

## **HAPPY AND HEALTHY CLASS SEBAGAI UPAYA PROMOTIF DAN PREVENTIF STUNTING DI DAERAH RISIKO BANJIR**

**Ponco Indah Arista Sari, Sulistiyowati, Andri Tri Kusumaningrum, Shinta Alifiana R, Lubaaba, Hesti Shopiyah Oktafiani**  
Universitas Muhammadiyah Lamongan  
Jln Raya Plalangan Plosowahyu Km 3 Lamongan  
poncoindah@umla.ac.id

### **ABSTRAK**

Stunting merupakan salah satu masalah gizi yang sedang dihadapi baik di dunia maupun Indonesia. Sebanyak 22,2% atau sekitar 150,8 juta balita di dunia mengalami stunting. Menurut WHO Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara/South-EastAsia Regional (SEAR). Berdasarkan survei status gizi di Indonesia prevalensi balita stunting di Indonesia mencapai 21,6 % pada tahun 2022. Angka ini turun 2,8 poin dari tahun sebelumnya. Di Kabupaten Lamongan angka stunting pada tahun 2023 menempati angka 18,1 %. Sanitasi lingkungan memiliki peran yang cukup dominan terhadap kesehatan anak dan tumbuh kembangnya. Faktor yang mempengaruhi angka kejadian stunting yaitu asupan makan kurang, penyakit infeksi, ketahanan pangan, pola asuh, pelayanan kesehatan, lingkungan/sanitasi, pendidikan dan status ekonomi. Masalah stunting atau anak yang kerdil tentu akan berdampak buruk bagi kehidupan anak, termasuk gangguan sistem kekebalan tubuh, gagal tumbuh, masalah fungsi otak dan perkembangan organ, rentan infeksi, gangguan fisik dan mental, serta mengancam produktivitas dan fungsi hidup di masa depan. Sanitasi lingkungan memiliki peran yang cukup dominan terhadap kesehatan anak dan tumbuh kembangnya. Sanitasi air yang berkualitas akan memenuhi kebutuhan hidup manusia termasuk anak dan remaja. Pada daerah atau wilayah yang rawan banjir, Dalam kegiatan ini tim dosen kebidanan akan melakukan program kemitraan dengan posyandu pos abang keren dalam rangka peningkatan pengetahuan anak dan remaja. Kegiatan ini terkait dengan pemberian edukasi pada anak dan remaja. Edukasi tersebut memberikan kesempatan kepada anak dan remaja untuk memperoleh informasi tentang kesehatan, peningkatan kemandirian sejak dini dalam menghadapi kondisi yang tidak bisa diprediksi. Kegiatan dilakukan 2 kali dengan memberikan materi yang berbeda melalui sebuah kelas. Hasil dari kegiatan ini yaitu terdapat peningkatan pengetahuan pada remaja terkait informasi tentang upaya pencegahan stunting di daerah risiko banjir sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Upaya promotif dan preventif tentang stunting harus terus diberikan bekerja sama dengan seluruh lapisan masyarakat.

**Kata kunci:** healthy, class, promotive, preventif, stunting

### **Pendahuluan**

Stunting (pendek) merupakan salah satu masalah gizi yang sedang dihadapi baik di dunia maupun Indonesia. Sebanyak 22,2% atau sekitar 150,8 juta balita di dunia mengalami stunting. Menurut WHO Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara/South-EastAsia Regional (SEAR). Berdasarkan survei status gizi di Indonesia yang dilakukan oleh kementerian kesehatan prevalensi balita stunting di Indonesia mencapai 21,6 % pada tahun 2022. Angka ini turun 2,8 poin dari tahun sebelumnya. Kondisi tersebut bukan berarti menjadikan kita memandang stunting bukan lagi menjadi hal yang penting untuk diselesaikan. Di Kabupaten Lamongan angka stunting pada tahun 2023 menempati angka 18,1 %. Pemerintah kabupaten sudah berjuang untuk terus menurunkan angka tersebut penyebab stunting.

Berbagai faktor yang mempengaruhi angka kejadian stunting yaitu asupan makan kurang, penyakit infeksi, ketahanan pangan, pola asuh, pelayanan kesehatan, lingkungan/sanitasi, pendidikan dan status ekonomi. Namun bila dilihat lebih dalam bahwa hal yang mempengaruhi stunting secara keseluruhan yaitu bagaimana pola asuh ibu, ketersediaan pangan di tingkat rumah tangga, hingga

sanitasi di lingkungan mereka. Mengaitkan isu stunting dan kesehatan lingkungan, beberapa penelitian telah membuktikan bahwa kontribusi penyehatan lingkungan terhadap pengentasan masalah stunting cukup besar, salah satunya penelitian tentang anak-anak di Bangladesh yang terakses air minum bersih, jamban, serta fasilitas CTPS pertumbuhan tinggi badannya 50% bertambah lebih tinggi dibanding anak yang tidak mendapat akses tersebut. Dalam sebuah jurnal juga disebutkan bahwa hygiene dan sanitasi yang buruk menyebabkan gangguan inflamasi usus kecil yang mengurangi penyerapan zat gizi dan meningkatkan permeabilitas usus yang disebut juga *Environmental Enteropathy* (EE) dimana terjadi pengalihan energi, dimana seharusnya digunakan untuk pertumbuhan tetapi akhirnya digunakan untuk melawan infeksi dalam tubuh.

Dampak di masa depan akibat stunting yaitu akan berpengaruh pada IQ anak yang rendah dalam belajar dan ketika dewasa kurang produktif. Kabupaten Lamongan merupakan salah satu kabupaten dimana wilayahnya sangat berisiko bahkan hampir sepanjang tahun mengalami banjir. Banjir mengakibatkan sanitasi lingkungan tidak terjaga dengan baik. Sanitasi lingkungan memiliki peran yang cukup dominan terhadap kesehatan anak dan tumbuh kembangnya. Menurut riset Kementerian Kesehatan (Kemkes), stunting yang disebabkan oleh tidak adanya air bersih dan sanitasi buruk mencapai 60 persen. Aspek kebersihan baik perorangan maupun lingkungan, memegang peranan yang penting dalam menimbulkan penyakit. Kebersihan yang kurang dapat menyebabkan anak sering sakit, seperti diare, kecacingan, demam tifoid, hepatitis, malaria, demam berdarah, dan sebagainya. Wilayah yang berisiko banjir di kabupaten Lamongan adalah wilayah yang berada di sekitar Bengawan Njero yaitu kecamatan Turi, Kalitengah, Glagah, Deket dan Karangbinangun.

Desa Bambang merupakan salah satu desa yang berisiko terkena banjir, bahkan di tahun 2021 pernah mengalami banjir besar yang merendam sebagian besar desa tersebut. Kejadian sakit paling sering dialami oleh penduduk khususnya anak-anak pasca banjir antara lain, diare, flu dan batuk, gatal-gatal. Pada saat terjadi banjir tentu saja kondisi lingkungan jauh dari kata sehat. Ketersediaan air bersih juga beragam, penyakit infeksi akan hadir dimana-mana. Hal tersebut akan berlangsung sampai pasca banjir beberapa bulan kemudian. Desa Bambang terletak di Kecamatan Turi, memiliki luas 136 Ha dengan jumlah penduduk kurang lebih 1.405 jiwa. Dibatasi sebelah utara Desa Pomahan Janggan, sebelah Selatan Desa Balun, sebelah timur Desa Ngujungrejo dan sebelah barat Desa Kemlagi Gede. Di Desa Bambang sendiri telah memiliki pos pelayanan terpadu (posyandu) dengan beberapa kriteria antara lain, Posyandu balita disebut dengan Budi Utomo, Posyandu Remaja disebut dengan Pos Abang Keren, Posbindu PTM disebut Anggrek Bulan dan Posyandu Lansia disebut dengan Melati Putih. Terkait dengan kesehatan anak dan remaja, kriteria posyandu yang digunakan yaitu Pos Abang Keren yaitu terdiri dari anak dengan rentang usia 11 sampai dengan 12 tahun, remaja rentang usia 13-17 tahun.

Posyandu dilaksanakan 1 bulan sekali oleh tim posyandu yang terdiri dari bidan desa selaku ketua tim beserta dengan para kader yang ditunjuk sesuai dengan kriteria posyandu. Beberapa hal yang dihadapi oleh tim yaitu seringnya peserta banyak yang tidak hadir karena kesibukan tugas sekolah, bekerja, dan lebih berminat bermain daripada mengikuti posyandu, masih adanya orang tua yang kurang paham tentang pentingnya posyandu. Berdasarkan hasil wawancara dengan tim ketua posyandu sekaligus Bidan Desa Bambang, disampaikan bahwa merubah perilaku warga untuk meningkatkan pola hidup sehat memang dibutuhkan kesabaran. Kegiatan yang belum bervariasi selama posyandu juga menjadi faktor berkurangnya minat untuk datang ke posyandu. Secara geografis wilayah Desa Bambang terletak agak pedalaman sehingga akses informasi yang diberikan oleh tim posyandu harus benar-benar maksimal agar masyarakat memahami tentang pentingnya hidup sehat. Di era digital ini tentunya anak-anak juga lebih mudah mengakses apapun yang terjadi di dunia. Namun sayangnya akses digital tersebut kurang digunakan secara maksimal dalam pencarian informasi kesehatan. Menurut bu bidan, mereka lebih memilih untuk menghabiskan waktu memainkan gadget mereka. Anak-anak yang kurang mendapatkan informasi yang tepat tentang kesehatan terutama tentang tumbuh kembangnya, maka sangat membuka peluang kondisi yang mengancam kesehatan akan mengintai mereka. Perlu digarisbawahi, hingga saat ini masih banyak orang tua yang tidak menyadari masalah stunting pada anak, karena seorang anak yang stunting umumnya tidak terlihat seperti anak yang bermasalah, dan hal ini seperti dianggap umum di kalangan orang awam. Adanya pernyataan bahwa bila orang tua pendek maka wajar bila anak-anaknya juga pendek. Berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra dan upaya

yang direncanakan untuk mengatasi permasalahan mitra maka luaran dari rencana tersebut adalah sebagai berikut :

Tabel 1 Permasalahan yang ada di daerah tempat kegiatan

No	Permasalahan	Solusi	Luaran
1	Kurangnya kesadaran tentang pentingnya kegiatan posyandu remaja	Edukasi tentang pentingnya posyandu remaja	Meningkatnya jumlah anak dan remaja yang datang ke posyandu
2	Kurangnya pola hidup sehat pada anak dan remaja	Edukasi tentang pola hidup sehat	Meningkatnya pengetahuan anak dan remaja tentang pola hidup sehat
3	Kurang variatifnya kegiatan posyandu remaja	Membuat kegiatan yang variatif untuk kegiatan posyandu	Menumbuhkan sikap kemandirian dan kreatifitas anak dan remaja

Dari hal di atas maka diambil kesepakatan bersama, yaitu antara tim Dosen Kebidanan dan tim posyandu untuk menghadirkan anak-anak dan remaja di posyandu Pos Abang Keren dalam rangka pencegahan stunting

### Metode

*Happy and Healthy Class* sebagai upaya promotif dan preventif untuk mencegah stunting pada anak yang tinggal di wilayah resiko banjir diharapkan mampu memberikan pengetahuan, pengalaman dan membentuk kemandirian anak untuk peduli terhadap kesehatan mulai dini. Sehingga ketika kondisi yang tidak diharapkan terjadi mereka sudah siap secara fisik. *Happy and Healthy Class* akan dilaksanakan secara tim yaitu kerjasama dosen kebidanan dan tim posyandu pos abang keren. Secara garis besar di dalam kelas ini, anak dan remaja akan mendapatkan edukasi terkait dengan kesehatan pada anak dan remaja.

Edukasi dilakukan 2 kali selama waktu pengabdian masyarakat berlangsung dengan tema anak dan remaja cerdas hampaskan stunting. 1 kali pertemuan akan dilaksanakan selama 2 jam. Kegiatan edukasi ini bertujuan untuk memberikan informasi seputar kesehatan, membekali anak dan remaja tentang keterampilan hidup sehat terutama saat berada dalam kondisi bencana, pemantauan kesehatan secara berkala, memberikan afirmasi positif sehingga anak dan remaja punya motivasi untuk hidup sehat. Pre dan post tes dilakukan dengan kuesioner yang telah disediakan. Pre tes dilakukan saat remaja belum mendapatkan kelas, sedangkan post test dilakukan setelah remaja mendapatkan kelas.

### Hasil Dan Pembahasan

Tabel 2 Bentuk Kegiatan Kelas

No	Bentuk Kegiatan	Keterangan
1	Pertemuan dengan Tim Posyandu	1. Membahas tentang pelaksanaan edukasi tahap 1 2. persiapan tempat
2	Kegiatan Edukasi Tahap 1	1. Kegiatan pre tes 2. Sharing session kejadian banjir 3. Pemberian materi tentang pencegahan kejadian stunting 4. Pemberian materi terkait dengan <i>personal hygiene</i> 5. Permainan edukasi stunting

3	Kegiatan Edukasi Tahap 2	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Senam otak sebagaiupaya optimalisasi tumbuh kembang</li><li>2. Pemberian materi terkait mitigasi bencana</li><li>3. Pratikum menjaga personal hygiene dengan cuci tangan</li><li>4. Permainan edukasi mitigasi bencana dan personal hygiene</li><li>5. Kegiatan post tes</li><li>6. Penutupan kegiatan pengabdian masyarakat dan pemberian sertifikat kepada peserta</li></ol>
---	--------------------------	---



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan I Bersama Peserta Posyandu Pos Abang Keren



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan II Bersama Peserta Posyandu Pos Abang Keren

Hasil dari kegiatan memberikan gambaran bahwa terjadi kenaikan hasil pengetahuan sebelum dan sesudah materi.

Tabel 3. Pengetahuan Remaja tentang materi yang telah diberikan

Pengetahuan	<i>Happy and Healthy Class</i>	
	Sebelum Kelas	Sesudah Kelas
Baik	7	30
Cukup	10	5
Kurang	18	0

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa adanya perubahan tentang pemahaman materi kelas antara sebelum dan sesudah mendapatkan materi tentang pencegahan stunting. Adanya perubahan hasil pre dan post menunjukkan bahwa pemberian materi melalui sebuah kelas sangat penting dilakukan. Dengan adanya kegiatan edukasi maka akan menambah informasi yang dibutuhkan oleh remaja, khususnya bagi remaja di daerah yang berisiko banjir. Dampak dari banjir merupakan ancaman kesehatan yang nyata. Sanitasi yang buruk, tentu saja akan berpengaruh pada konsumsi dan penggunaan air bersih untuk kebutuhan sehari-hari. Jika air yang dikonsumsi tidak sehat, tentu saja akan banyak penyakit yang ditimbulkan termasuk dalam jangka panjangnya adalah stunting.

Dengan adanya kelas tersebut, remaja akan memperoleh informasi sesuai dengan kebutuhan. Kelas dilaksanakan dengan cara yang menyenangkan, tidak membosankan dan tentu saja diselingi dengan game menarik yang edukatif. Edukasi adalah proses perubahan perilaku yang berlangsung dinamis. Menurut Notoatmodjo (2014), edukasi adalah pendidikan atau suatu upaya yang telah direncanakan seseorang agar dapat memberi pengaruh lebih baik kepada orang lain. Remaja merupakan individual yang terus berkembang. Banyak informasi yang dibutuhkan untuk membantu meningkatkan perkembangan kualitas hidupnya. Dengan pemberian informasi yang tepat dan cara yang tepat, maka akan membantu remaja dalam mengembangkan pola pikirnya.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga menghasilkan sebuah buku saku dengan judul Menjaga Kesehatan Remaja yang bisa dimanfaatkan oleh remaja sebagai sumber bacaan dan referensi dalam upaya menjaga kesehatan.



Gambar 3 Buku Saku Menjaga Kesehatan Anak dan Remaja

### Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat dititik beratkan pada pemberian informasi berupa edukasi. Harapan dari pemberian edukasi yaitu mampu mengubah pola pikir yang nantinya akan mempengaruhi tindakan dari individu, kelompok dan masyarakat. Dengan pola pikir yang berkembang dengan baik, maka masyarakat akan mampu menghadapi tantangan di bidang kesehatan. Dengan keterlibatan semua elemen masyarakat untuk menanggulangi stunting, diharapkan mampu menekan angka kejadian stunting mulai dari daerah sampai tingkat nasional. Kegiatan semacam ini dirasa perlu terus ditingkatkan dengan berbagi metode yang baru dan lebih inovatif.

Adanya perubahan pengetahuan remaja antara sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Hal tersebut diketahui dari hasil kuesioner yang dibagikan pada saat sebelum dimulainya kegiatan I (sebagai pre test) dan setelah kegiatan II (sebagai post tes). Dari hasil kegiatan tersebut, dapat diketahui bahwa pentingnya pendidikan kesehatan yang berisi informasi-informasi kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan usia seseorang. Dengan diberikannya informasi tersebut, diharapkan dapat membantu kualitas hidup para remaja untuk menjadi remaja yang sehat sehingga mereka bisa berperan secara optimal.

#### **Daftar Pustaka**

- Ahmad, Z. F., & Nurdin, S. S. I. (2019). FAKTOR LINGKUNGAN DAN PERILAKU ORANG TUA PADA BALITA STUNTING DI KABUPATEN GORONTALO. *Jurnal Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyiyah*
- BkkbN. (2017). Bahan Penyuluhan Bina Keluarga Balita Bagi Kader: 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan). Direktorat Bina Keluarga Balita dan Anak
- Budiasutik, I., & Rahfiludin, M. Z. (2019). Faktor Risiko Stunting pada anak di Negara Berkembang. *Amerta Nutritions*,
- Fitriahadi, E. (2018). Hubungan tinggi badan ibu dengan kejadian stunting pada balita usia 24 -59bulan. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah* Fitriahadi, E. (2018)
- Hasan, A., & Kadarusman, H. (2019). Akses ke Sarana Sanitasi Dasar sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting pada Balita Usia 6-59 Bulan
- Kemenkes RI. (2018a). Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan: Situasi Balita Pendek di Indonesia. In Kementerian Kesehatan RI. Kemenkes RI Pusdatin
- Kemenkes RI. (2020). Indikator Program Kesehatan Masyarakat Dalam RPJMN dan Renstra Kementerian Kesehatan 2020-2024. Kemenkes RI. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Ana