

PENDAMPINGAN PEMBELAJARAN PHBS DALAM UPAYA PENCEGAHAN KEJADIAN STUNTING DI SEKOLAH ORANG TUA HEBAT (SOTH) DESA SIDOMULYO BATU

Sayuti¹, Qotimah² & Susana Setyowati³

- ¹ Politeknik Kesehatan Wira Husada Nusantara Malang, Indonesia, 65144
Telp: 082311673125
E-mail: sayutiakbidwhn@gmail.com
- ² Politeknik Kesehatan Wira Husada Nusantara Malang, Indonesia, 65144
Tel/Fax: 081334043464
E-mail: qotimahakbidwhn@gmail.com
- ³ Politeknik Kesehatan Wira Husada Nusantara Malang, Indonesia, 65144
Tel/Fax: 085225712288
E-mail: susanasetyowati411@gmail.com

RIWAYAT ARTIKEL

Received: 2024-01-04
Revised : 2024-01-26
Accepted: 2024-01-29

KATA KUNCI

*PHBS, Pendampingan,
SOTH.*

KEYWORD

PHBS, Mentoring, SOTH.

ABSTRAK

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial. Perilaku hidup bersih dan sehat ini merupakan salah satu materi pada Sekolah Orang Tua Hebat di desa Sidomulyo Kecamatan Bayu Kota Batu. Pendampingan di SOTH desa Sidomulyo ini bertujuan agar siswi (orang tua balita) memahami tentang makna perilaku hidup bersih dan sehat dan apa yang harus dilakukan kepada balita nya dalam menerapkan hidup bersih dan sehat di tatanan keluarganya. Dengan pemahaman orang tua (siswi) meningkat maka di harapkan siswi akan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat ini dalam keluarga dan akhirnya angka kejadian sakit menurun dan balita dapat tumbuh dengan maksimal yang akhirnya kejadian stunting menurun. Metode yang digunakan dalam IPTEKS bagi Masyarakat ini adalah dengan melakukan pendampingan saat pembelajaran berlangsung kepada siswi SOTH di desa Sidomulyo. Jumlah siswa yang menjadi sasaran sebanyak 30 siswa SOTH. Dalam pelaksanaan kegiatan jumlah siswa SOTH yang hadir sebanyak 25 orang, kader, tenaga P2KB. Kegiatan pembelajaran di SOTH dilakukan dengan pembagian kelompok, pre-test, diskusi, post-test. Tujuan dilakukan post-test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan kemampuan siswi SOTH desa Sidomulyo yang berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat.

ABSTRACT

Clean and healthy living behavior (PHBS) is a form of manifestation of healthy living orientation in individual, family and community culture, which aims to improve, maintain and protect health both physically, mentally, spiritually and socially. This clean and healthy living behavior is one of the materials at the Great Parents School in Sidomulyo village, Bayu District, Batu City. The assistance at SOTH in Sidomulyo village aims to ensure that female students (Baita's parents) understand the meaning of clean and healthy living behavior

and what must be done for their toddlers to implement clean and healthy living in their family structure. By increasing the understanding of parents (students), it is hoped that female students will implement clean and healthy living behavior in their families and ultimately the incidence of illness will decrease and toddlers can grow optimally, which will ultimately reduce the incidence of stunting. The method used in Science and Technology for the Community is to provide assistance during learning to female SOTH students in Sidomulyo village. The number of students targeted was 30 SOTH students. During the implementation of the activity, the number of SOTH students who attended was 25 people, cadres, P2KB. Learning activities at SOTH are carried out by dividing groups, pre-test, discussion, post-test. The purpose of the post-test was to determine the increase in knowledge and abilities of female SOTH students in Sidomulyo village related to clean and healthy living behavior;

A. PENDAHULUAN

Masih tingginya prevalensi stunting yang disebabkan oleh multi faktor memerlukan adanya upaya pencegahan dan penanggulangan melalui pendekatan dari berbagai segi disiplin ilmu, karena pencegahan dan penanggulangan stunting tidak cukup dengan memperbaiki intervensi gizi saja tetapi ada faktor lain yaitu gaya hidup, sanitasi dan kebersihan lingkungan. Faktor rendahnya sanitasi dan kebersihan lingkungan merupakan salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Aprizah A, 21). PHBS pada hakikatnya merupakan perilaku pencegahan oleh individu atau keluarga dari berbagai penyakit olah karena itu praktik PHBS dalam kehidupan sehari-hari masih diperlukan karena faktor perilaku memiliki andil 30-35 % terhadap derajat kesehatan (Gina et al, 2018). Perilaku hidup bersih dan sehat di rumah tangga adalah untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar mengetahui, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat (Aprizah A, 2021).

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di rumah tangga adalah upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar tahu, mau dan mampu melakukan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat (Sayuti, 2016). Menurut Permenkes RI No. 2269/Menkes/Per/XI/2011 Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah

sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Dengan demikian, PHBS mencakup beratus-ratus bahkan mungkin beribu-ribu perilaku yang harus dipraktikkan dalam rangka mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya (Srisantyorini T, 2020). Pola penerapan hidup bersih dan sehat merupakan bentuk dari perilaku berdasarkan kesadaran sebagai wujud dari pembelajaran agar individu bisa menolong diri sendiri baik pada masalah kesehatan ataupun ikut serta dalam mewujudkan masyarakat yang sehat di lingkungannya. Program penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk dari upaya untuk memberikan pelajaran berupa pengalaman pada tiap individu, anggota keluarga, sekumpulan, maupun pada masyarakat umum. Pelajaran dapat melalui media komunikasi, pemberian berita, serta adanya pendidikan agar terjadinya peningkatan pada pengetahuan, perubahan sikap, dan perilaku melalui metode pendekatan dari pimpinan, membina suasana, dan juga melakukan gerakan memampukan diri pada kelompok masyarakat. Kondisi ini sebagai salah satu wujud pencerminan yang berguna untuk membantu masyarakat dalam mengenali dan mengetahui serta mengatasi masalah

yang terjadi pada individu dalam tatanan rumah tangga. Tujuannya tidak lain adalah agar terbentuknya masyarakat yang menerapkan cara kebiasaan hidup yang sehat pada kesehariannya yang merupakan upaya dalam meningkatkan derajat kesehatannya pada tatanan rumah tangga atau lingkungan masyarakat (Wati A., 2020).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ini masih menjadi perhatian khusus bagi pemerintah. Hal ini terlihat dari ditematkannya PHBS sebagai salah satu indikator capaian peningkatan kesehatan dalam program *Sustainable Development Goals (SDGs) 2015- 2030*. Dalam SDGs, PHBS merupakan strategi pencegahan dengan dampak jangka pendek bagi peningkatan kesehatan dalam tiga tataran wilayah yaitu sekolah, keluarga dan masyarakat (Srisantyorini T, 2020). Penerapan dari perilaku di tingkat rumah tangga merupakan bentuk pemberdayaan semua anggota keluarga agar mereka mengetahui, mau, dan dapat menerapkan PHBS pada kehidupan sehari-hari. Anggota keluarga juga diharapkan ikut berperan aktif di dalam gerakan kesehatan pada lingkungan masyarakat. Salah satu upaya yang dilakukan yaitu melalui kegiatan promosi kesehatan yang terintegrasi. Upaya tersebut bertujuan agar PHBS dapat tercapai dan nantinya diharapkan masyarakat akan lebih paham mengenai masalah kesehatan yang terjadi pada individu dan di lingkungan masyarakat (Kemenkes RI, 2011).

Angka kejadian stunting pada kota Batu masih tinggi dengan jumlah data sebanyak 1.451 bayi mengalami stunting dan pada tahun 2022 ini pemkot kota batu memiliki target menurunkan kejadian stunting sebesar 20% dengan salah satu program yang dilancarkan adalah SOTH. Dalam SOTH tersebut salah satu materi yang di pelajari adalah perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Sekolah ini merupakan terobosan untuk dapat meningkatkan kemampuan orangtua dalam mengasuh anak, terutama anak balita. Masa balita merupakan golden period masa pertumbuhan dan

perkembangan anak. Sekolah Orang Tua Hebat merupakan pengembangan dari BKB Holistik Integratif. Pendekatan Pendidikan luar sekolah dibutuhkan agar proses transfer pengetahuan dari fasilitator kepada warga belajar atau warga belajar dengan fasilitator berjalan dengan baik (dengan pendekatan pembelajaran orang dewasa. Dalam kegiatan tersebut Politeknik Kesehatan Wira Husada Nusantara Malang sebagai mitra melakukan pendampingan dalam kegiatan pembelajaran tersebut.

B. TINJAUAN LITERATUR

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah kumpulan dari beberapa perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran sebagai hasil dari pembelajaran yang membuat seseorang ataupun keluarga dapat memberikan pertolongan kepada dirinya sendiri di bidang kesehatan dan turut serta berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya (Sayuti, 2016). Pola penerapan hidup bersih dan sehat merupakan bentuk dari perilaku berdasarkan kesadaran sebagai wujud dari pembelajaran agar individu bisa menolong diri sendiri baik pada masalah kesehatan ataupun ikut serta dalam mewujudkan masyarakat yang sehat di lingkungannya. Program penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk dari upaya untuk memberikan pelajaran berupa pengalaman pada tiap individu, anggota keluarga, sekumpulan, maupun pada masyarakat umum. Pelajaran dapat melalui media komunikasi, pemberian berita, serta adanya pendidikan agar terjadinya peningkatan pada pengetahuan, perubahan sikap, dan perilaku melalui metode pendekatan dari pimpinan, membina suasana, dan juga melakukan gerakan memampukan diri pada kelompok masyarakat. Kondisi ini sebagai salah satu wujud pencerminan yang berguna untuk membantu masyarakat dalam mengenali dan mengetahui serta mengatasi masalah yang terjadi pada individu dalam tatanan rumah tangga. Tujuannya tidak lain adalah agar terbentuknya masyarakat yang

menerapkan cara kebiasaan hidup yang sehat pada kesehariannya yang merupakan upaya dalam meningkatkan derajat kesehatannya pada tatanan rumah tangga atau lingkungan masyarakat (Wati A., 2020).

Ada sepuluh indikator PHBS yang harus dicapai dalam rumah tangga (Wati A., 2020). Sepuluh indikator tersebut yakni:

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

Indikator PHBS juga bisa di capai dengan persiapan lebih awal dalam proses persalinan yaitu melalui kunjungan kehamilan. Menurut Bartini dalam Sayuti (2023) tujuan asuhan kehamilan pada kunjungan awal yaitu: mengumpulkan informasi mengenai ibu hamil yang dapat membantu bidan dalam membangun membina hubungan yang baik saling percaya antara ibu dan bidan, mendeteksi komplikasi yang mungkin terjadi, menggunakan data untuk menghitung usia kehamilan dan tafsiran tanggal persalinan, merencanakan asuhan khusus yang dibutuhkan ibu, maka dengan ini seorang ibu akan mampu menentukan kelahiran di tolong oleh siapa sehingga salah satu indikator PHBS juga bisa tercapai.

C. METODE

No	Kegiatan	Keterangan
1	Tempat dan waktu	Waktu : Jumat, 20 oktober 2023 Pukul : 08.30 s/d 11.30 Tempat : Balai dukuh Nggolari Kecamatan Batu Kota Batu
2	Khalayak sasaran/mitra kegiatan	Sasaran dalam kegiatan ini adalah siswa sekolah orang tua hebat (SOTH) desa Sidomulyo
3	Metode pengabdian	Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah dengan cara pendampingan.
4	Indikator keberhasilan	Peningkatan pengetahuan siswa sekolah orang tua hebat (SOTH) yang di tunjukkan dengan peningkatan pemahaman siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat baik melalui diskusi maupun melalui nilai
5	Metode evaluasi	Metode evaluasi dalam kegiatan pendampingan ini dengan cara di lakukan pemberian pertanyaan ulang dan dilakukan kegiatan pre-test sebelum kegiatan dan kegiatan post-test setelah pendampingan. (teknik melakukan evaluasi untuk mengukur ketercapaian indikator keberhasilan

D. HASIL

Kegiatan pendampingan pembelajaran di SOTH desa Sidomulyo dengan materi perilaku hidup bersih dan sehat merupakan pertemuan yang keenam. Kegiatan pembelajaran di SOTH di bagi menjadi beberapa kelompok dalam pembagian kelompok tersebut di lakukan secara acak dengan metode yang sangat menyenangkan sehingga kelompok yang

terbentuk terdiri dari beberapa orang yang bukan secara sengaja memilih secara pribadi. Setelah dilakukan pembentukan kelompok itu dilakukan pre-test secara sendiri-sendiri. Setelah dilakukan pre-test para siswi SOTH di berikan kasus atau soal tentang perilaku hidup bersih dan sehat oleh fasilitator dan pendamping, kemudian para siswa berdiskusi untuk memecahkan masalah tersebut.

Tim pendamping memperhatikan proses diskusi dalam kelompok tersebut. Setelah sesi diskusi kelompok selesai kemudian dilakukan diskusi besar dalam kelas dan masing-masing kelompok berusaha menjawab permasalahan tersebut dalam diskusi kelas ini tim pendamping memfasilitasi pembahasan materi maupun menjawab pertanyaan yang disampaikan siswi SOTH desa Sidomulyo. Setelah itu pemberian materi oleh Narasumber. Selain itu peserta memainkan games yang dibimbing oleh pihak BKKBN disela materi serta untuk menjaga semangat peserta juga diajak melakukan tepuk yel-yel. Dalam kegiatan pembelajaran tersebut juga di praktikkan bagaimana cara mencuci tangan yang benar agar siswi SOTH desa Sidomulyo lebih memahami. Setelah kegiatan selesai kemudian dilakukan post-test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan kemampuan siswi SOTH desa Sidomulyo yang berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini dilakukan dengan harapan setelah pelaksanaan SOTH berakhir, peserta menyerap ilmu yang didapat dengan sepenuhnya. Dengan pembelajaran yang optimal, peserta mampu meningkatkan kesadaran dalam tahap perkembangan anak dan kebutuhannya, agar anak dapat tumbuh menjadi individu yang siap dan mandiri dalam menghadapi tantangan di masa mendatang. Dalam diskusi siswi menjelaskan bahwa para siswi SOTH sudah melahirkan di tenaga kesehatan, sudah menggunakan air bersih, sudah memberikan asi eksklusif selama 2 tahun namun ada 3 responden yang tidak karena ASI saat itu tidak lancar, sudah menggunakan jamban sehat, anak belum terbiasa cuci tangan, sudah melakukan

penimbangan pada anaknya saat posyandu, sudah mengkonsumsi sayur dan buah namun belum semua balita mengkonsumsi karena tidak suka, pemberantasan jentik saat kamar mandi kotor saja tidak setiap minggu, jarang melakukan olahraga pagi dan keluarga masih ada yang merokok.

Kendala yang dihadapi dalam kegiatan pendampingan ini adalah ada 5 orang siswa tidak hadir dikarenakan sakit dan ada keperluan keluarga yang tidak bisa ditinggalkan dan beberapa anak balita yang rewel. Solusi dari permasalahan yang muncul adalah bagi ibu yang tidak masuk di informasikan tentang materi yang sudah diberikan dan di sarankan masuk pada pertemuan selanjutnya sedangkan bagi balita yang rewel di bantu oleh kader lain untuk menenangkan keadaan dengan bermain bersama.



Gambar 1. Proses Pre test



Gambar 2. Proses Pendampingan dan Diskusi



Gambar 3. Proses Pos Test

E. DIKUSI

Dari hasil diskusi dalam kegiatan pendampingan terlihat bahwa PHBS dalam tatanan rumah tangga sudah dilakukan oleh siswi SOTH Sidomulyo dengan baik dan ada yang belum. PHBS di tatanan rumah tangga yang dilakukan dengan maksimal adalah: sudah melahirkan di tenaga kesehatan, sudah menggunakan air bersih, sudah menggunakan jamban sehat sudah memberikan sudah melakukan penimbangan pada anaknya saat posyandu. PHBS di tatanan rumah tangga yang sudah dilakukan namun belum maksimal adalah pemberian asi eksklusif selama 2 tahun namun ada 3 responden yang tidak karena ASI saat itu tidak lancar, anak belum terbiasa cuci tangan, sudah mengkonsumsi sayur dan buah namun belum semua balita mengkonsumsi karena tidak suka, pemberantasan jentik saat kamar mandi kotor saja tidak setiap minggu, jarang melakukan olahraga pagi dan keluarga masih ada yang merokok.

Hasil ini sesuai dengan teori yang di kemukakan oleh Wati A., (2020) tentang Sepuluh indikator tercapainya PHBS di tatanan rumah tangga yakni:

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 buahbuahan sehat secara seimbang
9. Olahraga atau jalan-jalan setiap hari
10. Tidak menghisap asap rokok di sekitar tempat tinggal atau rumah.

Dari hasil kegiatan ini dampak yang di harapkan warga desa mampu menerapkan PHBS dalam keluarganya sehingga kesehatan keluarga terjamin khususnya generasi penerus bangsa yaitu anak balita.

F. KESIMPULAN

Pelaksanaan pendampingan pada pembelajaran perilaku hidup bersih dan sehat ini dapat diketahui bahwa telah terjadi peningkatan pengetahuan siswi SOTH yang dilihat dari peningkatan nilai pre-test dan post-test, serta masyarakat telah memahami tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini sudah sesuai rencana dimana di hadiri oleh 25 siswi, kader, tenaga P2KB, serta tim pendamping. Saran yang bias di sampaikan oleh penulis agar bisa berjalan dengan baik maka kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pendampingan pembelajaran di sekolah SOTH ini maka perlu dukungan dari berbagai pihak, selain itu untuk PKM selanjutnya bias meninjau PHBS secara spesifik pada indicator tertentu.

G. PERSEMBAHAHAN

Kami mengucapkan terima kasih kepada DP3AP2KB kota Batu, Kader, Fasilitator, Direktur Politeknik Kesehatan Wira Husada Nusantara Malang yang sudah membantu kegiatan ini sehingga biasa berjalan dengan baik.

H. REFERENSI

Aprizah A. (2021). Hubungan karakteristik Ibu dan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS)Tatanan Rumah Tangga dengan kejadian Stunting. Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA. JKSP Volume 4 Nomor 1, Februari 2021.

- Kementerian Kesehatan RI. 2011. Peraturan Menteri Kesehatan Republic Indonesia Nomor 2269/Menkes/Per/XI/2011 Tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.
- Notoatmodjo, S. (2007). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Srisantyorini T, .(2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sd Negeri Sampora 1 Kecamatan Cisauk Tahun 2018. Muhammadiyah Public Health Journal. • Vol. 1 No. 1 • 31 Juli 2020. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/MPHJ/>
- Sayuti, Tutik. (2016). Studi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dengan Kesehatan Anak Umur 5 Tahun Dalam Tatanan Rumah Tangga di kec. Singosari kab. Malang. Biomed Science. Volume 4 no 1 (2016) 13-29. <https://dx.doi.org/>
- Sayuti. (2023). Pemeriksaan Ibu Hamil Di Desa Kedung Metawar Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan Jawa Timur. Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi dan Perubahan. Vol. 3, No. 2, Maret 2023, Halaman 9-11 DOI: <https://doi.org/>. Vol 3, No 2 (2023) (penerbitwidina.com)
- Wati A. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya. Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education Vol. 8 No. 1 (2020) 47-58 doi: 10.20473/jpk.V8.I1.2020.47-58