakan salah satu fasilitas umum pelayanan di desa. Kemudian kegiatan penyuluhan PHBS di SD Negeri Pohsangit Leres 1 dengan media poster dan alat bantu peraga. Serta kegiatan kerja bakti membersihkan jalanan di desa Pohsangit Leres yang rutin dilaksanakan setiap minggu bersama perangkat desa demi meningkatkan kenyamanan jalan yang dilalui warga desa sehari-



harinya juga memberikan citra positif pada masyarakat agar turut sadar dalam menjaga kebersihan lingkungan sekitarnya.

Kegiatan revitalisasi balai desa dilaksanakan berdasarkan beberapa tahapan. Tahapan pertama adalah tahap observasi terhadap lingkungan balai desa terkait apa saja yang perlu dibenahi, diperbaharui, dan ditambahkan. Tahap kedua, adalah implementasi dari hasil observasi yang diperoleh, yaitu kegiatan membersihkan sampah maupun rumput liar, pengecatan pagar dan tembok tiang pendopo balai desa, dan penanaman beberapa tanaman dan pohon untuk lebih menghidupkan lingkungan balai desa bersama perangkat desa dan Karang Taruna. Tahap ketiga dari kegiatan revitalisasi ini yakni evaluasi setelah kegiatan, berkenaan dengan diskusi bersama Kepala Desa, perangkat dan Karang Taruna mengenai rencana berkelanjutan agar balai desa Pohsangit Leres dapat menjadi pusat pelayanan desa seperti balai desa di kota-kota.

Pada penyuluhan PHBS di SDN Pohsangit Leres 1 dilakukan oleh seluruh tim pengabdian dengan pembagian peran sebagai pembuka, pemateri, peraga, dan penutup. Kegiatan ini yang dilaksanakan pada satu ruang kelas. Tahap awal pelaksanaan dibuka dengan tim yang menanyakan terkait pengetahuan apa itu PHBS kepada siswa yang dilanjut dengan *pre-test* secara lisan untuk mengetahui seberapa jauh pengetahuan siswa tentang PHBS. Tahap selanjutnya diisi oleh pemateri yang menjelaskan mengenai apa, kenapa, manfaat, dan bentuk dari PHBS dengan menggunakan poster. Kemudian dilanjut dengan peragaan bagaimana mencuci tangan yang benar dan demonstrasi menggosok gigi dengan *game based learning* menggunakan kertas yang dilipat menyerupai bentuk gigi. Selanjutnya, dilakukan demonstrasi untuk membedakan sampah organik dan anorganik. Tahap terakhir yakni tahap *post-test* secara lisan dan untuk mengukur pemahaman para siswa tentang PHBS setelah dilakukan penyuluhan tersebut. Setelah beberapa tahapan penyuluhan selesai dilaksanakan, tim pengabdian melakukan pemasangan poster di depan setiap kelas dan pada mading sekolah. Sasaran dari program penyuluhan PHBS yang tim kami lakukan ini adalah siswa-siswi kelas 1 dan 2 SDN Pohsangit Leres 1.

Kegiatan terakhir perwujudan Aksi PHBS adalah kegiatan kerja bakti rutin bersama perangkat desa membersihkan jalanan desa. Tahap pertama dilakukan survei titik lokasi yang akan menjadi target untuk dilakukan pembersihan. Kemudian tahap kedua yakni persiapan alat-alat dan tim yang akan diterjunkan. Dan yang terakhir tahap penerjungan dilakukan bersama perangkat desa membersihkan sampah, dedaunan kering, pemangkasan tumbuhan liar yang menjuntai di jalanan yang berpotensi mengganggu pengendara, dan pembakaran sampah di tepi jalan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Agenda PHBS ini dilakukan dengan serangkaian kegiatan di beberapa tempat. Yaitu kegiatan revitalisasi yang dilakukan di balai desa, penyuluhan di SD Negeri Pohsangit Leres 1, serta kerja bakti rutin bersama perangkat desa. Kegiatan revitalisasi di balai desa Pohsangit Leres dilaksanakan pada tanggal 27 s.d. 31 Maret 2023, penyuluhan PHBS di SD Negeri Pohsangit Leres 1 pada tanggal 24 Mei 2023, dan kerja bakti rutin dilakukan setiap hari rabu. Serangkaian kegiatan PHBS ini terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

1. Tahap persiapan
 - a. Mengajukan perizinan lisan kepada kepala desa dan perangkat desa terkait agenda revitalisasi yang akan dilaksanakan di balai desa.
 - b. Melakukan survei di balai desa, guna mengetahui bagian-bagian yang harus direvitalisasi.
 - c. Mempersiapkan alat dan barang-barang yang akan digunakan untuk kegiatan revitalisasi di balai desa.
 - d. Mengajukan perizinan kepada pihak SD Negeri Pohsangit Leres 1, khususnya kepala sekolah dan jajaran dewan guru terkait agenda penyuluhan PHBS.
 - e. Melakukan observasi di SD Negeri Pohsangit Leres 1, guna mengetahui kelas mana yang akan menjadi sasaran penyuluhan PHBS.
 - f. Mempersiapkan materi penyuluhan.
2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan berisi implementasi dari persiapan yang telah dicanangkan, yaitu:

- a. Melaksanakan revitalisasi di balai desa dengan melakukan pengecatan pagar balai desa, pembersihan sampah secara masif, pemangkasan rumput-rumput liar, penanaman beberapa pohon tanaman dan bibit pohon, pembaharuan titik koordinat balai desa di aplikasi *Google Maps*, dan pemasangan identitas balai desa.
 - b. Melakukan penyuluhan terkait PHBS di SD Negeri Pohsangit Leres 1, dengan sasaran siswa-siswi kelas 1 dan 2.
 - c. Melakukan demonstrasi cara mencuci tangan yang baik dan benar.
 - d. Melakukan aktivitas *game based learning* dengan melipat dan menempel kertas berbentuk gigi.
 - e. Melakukan demonstrasi cara menyikat gigi dengan baik dan benar.
 - f. Melakukan demonstrasi membedakan sampah organik dan sampah anorganik.
3. Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi ini, dilakukan post-test secara lisan di akhir kegiatan pada siswa-siswi kelas 1 dan 2 yang menjadi sasaran penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terkait materi yang sudah disampaikan. Setelah agenda penyuluhan selesai, tim kami melakukan pemasangan poster PHBS di beberapa titik di SD Negeri Pohsangit Leres 1 agar para siswa dapat membaca dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah.

Pembahasan

Perilaku adalah perangai manusia yang dapat diubah seiring berjalannya waktu. Perilaku ini dapat diubah dengan berbagai cara, salah satunya adalah penyuluhan dengan mempersuasi dan memberikan edukasi terkait pentingnya merubah perilaku agar dampak yang didapat lebih positif. Menurut Ardiansyah & Firdausi (2017), proses pembelajaran dalam menerima pengetahuan dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pengajar, subjek belajar, kurikulum, metode yang digunakan, perpustakaan, dan lain-lain, dimana jika faktor-faktor tersebut terpenuhi dengan baik, maka proses dan hasil belajar akan optimal. Dalam MF Salim (2021), dinyatakan bahwa pemberian edukasi terkait PHBS kepada anak usia sekolah dinilai sangat tepat karena tingkat kepekaan mereka dalam menangkap stimulus masih sangat tinggi, hal ini berdampak pada mudahnya para siswa untuk diajarkan dan ditanamkan perilaku hidup bersih dan sehat. Budaya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah ini harus dilakukan secara berkelanjutan untuk membentuk karakter pada anak.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan PHBS di SDN Pohsangit Leres 1

Pembelajaran dini terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri Pohsangit Leres 1 bertujuan untuk memberikan informasi kepada para siswa tentang pentingnya menerapkan pola hidup bersih dan sehat, khususnya di lingkungan sekolah. Dengan metode yang ringan dan menyenangkan, melalui *game based learning*, diharapkan para siswa dapat menangkap penjelasan yang sudah disampaikan dan mulai mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dari hasil evaluasi secara lisan yang disampaikan kepada para siswa, terjadi peningkatan pengetahuan terkait pentingnya PHBS dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 2. Pemasangan Poster PHBS di lingkungan sekolah SDN Pohsangit Leres 1

Selain penyuluhan, bentuk aksi dan edukasi PHBS terhadap warga juga dilakukan dengan kerja bakti rutin, yang berarti berkelanjutan, untuk menciptakan desa yang bersih dan masyarakat yang berbudaya gotong-royong. Serta upaya revitalisasi balai desa sebagai bentuk kepedulian terhadap fasilitas umum milik desa. Melalui dukungan dan peran dari banyak pihak, mulai dari pihak sekolah, para siswa, perangkat desa, hingga masyarakat desa, aksi dan edukasi tentang PHBS di Desa Pohsangit Leres dapat berjalan dengan lancar.



Gambar 3. Kegiatan penanaman bibit pohon di balai desa dan kerja bakti bersama perangkat desa

SIMPULAN

Masalah kesehatan yang seringkali muncul di Indonesia di antaranya adalah gizi buruk, tingginya angka kematian ibu dan anak, penyakit menular ataupun yang tidak menular, serta gaya hidup yang tidak sehat dan lain-lain. *Stunting* disebabkan oleh faktor asupan yang tidak seimbang dan penyakit infeksi sedangkan faktor yang berpengaruh secara tidak langsung sangat berkaitan dengan air bersih, sanitasi, persediaan pola asuh dan pangan yang tidak mencukupi dan juga pelayanan kesehatan yang tidak memadai.

Karena masih tingginya prevalensi *stunting* yang disebabkan oleh banyak faktor, maka diperlukan sebuah usaha untuk pencegahan dan penanggulangan dengan cara pendekatan dari berbagai segi. Pencegahan dilakukan dengan cara perbaikan gizi saja tidak cukup karena ada faktor lain yaitu gaya hidup, kebersihan lingkungan serta sanitasi. Guna mencapai kehidupan yang bersih, maka diperlukan adanya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Kegiatan ini dilakukan melalui dengan serangkaian kegiatan di beberapa tempat. Yaitu kegiatan revitalisasi yang dilakukan di balai desa, penyuluhan di SD Negeri Pohsangit Leres 1, serta kerja bakti rutin bersama perangkat desa.

Dari program ini diharapkan agar masyarakat semakin mengerti dan peduli terhadap kebersihan diri juga lingkungan serta mampu lebih sadar dan tanggap jika disekitarnya terdapat gejala-gejala gangguan kesehatan akibat PHBS yang tidak terjaga.



UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih diucapkan oleh penulis kepada kepada LPPM Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur, Kelompok 57 KKNT MBKM UPN “Veteran” Jawa Timur, Masyarakat Desa Pohsangit Leres, Perangkat Desa Pohsangit Leres, SDN Pohsangit Leres 1, serta semua pihak yang terlibat dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, Agus Aan, Firdausi, N. J. (2017). Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sejak Dini di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Lengkong 1, Desa Lengkong, Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto. *Unusa*, 1(2), 87–95.
- Bellamy, C. (1997). *The State of the World's Children 1997*. New York: Oxford University Press.
- Febriansyah, P., Asri, D. F., Ramadhany, R. R., Juniarsih, D. A., Fauzi, A. R., & Darto, D. (2022, November). PENTINGNYA EDUKASI PHBS SERTA EDUKASI SAMBIL KELILING (SIKELING). *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* (Vol.1,No.1).
- Kurniawan, H. (2017). Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan pada Anak di Panti Asuhan Melalui Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks*, 3(1), 9–16.
- Kementerian Kesehatan RI. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes RI. (2016, January 1). *PHBS*. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. Retrieved June 8, 2023, from <https://promkes.kemkes.go.id/phbs>
- Kemendes, R. I. (2018). Situasi balita pendek (Stunting) di Indonesia. *Kementerian Kesehatan RI*, 301(5), 1163-1178.
- Larira, D. M., Rasmiati, K., & Mien, M. (2021). Pembelajaran Dini Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS). *Karya Kesehatan Journal of Community Engagement*, 1(02), 16-20.
- Rahman, H., & Patilaiya, H. U. L. (2018). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 2(2), 251.
- Rokhmayanti, R., Astuti, F. D., & Martini, T. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sekolah Sebagai Salah Satu Wujud Gerakan Peduli dan Berbudaya Lingkungan Hidup (PBLHS). *Community Reinforcement and Development Journal*, 2(1), 50-56.
- Salim MF, Syairaji M, Santoso DB, Pramono AE, Fararid N, Askar. Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *J Pengabdian dan Pengemb Masy*. 2021;4(1):19-24.
- Sulastris K, Purna IN, Suyasa ING. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Anak Sekolah Tentang Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Wilayah Puskesmas Selemadeg Timur Ii. *J Environ Health*. 2019;4:99-106.