

## Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Negeri 04 Jombok

Alpian Rona Asmoro Jati\*<sup>1</sup>, Mutiara Hamidah<sup>2</sup>, Fiqiatul Munawaroh<sup>3</sup>, Taufiq Satria Mukti<sup>4</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

<sup>3,4</sup>Program Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

\*e-mail: [200703110060@student.uin-malang.ac.id](mailto:200703110060@student.uin-malang.ac.id)<sup>1</sup>, [200703110049@student.uin-malang.ac.id](mailto:200703110049@student.uin-malang.ac.id)<sup>2</sup>, [200102110084@student.uin-malang.ac.id](mailto:200102110084@student.uin-malang.ac.id)<sup>3</sup>, [tsatriam@uin-malang.ac.id](mailto:tsatriam@uin-malang.ac.id)<sup>4</sup>

### Abstrak

*Stunting merupakan kondisi kekurangan gizi yang diakibatkan oleh asupan gizi yang kurang. Stunting menyebabkan gangguan perkembangan motorik dan verbal sehingga dapat berdampak pada penurunan kualitas sumber daya manusia. Desa Jombok merupakan salah satu desa yang menjadi tempat pelaksanaan Kuliah Kerja Mahasiswa (KKM) Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Diketahui bahwa prevalensi kejadian stunting di Desa Jombok tinggi, yaitu sebanyak 40% anak di Desa Jombok mengalami stunting. Kegiatan pengabdian pada masyarakat dalam upaya mengurangi angka kejadian stunting berupa program penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak-anak di Desa Jombok. Penyuluhan dilakukan kepada siswa-siswi kelas satu hingga kelas enam SD Negeri 4 Jombok. Metode yang digunakan berupa (1) Observasi (2) Pelaksanaan Kegiatan (3) Evaluasi Kegiatan. Observasi dilakukan dengan melakukan kajian mengenai pola hidup bersih dan sehat siswa di SD Negeri 4 Jombok. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan penjelasan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, demo cara mencuci tangan dan menggosok gigi disertai lagu tahapan-tahapan praktiknya, dan praktik mencuci tangan dan menggosok gigi oleh siswa. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan pemberian kuis mengenai pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat, cara menggosok gigi dengan tepat, dan cara mencuci tangan dengan benar. Setelah kegiatan dilakukan, diharapkan kesadaran masyarakat Desa Jombok terhadap kebersihan meningkat sebagai upaya untuk mengurangi angka kejadian stunting.*

**Kata kunci:** Gizi, PHBS, Stunting

### Abstract

*Stunting is a condition of malnutrition caused by inadequate nutritional intake. Stunting causes disturbances in motor and verbal development so that it can have an impact on reducing the quality of human resources. Jombok Village is one of the villages where the Student Work Lecture (KKM) is held at the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. It is known that the prevalence of stunting in Jombok Village is high, namely as many as 40% of children in Jombok Village are stunted. Community service activities in an effort to reduce the incidence of stunting in the form of a clean and healthy lifestyle (PHBS) counseling program for children in Jombok Village. Counseling was carried out to grade one to sixth grade students of Public Elementary School 4 Jombok. The method used is in the form of (1) Observation (2) Activity Implementation (3) Activity Evaluation. Observations were made by conducting a study of the clean and healthy lifestyle of students at Public Elementary School 4 Jombok. The implementation of the activity begins with an explanation of the importance of clean and healthy living behavior, demonstrations on how to wash hands and brush teeth accompanied by songs of the stages of practice, and practice of hand washing and brushing teeth by students. Evaluation of activities is carried out by giving quizzes about knowledge of clean and healthy living habits, how to brush teeth properly, and how to wash hands properly. After the activity is carried out, it is hoped that the Jombok Village community's awareness of cleanliness will increase as an effort to reduce the incidence of stunting.*

**Keywords:** Nutrition, PHBS, Stunting

## 1. PENDAHULUAN

Desa Jombok adalah desa yang berada di wilayah Kecamatan Ngantang Kabupaten Malang Jawa Timur dan terletak sekitar 49km dari Ibu kota Kabupaten Malang. Desa Jombok merupakan salah satu desa yang menjadi tempat pelaksanaan Kuliah Kerja Mahasiswa (KKM) Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Kegiatan tersebut dilaksanakan

sebagai perwujudan sebagai seorang mahasiswa untuk mengabdikan dan mengimplementasikan ilmu yang telah didapatkan di bangku kuliah kepada masyarakat.

Pelaksanaan Kuliah Kerja Mahasiswa (KKM) diawali dengan mengamati dan menggali informasi mengenai keadaan desa meliputi potensi, permasalahan, dan dinamika dalam kehidupan bermasyarakat dari berbagai aspek termasuk kesehatan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh Mahasiswa Kuliah Kerja Mahasiswa (KKM) Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang terhadap Sekretaris Desa Jombok, keadaan kesehatan di Desa Jombok yang perlu menjadi perhatian adalah terkait stunting. Dari kegiatan musyawarah masyarakat desa yang diikuti, diketahui bahwa prevalensi kejadian stunting di Desa ini tinggi, yaitu sebanyak 40% anak di Desa Jombok mengalami stunting. Stunting merupakan gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan pada anak yang terjadi karena kekurangan gizi yang kronis. Stunting dimulai dari 1000 hari pertama kehidupan yaitu sejak janin masih dalam kandungan dan biasanya akan terlihat saat anak berusia 2 tahun [1]. Stunting diukur melalui perhitungan nilai z-score panjang badan menurut umur (P/U), tinggi badan menurut umur (TB/U) dan berat badan menurut tinggi badan (BB/T) dengan hasil pengukuran kurang dari -2 standar deviasi [2].

Anak yang tumbuh dengan mengidap stunting akan menyebabkan gangguan perkembangan motorik dan verbal. Efek jangka panjang yang ditimbulkan dari keadaan stunting adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh, dan risiko tingginya timbul beberapa penyakit degeneratif [3]. Hal tersebut akan berdampak pada penurunan kualitas sumber daya manusia yang ada di Desa Jombok dan daya saing yang rendah.

Salah satu faktor penyebab terjadinya kekurangan gizi kronis pada anak adalah penyakit infeksi. Saat terkena infeksi, akan terjadi penurunan asupan nutrisi serta peningkatan kehilangan nutrisi [4]. Infeksi dapat menyebabkan menurunnya masuknya makanan ke dalam tubuh, menurunnya penyerapan nutrisi oleh usus, kehilangan nutrisi karena malabsorpsi, serta meningkatnya kebutuhan metabolit sebagai respon terhadap infeksi [5]. Infeksi yang terjadi berkepanjangan pada anak, akan membuat anak mengalami kekurangan gizi kronis yang dapat menyebabkan anak terkena stunting.

Penyakit infeksi yang diderita oleh anak dapat terjadi akibat perilaku hidup yang kurang bersih dan sanitasi lingkungan yang buruk [6]. Sektor peternakan sapi menjadi salah satu komoditas unggulan yang ada di Desa Jombok. Namun, pengelolaan buangan limbah kotoran sapi yang masih tergolong buruk dan budaya hidup bersih yang rendah dari masyarakat menjadi salah satu penyebab tingginya angka prevalensi kejadian stunting pada anak-anak di Desa Jombok. Oleh karena itu perlu dilaksanakan kegiatan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Jombok terhadap kebersihan sebagai upaya untuk mengurangi angka kejadian stunting yakni dengan program penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak-anak di Desa Jombok.

## 2. METODE

Kegiatan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat dilakukan di SD Negeri 4 Jombok yang merupakan sekolah dasar yang berlokasi di Desa Jombok Kecamatan Ngantang Kabupaten Malang. Sasaran Kegiatan ini yakni pada siswa-siswi kelas satu hingga kelas enam SD Negeri 4 Jombok. Pemilihan sasaran ini karena perilaku hidup bersih dan sehat perlu ditanamkan dan diketahui sejak dini. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 14 Januari 2023. Rancangan pelaksanaan kegiatan penyuluhan perilaku bersih dan sehat melalui beberapa tahapan (1) Observasi (2) Pelaksanaan Kegiatan (3) Evaluasi Kegiatan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat bertujuan untuk mengedukasi siswa SD Negeri 4 jombok mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, dengan pelaksanaan sebagai berikut:

#### 1. Tahap Observasi

Pelaksanaan Kegiatan diawali dengan observasi untuk melakukan kajian tentang pola hidup bersih dan sehat siswa di SD Negeri 4 jombok. Dari hasil observasi yang dilakukan serta didukung data prevalensi stunting yang tinggi, pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat masih perlu ditingkatkan seperti cara mencuci tangan dan menggosok gigi dengan baik dan tepat.

#### 2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan terdiri dari tahap penyuluhan dan juga tahap praktek secara langsung. Penyuluhan dilakukan kepada seluruh siswa SD Negeri 4 Jombok. Materi penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat yang diberikan yaitu berupa cara mencuci tangan dan menggosok gigi dengan tepat. Penyuluhan diawali dengan penjelasan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Para siswa diberikan pemahaman mengenai pengertian perilaku hidup bersih dan sehat, penjelasan mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, serta bentuk-bentuk perilaku hidup bersih dan sehat yang dapat diterapkan di sekolah yang salah satunya yaitu mencuci tangan dan menggosok gigi. Saat dilakukan penyampaian materi, para siswa dengan serius mendengarkan.



Gambar 1. Pemaparan mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat

Selanjutnya, dilakukan demo cara mencuci tangan dan menggosok gigi. Demonstrasi mencuci tangan dan menggosok gigi dilakukan menggunakan lagu-lagu yang familiar dengan lirik lagu yang diubah menjadi langkah cuci tangan dan menggosok gigi, ini bertujuan agar siswa lebih mudah menghafalkan langkah-langkah mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar. Demonstrasi dilakukan oleh mahasiswa di dalam kelas. Para siswa dengan antusias menyimak demonstrasi yang dilakukan oleh mahasiswa, mereka turut menyanyikan lirik lagu yang sudah ditulis serta menirukan gerakan cuci tangan dan gosok gigi yang dipraktikkan oleh mahasiswa.



Gambar 2. Demonstrasi cara mencuci tangan menggunakan lagu



Gambar 3. Demonstrasi cara menggosok gigi menggunakan lagu

Penyuluhan yang dilakukan tidak hanya berupa penyampaian materi dan demonstrasi cara mencuci tangan dan menggosok gigi menggunakan lagu, tetapi seluruh siswa diminta untuk melakukan praktik mencuci tangan dan menggosok gigi secara langsung yang didampingi oleh Mahasiswa. Sesuai dengan Teori Kerucut Pengalaman oleh Edgar Dale, bahwa belajar dengan cara mempraktikkan langsung akan lebih diingat daripada hanya dengan pemberian materi dengan cara demonstrasi saja [7]. Praktik cuci tangan dan menggosok gigi dilakukan diluar kelas, para siswa dengan semangat bergantian mempraktikkan cara mencuci tangan dan menggosok gigi yang sudah diajarkan. Diharapkan dari adanya praktik mencuci tangan ini siswa akan mengingat dan mempraktikkan cara mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar dalam kesehariannya.



Gambar 4. Praktik mencuci tangan oleh siswa-siswi SD Negeri 3 Jombok



Gambar 5. Praktik menggosok gigi oleh siswa-siswi SD Negeri 3 Jombok

### 3. Tahap Evaluasi

Tahapan ini dilakukan untuk mengukur pemahaman siswa mengenai pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat, cara menggosok gigi dengan tepat, dan cara mencuci tangan

dengan benar. Evaluasi dilakukan melalui pemberian kuis mengenai pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat, cara menggosok gigi dengan tepat, dan cara mencuci tangan dengan benar. Dari pemberian kuis yang dilakukan, seluruh siswa berebut menjawab pertanyaan yang diberikan, yang menandakan bahwa mereka memahami materi yang telah disampaikan. Setelah kuis selesai, dilakukan pemberian susu kotak kepada seluruh siswa karena telah antusias mengikuti kegiatan hingga selesai.



Gambar 6. Pemberian kuis kepada pada siswa-siswi SD Negeri 3 Jombok.

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat di SD Negeri 4 jombok terlaksana dengan baik. Kegiatan diawali dengan penjelasan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, demo cara mencuci tangan dan menggosok gigi disertai lagu tahapan-tahapan praktiknya, dilanjutkan dengan praktik mencuci tangan dan menggosok gigi oleh siswa, dan diakhiri dengan pemberian kuis. Program penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat penting untuk terus dilakukan agar kesadaran masyarakat Desa Jombok terhadap kebersihan semakin meningkat. Sehingga diharapkan angka kejadian stunting di desa Jombok menurun.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] K. Rahmadhita, "Permasalahan Stunting dan Pencegahannya," *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada*, vol. 11, no. 1, 2020, doi: 10.35816/jiskh.v11i1.253.
- [2] Kemenkes RI, *Hasil Pemantauan Status Gizi Tahun 2017*. 2018.
- [3] R. Pratiwi, R. S. Sari, and F. Ratnasari, "Literatur Review: Dampak Status Gizi Pendek (Stunting) Terhadap Prestasi Belajar," *MIDWINERSLION J. Kesehat. STIKes Buleleng*, vol. 6, no. 1, p. 29, 2021, doi: 10.52073/midwinerslion.v6i1.208.
- [4] N. A. A. S. Muhammad, "Penyakit Infeksi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Status Gizi Kurang Berdasarkan Bb/U Pada Balita Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Sepenggal," *Kementerian. PPN/Bappenas*, vol. 7, no. 1, 2018.
- [5] B. Pratama, D. I. Angraini, and K. Nisa, "LITERATUR REVIEW Penyebab Langsung (Immediate Cause) yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Immediate Cause Affects Stunting in Children," *Jiksh*, vol. 10, no. 2, pp. 299–303, 2019, [Online]. Available: <https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH>.
- [6] I. D. Supariasa Nyoman and H. Purwaningsih, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Balita di Kabupaten Malang," *Karta Rahardja, J. Pembang. dan Inov.*, vol. 1, no. 2, 2019.
- [7] P. Sari, "ANALISIS TERHADAP KERUCUT PENGALAMAN EDGAR DALE DAN KERAGAMAN GAYA BELAJAR UNTUK MEMILIH MEDIA YANG TEPAT DALAM PEMBELAJARAN," *J. Manaj. Pendidik.*, vol. 1, no. 1, pp. 42–57, 2019, [Online]. Available: <http://ejournal.insud.ac.id/index.php/mpi/index>.