
EMPOWERMENT AND EDUCATION ON CLEAN AND HEALTHY LIVING PRACTICES FOR STUNTING PREVENTION IN TOHKUNING VILLAGE, KARANGANYAR

BURHANUDDIN HABILILLAH¹, DUKHON AZIM², NANDA PUJA LESTARI³,
SITI CHANIFFIYA AL CHANAF⁴, WA ODE RACHFIANUL DITA MANDAU⁵,
DIAH ROSITA HERAWATI⁶, TRI ALFIAH⁷, MUTIA ZAHRA⁸, MAULANA
HILMI TAQIYUDDIN⁹, **RADEN DANANG ARYO PUTRO SATRIYONO**¹⁰✉

¹ Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

² Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Jakarta, Indonesia

³ Universitas Muhammadiyah Palembang, Indonesia

⁴ Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

⁵ Universitas Muhammadiyah Buton, Indonesia

⁶ Institut Teknologi Sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

⁷ Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia

⁸ Universitas `Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

⁹ Universitas Muhammadiyah Tangerang, Indonesia

¹⁰ Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

✉ rda715@ums.ac.id

Abstract

Stunting, a serious health issue affecting 21.5% of Indonesian children, is characterized by impaired physical growth and brain development. Central Java faces a particularly high prevalence of stunting at 27.8%. In Karanganyar, data from the community health center in 2023 revealed a stunting prevalence of 22.3%, with five stunted children identified in Tohkuning Village. This community service activity aimed to prevent further stunting cases in Tohkuning Village. The program involved providing health education on "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat" (PHBS) and demonstrating the preparation of nutritious supplementary foods. The target audience was mothers who are members of the PKK in Tohkuning Village. The results that 87% of the PKK mothers participated in health education about stunting, and 83% attended training on PHBS and supplementary food preparation. This indicates that the PKK mothers in Tohkuning Village have gained a better understanding of stunting prevention and are equipped to apply PHBS practices, including handwashing and preparing nutritious meals.

Keywords: *Stunting 1; Clean and Healthy Living Behavior 2; Supplementary Food Companion 3*

PEMBERDAYAAN EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT UNTUK PENCEGAHAN STUNTING DI DESA TOHKUNING KARANGANYAR

Abstrak

Stunting adalah masalah kesehatan yang menjadi perhatian khusus di Indonesia dengan ditandai oleh 21.5% anak di Indonesia mengalami stunting. Stunting, yang sering disebut sebagai kerdil, ditandai oleh gangguan perkembangan otak dan pertumbuhan fisik pada anak. Di Jawa Tengah, prevalensi stunting cukup tinggi, yaitu sebesar 27.8%. Di Karanganyar, data Puskesmas pada tahun 2023 menunjukkan

prevalensi stunting sekitar 22,3%, dengan salah satu desa, yaitu Desa Tohkuning, terdapat 5 balita yang mengalami stunting. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk mencegah peningkatan angka stunting pada balita di Desa Tohkuning. Metode yang digunakan adalah memberikan edukasi kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), serta demonstrasi pembuatan makanan tambahan yang bergizi. Kegiatan ini ditujukan kepada ibu-ibu anggota PKK di wilayah Desa Tohkuning. Hasil dari kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa 87% ibu PKK di wilayah tersebut telah mengikuti edukasi kesehatan tentang stunting, dan 83% telah mengikuti pelatihan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta cara membuat makanan tambahan. Kesimpulannya, ibu-ibu PKK di Desa Tohkuning mampu memahami dan mengajarkan kembali cara pencegahan stunting, serta menerapkan PHBS melalui cuci tangan dan pembuatan makanan tambahan yang bergizi.

Kata kunci: Stunting 1; Perilaku Hidup Bersih dan Sehat 2; Pendamping Makanan Tambahan 3

1. Pendahuluan

Stunting adalah salah satu masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia, dengan negara ini menduduki peringkat kelima dunia dalam prevalensi stunting pada balita. Stunting ditandai oleh gangguan pada perkembangan otak dan pertumbuhan fisik yang diakibatkan oleh gizi buruk yang berkelanjutan. Anak dengan stunting biasanya mempunyai tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan anak sebayanya. Masa kritis terjadinya stunting adalah awal 1000 hari pertama seorang anak, yang dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi, asupan makanan yang tidak memadai, status gizi ibu selama kehamilan, serta kondisi lingkungan yang tidak mendukung, seperti akses terbatas terhadap air bersih dan sanitasi yang buruk (de Onis et al., 2013).

Menurut Kementerian Desa Pembangunan (2023), stunting disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk gizi buruk, kurangnya pengetahuan ibu tentang kesehatan dan gizi, serta terbatasnya akses layanan kesehatan dan sanitasi. Dampaknya meluas dari jangka pendek hingga jangka panjang, seperti penurunan perkembangan otak dan kecerdasan, pertumbuhan fisik yang terhambat, serta peningkatan risiko penyakit tidak menular seperti diabetes, obesitas, penyakit jantung, dan stroke pada usia dewasa (Black et al., 2013).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2023 yang dilakukan oleh Litbangkes menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia mencapai 21,5%, angka yang masih melebihi batas ideal yang ditetapkan oleh WHO, yaitu 20% (WHO, 2019). Di Jawa Tengah, prevalensi stunting mencapai 22,3% (Dinas Kesehatan Jateng, 2023). Ini menunjukkan bahwa wilayah tersebut masih memerlukan perhatian khusus dalam penanganan stunting. Upaya pencegahan stunting memerlukan pendekatan holistik yang melibatkan berbagai sektor. Program pengabdian masyarakat menjadi salah satu cara efektif untuk menangani masalah ini. Program pemberdayaan masyarakat melalui edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat serta penyediaan makanan pendamping yang bergizi sangat penting untuk meningkatkan status gizi anak. Salah satu contoh program yang dapat dilaksanakan adalah di Desa Tohkuning, Kecamatan Karangpandan, Kabupaten Karanganyar. Melalui edukasi, komunikasi, dan informasi yang terus menerus kepada masyarakat, diharapkan kesadaran tentang pentingnya pencegahan stunting dapat meningkat, yang pada gilirannya dapat menurunkan prevalensi stunting di daerah tersebut.

Dengan memberikan pelatihan pembuatan makanan pendamping dan mengajarkan perilaku hidup bersih dan sehat, program ini diharapkan dapat menciptakan perubahan perilaku masyarakat yang berkelanjutan. Program ini juga dapat mencakup peningkatan akses ke layanan kesehatan dasar, pemantauan tumbuh kembang anak, dan pemeriksaan rutin untuk memastikan setiap anak mendapatkan perawatan yang dibutuhkan. Kolaborasi antara pemerintah, tenaga kesehatan, dan masyarakat dalam mengedukasi keluarga tentang pentingnya asupan gizi yang cukup dan sanitasi yang baik adalah kunci dalam menurunkan angka stunting di Indonesia.

2. Metode

Pelaksanaan program PKM ini menggunakan metode pendekatan partisipatif, yang berarti mitra binaan akan terlibat secara aktif dalam setiap tahap dan kegiatan yang dilakukan. Partisipasi aktif ini melibatkan mereka dalam berbagai proses pembinaan, termasuk dalam penyuluhan kesehatan mengenai stunting, edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), serta demonstrasi praktik mencuci tangan. Selain itu, kegiatan ini juga dilanjutkan dengan pemberian makanan tambahan yang bergizi untuk balita yang mengalami stunting, sebagai bagian dari upaya peningkatan asupan nutrisi yang diperlukan untuk tumbuh kembang anak.

Dengan pendekatan partisipatif, mitra binaan tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga menjadi bagian penting dalam pelaksanaan program. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab mereka dalam mempraktikkan perilaku sehat dan berkelanjutan. Pendidikan tentang stunting dan PHBS diharapkan dapat memberikan pemahaman mendalam kepada masyarakat mengenai pentingnya pencegahan stunting sejak dini, serta menciptakan lingkungan yang lebih sehat bagi balita.

Demonstrasi mencuci tangan dilakukan untuk mengajarkan praktik kebersihan yang benar dan penting, terutama dalam mencegah penyebaran penyakit yang dapat memperburuk kondisi stunting. Pemberian makanan tambahan bergizi merupakan intervensi langsung yang diharapkan dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi balita yang mengalami stunting, sehingga mereka dapat mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

3. Hasil dan Pembahasan

Kecamatan Karangpandan telah meluncurkan program penurunan stunting yang fokus pada intervensi gizi bagi ibu hamil, ibu menyusui, dan anak-anak berusia 0 hingga 23 bulan. Program ini mendapat dukungan kuat dari perangkat desa, para tokoh masyarakat, dan juga tim penggerak PKK dari Kecamatan serta Desa Tohkuning, yang sudah menunjukkan kepedulian sangat tinggi terhadap upaya penurunan angka stunting. Inisiatif ini dilatarbelakangi oleh analisis situasi yang menunjukkan tingginya prevalensi dari stunting di Kecamatan Karangpandan, menjadikan penanganan masalah ini sebagai prioritas utama.

Untuk mengatasi permasalahan stunting, Desa Tohkuning telah menjalankan program pencegahan stunting yang komprehensif. Program ini meliputi pemberdayaan para kader di Posyandu, pendampingan dan bimbingan pra-nikah melalui Pusat Informasi dan Konseling Remaja Desa Tohkuning, serta upaya pemberian gizi seimbang. Sasaran

program ini adalah kader Posyandu, ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita, serta ibu hamil di Desa Tohkuning. Harapannya, program ini dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang stunting, serta mendorong perubahan perilaku yang mendukung upaya pencegahan stunting.

Dalam penelitian ini, kader Posyandu diberdayakan dengan adanya media promosi kesehatan yang dirancang menarik dan mudah dipahami, untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran tentang stunting. Rapat koordinasi bulanan melibatkan kader, bidan desa, dan ahli gizi dari Puskesmas Karangpandan, bertujuan untuk merancang kegiatan pencegahan stunting. Salah satu fokus utama dalam rapat adalah penyampaian informasi mengenai Jampersal, yaitu bantuan pembiayaan pemerintah untuk ibu hamil dan bayi kurang mampu, yang dapat diklaim hingga 42 hari setelah persalinan. Harapannya, informasi ini dapat meningkatkan akses ibu hamil dan bayi kurang mampu terhadap layanan kesehatan berkualitas, sehingga berkontribusi dalam upaya pencegahan stunting.

Di Desa Tohkuning, 55 kader Posyandu aktif mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita dan kesehatan ibu. Mereka dipilih berdasarkan lokasi dan data dari bidan koordinator Puskesmas Karangpandan. Setiap RT memiliki 1-2 kader yang mendampingi ibu hamil, memastikan pemeriksaan kehamilan minimal enam kali, dan melaporkan kasus bayi kekurangan gizi. Pelatihan kader melibatkan Puskesmas, dengan pembekalan awal satu hari dan pembelajaran berkelanjutan melalui grup aplikasi SUKINI, WA, Buku Saku. Buku Saku Kesehatan Ibu Hamil telah memperoleh hak cipta pada tahun 2021. Pemberdayaan Hidup Bersih dan Sehat serta pembuatan makanan tambahan (Gambar 1) menjadi bagian penting dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader untuk mendukung kesehatan ibu dan anak.



Gambar 1 Pemberian Edukasi dan Pembuatan Makanan Tambahan

Setiap bulan, kader bersama Puskesmas mengadakan kegiatan pendampingan kehamilan dengan kelas ibu hamil. Program ini meliputi edukasi setelah melahirkan, penyuluhan gizi, dan pembagian PMT (Pemberian Makanan Tambahan) untuk ibu hamil. Evaluasi dilakukan dengan pre-test dan post-test, yang menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu hamil dari rata-rata 65,8 sebelum kegiatan menjadi 87,9 setelah kegiatan. Faktor pendukung termasuk keahlian bidan, antusiasme kader dan ibu hamil, serta dukungan dari Puskesmas dan Pemerintah Desa.

Pemberdayaan kader menjadi strategi kunci dalam mengatasi masalah kesehatan, termasuk di Desa Tohkuning. Kader berperan penting dalam memantau tumbuh kembang anak dan kesehatan ibu. Melalui pelatihan dan edukasi, mereka dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap, mendukung kehamilan sehat, dan mencegah stunting. Kader Posyandu di Desa Tohkuning juga aktif dalam program PKBR (Pusat Informasi dan Konseling Remaja). Program ini menyediakan layanan informasi dan konseling mengenai perencanaan keluarga untuk remaja. Diskusi dan sosialisasi bulanan membahas topik seperti bimbingan pranikah, kesehatan reproduksi, kesehatan mental, keluarga berencana, dan manajemen ekonomi rumah tangga. Meskipun terdapat kendala berupa kurangnya partisipasi dari sebagian remaja, sekitar 30 peserta hadir dalam setiap kegiatan.

Pemerintah Desa Tohkuning memprioritaskan program perbaikan gizi bagi bayi dan balita melalui gerakan nasional 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Program ini mencakup intervensi gizi spesifik dan sensitif, seperti imunisasi, pemberian makanan tambahan (PMT), pemantauan pertumbuhan balita di Posyandu, serta promosi ASI eksklusif dan MP-ASI. Sebagai bagian dari upaya edukasi stunting, Kuliah Kerja Nyata (KKN) Muhammadiyah Aisiyah di Desa Tohkuning bekerja sama dengan beberapa Posyandu untuk membuat dan membagikan makanan tambahan seperti bubur kacang hijau kepada bayi dan balita. Inisiatif ini bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi seimbang dan meningkatkan kesehatan masyarakat, khususnya untuk mengatasi masalah gizi pada bayi dan balita serta mendukung penanganan stunting..

4. Kesimpulan

Pencegahan stunting pada bayi dan balita menjadi prioritas utama dalam program edukasi di Desa Karangpandan. Meningkatkan pemahaman masyarakat tentang stunting merupakan langkah penting untuk keberhasilan program ini. Dukungan aktif dari berbagai pihak, termasuk dari perangkat desa, para tokoh masyarakat dan juga tim penggerak PKK Kecamatan dan Desa Tohkuning, sangat krusial. Kader Posyandu memegang peran vital dalam menggerakkan berbagai inisiatif. Program-program yang diperkuat meliputi pemberdayaan kader Posyandu, pendampingan dan bimbingan pranikah melalui Pusat Informasi dan Konseling Remaja, pendampingan untuk ibu selama masa kehamilan, dan pemenuhan gizi seimbang di Desa Karangpandan.

Peningkatan kasus kekurangan gizi pada bayi dan balita menjadi perhatian serius. Pemberian gizi seimbang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal. Edukasi ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan peserta tentang pencegahan stunting dan mendorong mereka untuk lebih aktif memantau pertumbuhan anak mereka. Menerapkan pola makan dan gaya hidup sehat merupakan langkah penting dalam mencegah stunting. Hal ini akan berdampak positif pada perkembangan janin dan bayi. Ibu hamil perlu memperhatikan asupan gizi untuk memastikan kesehatan dan perkembangan bayi dalam kandungan sesuai usia. Informasi tentang stunting dan gaya hidup sehat kini mudah diakses melalui teknologi modern seperti internet, e-book, dan media sosial. Dukungan dari keluarga dan berbagai pihak sangat penting dalam mencegah stunting. Peningkatan pengetahuan dan pola asuh terkait pemberian makanan menjadi kunci. Dengan dukungan dan fasilitas yang memadai, diharapkan angka stunting dapat ditekan dan dicegah secara efektif.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada warga dan perangkat Desa Tohkuning atas kerja sama yang baik selama kegiatan KKN Muhammadiyah Aisiyah. Apresiasi setinggi-tingginya juga kami sampaikan kepada segenap civitas akademika Universitas Muhammadiyah dan Aisiyah, serta Puskesmas Tohkuning atas dukungan penuh dalam terlaksananya program pengabdian ini.

Referensi

- [1] Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., Martorell, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427-451.
- [2] de Onis, M., Dewey, K. G., Borghi, E., Onyango, A. W., Blössner, M., & Daelmans, B. (2013). The World Health Organization's global target for reducing childhood stunting by 2025: rationale and proposed actions. *Maternal & Child Nutrition*, 9(S2), 6-26.
- [3] WHO. (2019). Reducing stunting in children: equity considerations for achieving the global targets 2025. World Health Organization.
- [4] Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2023). Laporan Angka Stunting Jawa Tengah.
- [5] Hernayanti, M.R., Santoso, B., Wiyatini, T. and Sukini, S., 2021. Pemberdayaan kader upaya kesehatan gigi masyarakat (UKGM) untuk pendampingan ibu hamil dalam upaya pencegahan stunting. *Jurnal Kesehatan Pengabdian Masyarakat (JKPM)*, 2(1), pp.29-36.
- [6] Khusna, N.A. and Nuryanto, N., 2017. Hubungan usia ibu menikah dini dengan status gizi Balita di Kabupaten Temanggung. *Journal of Nutrition College*, 6(1), pp.1-10.
- [7] D. Apriadi, Nurul Hidayat, Nizhamuddin AB, Ahmatang, and Sudarto, "Kuliah Kerja Nyata: Pengabdian Kepada Masyarakat Melalui Kegiatan Pendampingan Pendidikan," *J. Pengabdi. Masy. Paguntaka*, vol. 1, no. 1, pp. 25–30, 2022, doi: 10.61457/jumpa.v1i1.2
- [8] K. Sedyastuti, "Analisis Pemberdayaan UMKM Dan Peningkatan Daya Saing Dalam Kancan Pasar Global," *INOBIIS J. Inov. Bisnis dan Manaj. Indones.*, vol. 2, no. 1, pp. 117–127, 2018, doi: 10.31842/jurnal-inobis.v2i1.65.
- [9] T. Huriah and N. Nurjannah, "Risk factors of stunting in developing countries: A scoping review," *Open Access Maced. J. Med. ...*, 2020, [Online]. Available: <https://oamjms.eu/index.php/mjms/article/view/4466>
- [10] T. Beal, A. Tumilowicz, A. Sutrisna, and ..., "A review of child stunting determinants in Indonesia," *Matern. & child ...*, 2018, doi: 10.1111/mcn.12617
- [11] V. A. V Setyawati, "Kajian stunting berdasarkan umur dan jenis kelamin di Kota Semarang," *Prosiding University Research Colloquium*. repository.urecol.org, 2018. [Online]. Available: <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/download/273/269>
- [12] I. C. Dewi and N. R. N. Auliyah, "Penyuluhan Stunting sebagai Sarana untuk Meminimalisir Tingginya Angka Stunting di Desa Gambiran Kecamatan Kalisat," *JIWAKERTA J. Ilm. Wawasan ...*, 2020, [Online]. Available: <http://103.242.78.149/index.php/jiwakerta/article/view/5010>
- [13] D. Vilcins, P. D. Sly, and P. Jagals, "Environmental risk factors associated with child stunting: a systematic review of the literature," *Annals of global health*. ncbi.nlm.nih.gov, 2018. [Online]. Available:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6748290/>

- [14] P. Pengetahuan et al., “Open acces under CC BY-SA license Creative CommonsAttribution-ShareAlike 4.0 International License 13 INCREASING KADER KNOWLEDGE AND SKILLS IN THE DEVELOPMENT OF TODDLER FEEDING PRODUCTS BASED ON HIGH PROTEIN MULTIPURPOSE FLOUR PRODUCTS TO PREVENT TODDLER,” J. Public Serv., vol. 7, no. 1, pp. 13–022, 2023
- [15] D. Nurlaela Sari, R. Zisca, W. Widyawati, Y. Astuti, and M. Melysa, “Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting,” JPKMI (Jurnal Pengabd. Kpd. Masy. Indones., vol. 4, no. 1, pp. 85–94, 2023, doi: 10.36596/jpkmi.v4i1.552
- [16] N. C. Dainy, H. E. Ardiani, D. A. Fitri, E. Puspitasari, and I. Musdalifa, “Pembentukan Tim Dashat (Dapur Sehat Atasi Stunting) Dan Intervensi Gizi Cegah Stunting,” JMM (Jurnal Masy. Mandiri), vol. 7, no. 1, p. 636, 2023, doi: 10.31764/jmm.v7i1.12451
- [17] H. Munawaroh, M. Syakur, N. Fitriana, and R. Muntaqo, “Pemberdayaan Masyarakat Dalam Rangka Pencegahan Stunting Sejak Dini di Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara,” Dimas J. Pemikir. Agama untuk Pemberdaya., vol. 20, no. 2, p. 231, 2020, doi: 10.21580/dms.2020.202.6654



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)
