



Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Pencegahan *Stunting* di Desa Sarani Matani Kecamatan Tombariri Kabupaten Minahasa

Audriano Kalundang¹, Axl Ferdy Worotitjan², Berkatia Maryelia Sinay³, Beylia Malaihang⁴, Crysthania Cleryne Pianaung⁵, Diana Febrianti Tilli⁶, Stefani Sofia Sagai⁷, Stefania Anita Sambuaga⁸, Levitt M. B. Gunawan⁹, Yunita Siske Wentuk¹⁰, Yolanda Trivena Tumbel¹¹, Megita Syalom Otta¹², Meri Mamantung¹³, Ivana Papanita Bagre¹⁴, Indra Dewi Keribo¹⁵

¹⁻¹⁵Institut Agama Kristen Negeri Manado, Indonesia

Email: audrianokalundang@gmail.com¹, axlworotitjan21@gmail.com², berkatiasinay@gmail.com³, bmalaihang@gmail.com⁴, clerynepianaung@gmail.com⁵, dianatilli01@gmail.com⁶, stefanisofiasagay@gmail.com⁷, stefaniaanitasambuaga@gmail.com⁸, vittvitt19@gmail.com⁹, yunitawentuk@gmail.com¹⁰, yolandattumbel@gmail.com¹¹, ottamegita@gmail.com¹², merimamantung@gmail.com¹³, ivanabagre2@gmail.com¹⁴, kuzumadewita@gmail.com¹⁵

Institut Agama Kristen Negeri Manado

Abstrak Kata *Stunting* bukan hanya berbicara pada masalah gizi tetapi juga masalah perilaku hidup yang bersih dan sehat. Pola-pola hidup yang tidak bersih dan sehat seperti kurangnya kesadaran membersihkan lingkungan tempat tinggal, pencemaran sungai dengan sampah dan kotoran hewan, sanitasi yang tidak bersih masih ditemui dalam kehidupan masyarakat pada umumnya, hal ini dilaterbelakangi karena kurangnya pemahaman tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk dapat memberikan edukasi dan penjelasan atau sosialisasi tentang PHBS dan masalah *stunting* sehingga masyarakat mendapat pemahaman yang baik terkait dengan gaya hidup sehat. Metode penelitian yang digunakan dalam tulisan ini yaitu metode observasi partisipatif, di mana peneliti melakukan pengamatan secara dekat dengan sekelompok orang/budaya/masyarakat beserta kebiasaan mereka. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemahaman masyarakat tentang PHBS menjadi lebih baik dan komprehensif serta menjadi langkah awal yang akan terus dikembangkan dalam upaya penanganan *stunting* dari segi pola hidup yang sehat.

Kata Kunci : Stunting, Pola Hidup Sehat, Kolaborasi, Pemerintah

Abstrack Stunting is not only a nutritional problem but also a problem of clean and healthy living behavior. Unclean and healthy living patterns such as lack of awareness of cleaning the living environment, river pollution with garbage and animal feces, unclean sanitation are still found in people's lives in general, this is motivated by a lack of understanding of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS). This research was conducted with the aim of being able to provide education and explanation or socialization about PHBS and stunting problems so that the community gets a good understanding related to a healthy lifestyle. The research method used in this paper is the participatory observation method, in which researchers closely observe a group of people/culture/community and their habits. The results of this study show that the community's understanding of PHBS has become better and more comprehensive and is the first step that will continue to be developed in efforts to deal with stunting in terms of a healthy lifestyle.

Keywords : Stunting, Healthy Lifestyle, Collaboration, Government

PENDAHULUAN

Masalah *stunting* adalah masalah yang masih dihadapi dan dialami oleh masyarakat Indonesia sampai sekarang. Menurut data yang diperoleh dari Siaran Pers Wakil Presiden RI juga sebagai Ketua Pengarah Tim Percepatan Penurunan *Stunting* (TP2S), pada tahun 2022, jumlah balita beresiko *stunting* di Indonesia sekitar 4,7 juta jiwa.¹ Senada dengan data ini, Kurniasih juga menunjukkan bahwa pada pertengahan tahun 2023 prevalensi *stunting* di Indonesia mencapai pada angka 21,6%² yang merupakan angka yang tidak sedikit. Upaya pemerintah juga terus dilakukan untuk menekankan angka *stunting* sampai 14% ditahun 2024. Oleh karena itu permasalahan *stunting* kemudian dipandang sebagai program prioritas pemerintah dan kemudian dituangkan dalam bentuk-bentuk kebijakan dalam menekan kasus *stunting* di tanah air.

Stunting di Sulawesi Utara menjadi masalah tersendiri untuk ditangani. Pemerintah provinsi telah dengan pelbagai cara menekan angka *stunting* yang mencapai angka 20,5% sesuai data dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022.³ Upaya yang telah dilakukan dengan memberikan bantuan gizi kepada ibu hamil dan anak-anak dalam memperbaiki gizi sebagai upaya pencegahan *stunting*. Sarani Matani merupakan salah satu desa di Kecamatan Tombariri Kabupaten Minahasa. Sarani Matani sebelumnya adalah dua buah desa yang kemudian hari digabung menjadi satu, negeri Sarani/Serani (sebutan orang melayu untuk bangsa portugis yang beragama Kristen (Katolik) dan negeri Matani (bahasa Tombulu 'Mah Tani' yang berarti bertani). Sejarah yang panjang kemudian mempersatukan kedua negeri ini dan kemudian secara resmi mejadi satu sebagai sebuah kampung yang kemudian diberi nama Sarani Matani (waktu itu disebut negeri Sarani Matani) pada tanggal 24 Oktober 1903. Sampai tahun 2024 ini, sejak resmi dipersatukan menjadi satu desa, Sarani Matani sudah dipimpin oleh 24 pemimpin. Desa Sarani Matani telah melakukan aksi yang hebat berkaitan dengan penanganan *stunting*. Bagi ibu hamil dengan resiko kelahiran *stunting*, pemerintah desa memberikan perlakuan khusus berupa pemberian makan bergizi dan vitamin untuk dapat mencukupi pasokkan nutrisi kepada si janin dan anak-anak.⁴ Walaupun demikian, sampai sekarang penanganan *stunting* di Sarani Matani ini, masih perlu dibutuhkan penanganan yang efektif dan menyeluruh serta komprehensif kepada warga masyarakat.

Stunting selalu dipandang oleh khalayak umum hanya sebatas nutrisi tanpa melihat gaya hidup yang sehat. *Stunting* adalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi.⁵ *Stunting* disebabkan oleh faktor multidimensi dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi yang buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak-anak. Masalah *stunting*

¹Siaran Pers, Wapres RI, "*Rakornas 2023: Pastikan Prevalensi Stunting Turun Menjadi 14% pada tahun 2024*," (Jakarta: Berita Media, 6 Oktober 2023 di <https://stunting.go.id/rakornas-2023-pastikan-prevalensi-stunting-turun-menjadi-14-pada-tahun-2024/>. Diunduh 18 Maret 2024).

²Parlementaria, "*Kurniasih: di Tahun 2024, Penurunan Stunting Harus Jadi Fokus Bersama*," (Jakarta: Paripurna, 16 Januari 2024 di <https://www.dpr.do.id/berita/detail/id/48290/t/kurniasih-di-tahun-2024-:-penurunan-stunting-harus-jadi-fokus-bersama/>. Diunduh 18 Maret 2024).

³Antarnews.com, "*Kabupaten dan Kota di Sulut diajak Keroyokkan Turunkan Stunting*," (Manado: antarnews.com 13 Desember 2023 di <https://m.antaranews.com/berita/3870342/kabupaten-dan-kota-di-sulut-diajak-keroyokkan-turunkan-stunting/>. Diunduh 18 Maret 2024).

⁴Dedi Manlesu, "*Seriusi Masalah Stunting, Desa Sarani Matani Tombariri Sigap Lakukan Pencegahan*," (Minahasa: Makasiow News, 24 Agustus 2023 di <https://makasiow.com/seriusi-masalah-stunting-desa-sarani-matani-tombariri-sigap-lakukan-pencegahan/>. Diunduh 18 Maret 2024).

⁵Kinanti Rahmadhita, "*Permasalahan Stunting dan Pencegahannya*," (Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, Vol. 11, No. 1, (Juni 2020) pp. 225-229), 226.

adalah masalah yang kompleks yang tidak sesederhana masalah gizi, banyak faktor yang menjadi penyebab *stunting*, di antaranya: praktik pengasuhan yang kurang baik, masih terbatasnya layanan kesehatan bagi ibu hamil, masih kurangnya akses rumah tangga/keluarga ke makanan bergizi, kurangnya akses air bersih dan sanitasi.⁶ Masalah pola hidup sehat juga memengaruhi terjadinya kasus *stunting*. Berdasarkan observasi awal peneliti menunjukkan bahwa masyarakat masih memiliki pemahaman yang kurang berkaitan dengan *stunting* dan masih ada dalam pola-pola hidup yang tidak bersih dan sehat. Membuang sampah dan kotoran hewan sembarangan, sanitasi yang kurang bersih, sungai telah tercemar dengan kotoran sehingga mempengaruhi kebutuhan air bersih dan mencemarkan lingkungan, masalah ekonomi juga memengaruhi dalam memenuhi kebutuhan makanan bergizi serta adanya masalah demam berdarah yang ditemui, sebagai indikasi bahwa masyarakat masih hidup dalam pola-pola hidup yang tidak bersih dan sehat. Dengan demikian, walaupun pemerintah telah berusaha keras dalam menunjang pasokan gizi kepada ibu hamil dan anak-anak tetapi dalam kehidupan keseharian masyarakat masih ada dalam pola hidup yang tidak sehat, maka pasti masalah *stunting* akan tetap ada dan mungkin angka prevalensi *stunting* akan naik dan bukan menurun. Hal ini juga didukung dalam pernyataan hukum tua yang menyatakan bahwa memang ada resiko kelahiran *stunting* di desa Sarani Matani dikarenakan karena pola hidup yang tidak sehat.⁷

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sebuah perilaku yang dihidupi atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seorang atau keluarga mampu meolong dirinya sendiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat.⁸ PHBS bermanfaat dalam upaya terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan serta memiliki pengetahuan yang mumpuni dalam menjalani perilaku kehidupan dalam menjaga kebersihan sesuai standar kesehatan.⁹ Setidaknya ada 10 indikator PHBS pada tingkat rumah tangga, di antaranya: 1). Persalinan yang ditolong oleh tenaga kesehatan; 2). Pemberian ASI eksklusif; 3). Menimbang bayi dan balita secara berkala; 4). Cuci tangan dengan sabun dan air bersih; 5). Menggunakan air bersih; 6). Menggunakan jamban sehat; 7). Memberantas jentik nyamuk; 8). Konsumsi buah dan sayur; 9). Melakukan aktifitas fisik setiap hari; 10). Tidak merokok di dalam rumah.¹⁰ Pola kehidupan dengan kesadaran yang baik mengantarkan pada perilaku yang sehat termasuk di dalamnya dalam usaha penanganan *stunting*. Masalah-masalah yang dipaparkan dalam tulisan ini dengan demikian membawa peneliti merasa perlu untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dalam sosialisasi dan penguatan serta pendampingan akan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai salah satu usaha pencegahan *stunting* di desa Sarani Matani hal ini sebagai upaya yang dilakukan

⁶Sutarto, Mayasari., Diana, Indriyani., Reni, “*Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya*,” (Jurnal J. Agromedicine, Vol. 5, Nomor 1 (Juni 2018) 540-545), 541-542.

⁷Wawancara dengan Hukum Tua desa Sarani Matani: Bpk. Gorge Palandi, S.Pt di Kantor Desa. (Rabu, 13 Maret 2024 Pkl. 10.00 WITA).

⁸Aulina, Choirun Nisak, “*Peningkatan Kesehatann Anak Usia Dini dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat: (PHBS) di TK Kecamatan Candi Sidoarjo*,” (AKSIOLOGIYA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol. 3, No. 1, (Juni 2018) 50-60), 55

⁹A. Tabi'in, “*Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Dini Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19*,” (Jurnal Edukasi AUD Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Vol. 6, No. 1 (Januari-Juni 2020), 58-73), 66.

¹⁰Kementerian Kesehatan RI, “*Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*,” (Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2011), 7-12.

oleh peneliti untuk meningkatkan kepedulian dan kesadaran dalam pencegahan masalah *stunting* di desa Sarani Matani kecamatan Tombariri kabupaten Minahasa.

Metode Pelaksanaan

Metode penelitian yang digunakan dalam tulisan ini yaitu metode observasi partisipatif. Observasi partisipasi adalah salah satu metode pengumpulan data kualitatif yang dilakukan dengan melakukan pengamatan secara dekat dengan sekelompok orang/budaya/masyarakat beserta kebiasaan mereka dengan cara melibatkan diri secara intensif kepada budaya tersebut dalam waktu yang panjang, untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang kebiasaan dan budaya orang tersebut.¹¹ Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyajikan penjelasan secara deskripsi atas realitas, sifat dan hubungan antara fenomena yang diteliti.¹² Pada metode deskriptif, peneliti menggunakan fenomena-fenomena tertentu, sehingga teknik pengumpulan data yang digunakan antara lain observasi, wawancara dan kemudian disertai dengan dokumentasi.¹³

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) melalui program KKN dilaksanakan dalam dua tahap, yakni tahap persiapan, di mana pada tahap ini peneliti mengobservasi tempat penelitian dan berkoordinasi dengan pemerintah Desa Sarani Matani tentang program Pengabdian Kepada Masyarakat ini; kemudian tahap pelaksanaan di mana pada tahap ini, program yang telah disepakati bersama dengan pemerintah dilaksanakan. Pendekatan atau metode ini dipilih karena dipandang sebagai metode yang relevan untuk digunakan disementara pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM). *Learning by living* yang dilakukan memungkinkan para peneliti, berinteraksi secara langsung dengan para responden. Data yang diperoleh lebih konkret dan tajam sampai pada tingkat makna dan pemahaman yang dibutuhkan demi kepetingan tulisan ini.

Tempat dan Waktu

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk sosialisasi/penyuluhan serta penguatan pola hidup sehat kepada warga masyarakat tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dibagi dalam dua kegiatan utama, pertama diadakan dalam kerjasama dengan mitra terkait (Posyandu) dilaksanakan di balai desa pada Jumat, 8 Maret 2024 Pkl.10.00 WITA; dan kedua di rumah-rumah masyarakat sekaligus pembagian susu kepada ibu hamil dan anak-anak yang dilaksanakan pada Sabtu, 16 Maret 2024 Pkl. 10.00 WITA.

Khalayak Sasaran

Target penerima kegiatan ini adalah secara umum untuk masyarakat desa Sarani Matani Kecamatan Tombariri Kabupaten Minahasa dan secara khusus bagi ibu-ibu hamil dan yang menyusui serta anak-anak.

Metode Pengabdian

Dalam pelaksanaan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilakukan di Desa Sarani Matani, pengabdian yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan turut terlibat aktif selama satu bulan. Peneliti secara langsung hadir di tengah-tengah masyarakat Desa Sarani Matani dengan sasarannya adalah masyarakat setempat. Bentuk pengabdian ini adalah dengan melaksanakan

¹¹Sugiyono, "Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D," (Bandung: Alfabeta, 2007), 66.

¹²Amber Wutich, dkk., "Metatheme Analysis: A Qualitative Method for Cross-Cultural Research," (International Journal of Qualitative Methods 20 (2021):1-11, diakses di <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1609406921101907>. Diunduh 18 Maret 2024.

¹³Nainggolan, Alan Mandimpu, dkk., "Peningkatan Pemahaman Warga Gereja GMIM Jemaat Nazareth Buloh dalam Menyikapi Covid -19," (Dedicatio: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol. 2, No. 1 (Juni 2021).

beberapa program bagi masyarakat yang mana program tersebut nantinya akan diuraikan dalam pembahasan.

Indikator Keberhasilan

Adapun indikator keberhasilan dari kegiatan pengabdian pada masyarakat di desa Sarani Matani, yakni:

1. Adanya peningkatan pengetahuan berkaitan dengan pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).
2. Masyarakat secara aktif melakukan 10 indikator PHBS pada tingkat rumah tangga.
3. Masyarakat turut serta mendukung program pemerintah dalam upaya penanganan *stunting*.

Metode Evaluasi

Evaluasi atas indikator keberhasilan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat yaitu melalui rapat evaluasi yang dilaksanakan dengan pemerintah setempat dan juga dosen pembimbing lapangan sebagai mentor.

Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) tahun 2024 Institut Agama Kristen Negeri Manado posko 4 dilaksanakan di desa Sarani Matani kecamatan Tombariri kabupaten Minahasa terhitung mulai tanggal 23 Februari sampai 23 Maret 2024 berjalan dengan baik. Beberapa program kerja sebagai Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) telah dilakukan dalam kerjasama dan koordinasi yang baik dengan pemerintah desa serta dengan konsultasi dosen pembimbing lapangan. Salah satu program kerja yang dilakukan ini adalah pada masalah *stunting* dengan melakukan sosialisais/penyuluhan serta pendampingan dengan melakukan aksi-aksi nyata kepada masyarakat berkaitan dengan masalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Tahap awal yang dilakukan oleh peneliti selaku mahasiswa KKN dimulai dengan observasi dengan cara berkeliling dan bersosialisasi dengan masyarakat desa juga sambil wawancara dengan aparat desa. Tahapan ini dimulai pada minggu pertama peneliti berada di desa Sarani Matani. Hasil observasi dan telusuran dari peneliti menunjukkan bahwa terlihat banyak sampah berserakkan, sungai yang tercemar dengan kotoran dan sampah, dan laporan pemerintah berkaitan dengan ditemuinya kasus demam berdarah. Hal ini mengindikasikan bahwa masyarakat desa hidup dalam pola-pola yang tidak bersih dan sehat. Laporan selanjutnya diterima oleh peneliti berkaitan dengan resiko kelahiran *stunting* dari hukum tua desa, bahwa ternyata resiko terjadinya kasus *stunting* itu masih dialami oleh ibu-ibu hamil menurut keterangan dari Posyandu yang diteruskan ke pemerintah desa.¹⁴

Langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti setelah observasi lapangan adalah dengan melakukan penyusunan program dan kemudian dikoordinasikan dengan pemerintah desa dan dosen mentor. Penyusunan program ini dikerjakan oleh peneliti pada minggu kedua. Program kerja yang disusun ini adalah dengan melakukan sosialisasi/penyuluhan terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tetapi juga program aksi-aksi nyata berkaitan dengan PHBS ini. Kegiatan ini dilakukan dalam pertimbangan atas hasil observasi dan koordinasi dengan pemerintah desa dan mitra terkait. Program kerja yang direncanakan oleh peneliti ini adalah suatu upaya untuk membawa masyarakat pada pola-pola kehidupan yang sehat sehingga

¹⁴Wawancara dengan Hukum Tua desa Sarani Matani: Bpk. Gorge Palandi, S.Pt di Kantor Desa. (Rabu, 13 Maret 2024 Pkl. 10.00 WITA).

dengan demikian menjadi salah satu kerja nyata dalam penunjang program pemerintah menurunkan angka *stunting* 14% di tahun 2024 ini. Hal ini menunjukkan bahwa pemerintah membantu dalam penyediaan kebutuhan gizi dengan pemberian susu dan makanan, peneliti berupaya membantu dalam mengedukasi serta juga pembagian susu berkaitan dengan pola-pola hidup bersih dan sehat sehingga kebutuhan gizi dan gaya hidup sehat dapat berjalan secara seimbang sebagai upaya pencegahan *stunting*.

Tahap eksekusi program kerja dilakukan oleh peneliti pada minggu ketiga dengan melibatkan pemerintah desa, mitra terkait serta secara umum masyarakat desa. Adapun program kerja peneliti yang telah dilakukan dalam program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dijelaskan berikut ini:

A. Kegiatan 1: Sosialisasi dan Pendampingan Tentang Stunting dalam Kerjasama dengan Mitra Terkait.

Kegiatan Posyandu menjadi bagian kerjasama antara peneliti dengan mitra kesehatan sebagai upaya pemberian pasokan gizi dan memberikan edukasi berkaitan dengan *stunting*. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 8 Maret 2024 dilaksanakan di Balai Pertemuan desa Sarani Matani pada jam 10.00 pagi. Kegiatan ini dihadiri oleh masyarakat desa yang sementara hamil dan menyusui, bayi, balita dan lansia. Pada kegiatan ini juga dilakukan pembagian susu pada ibu hamil dan menyusui, bubur, telur rebus, biskuit serta susu SGM (0-6 dan 1+) dan vitamin. Kegiatan ini dimulai dengan pendaftaran, dilanjutkan dengan pengarahan selanjutnya pemeriksaan dan pembagian bantuan seperti yang telah disebutkan.



Gambar 1. Kegiatan Posyandu Desa Sarani Matani

Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) menjadi salah satu upaya pemerintah dalam memberikan pelayanan ataupun program perbaikan gizi yang menitikberatkan pada upaya pencegahan peningkatan keadaan gizi anak.¹⁵ Hasil dari kegiatan ini adalah sebagai upaya untuk menelusuri anak-anak atau para ibu hamil yang beresiko melahirkan *stunting* untuk dapat ditangani lebih lanjut dalam upaya pencegahan masalah *stunting* dan kemudian juga sebagai upaya untuk memberikan pasokan gizi kepada ibu-ibu hamil dan anak-anak.

¹⁵Reihana., Artha Budi Susila Duarsa, “Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Partisipasi Ibu Untuk Menimbang Balita ke Posyandu,” (Jurnal Kedokteran Yarsi 20 (3): 2017 1(43-157), 144.

B. Kegiatan 2: Penyuluhan dan Penguatan PHBS di Rumah-Rumah Masyarakat.

Program kerja selanjutnya dalam Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan sosialisasi dan penguatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di rumah-rumah masyarakat. Program ini dipandang oleh peneliti sebagai tindak lanjut untuk memberikan edukasi tentang melakukan pola-pola hidup yang sehat kepada ibu-ibu hamil dan menyusui serta anak-anak yang dalam observasi peneliti masih ada pada kurangnya akses lingkungan yang sehat (berada di pinggiran sungai, lingkungan yang memiliki sampah yang berserakkan), sanitasi serta masih kurangnya akses rumah tangga/keluarga ke makanan bergizi dikarenakan berbagai alasan (salah satunya alasan ekonomi).¹⁶



Gambar 2. Penyuluhan PHBS dan Pembagian Susu

Kegiatan penyuluhan PHBS dan pembagian susu ini dilakukan pada hari Sabtu, 16 Maret 2024 Pkl. 10.00. Kegiatan ini dilakukan dengan membagi 3 tim yang masing-masing tim melakukan kunjungan di dua jaga. Pada kegiatan ini, dimulai dengan penyuluhan terkait dengan PHBS, kemudian dilanjutkan dengan pendampingan secara pastoral/psikologi dan diakhiri dengan pemberian susu (untuk menunjang pasokan gizi) kepada masyarakat yang dikunjungi. Lebih lanjut lagi, penyuluhan PHBS ini juga dilakukan dengan mencetak poster berkaitan dengan *stunting* dan PHBS dan kemudian ditempelkan di papan pengumuman yang ada di kantor desa dan juga disosialisasikan lewat akun media sosial posko 4 desa Sarani Matani.

Kegiatan ini sebagai langkah kongrit yang dilakukan oleh peneliti dan memberikan hasil akhir supaya masyarakat tereduksi terkait dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam pemahaman yang komprehensif kepada masyarakat desa Sarani Matani sebagai salah satu upaya penanganan *stunting*. Di samping itu

¹⁶Hasil wawancara dengan kader-kader Posyandu disetiap jaga/lingkungan. Rabu 13 Maret 2024, Pkl. 12.00 WITA.

juga, memberikan bantuan kepada ibu-ibu hamil dan anak-anak yang kurangnya akses makanan bergizi karena terbatas oleh masalah ekonomi.

C. Kegiatan 3: Aksi Nyata Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Masyarakat Desa Sarani Matani Kecamatan Tombariri Kabupaten Minahasa.

Upaya PHBS yang dilakukan oleh peneliti bukan hanya berhenti sampai tahap sosialisasi/penyuluhan tetapi juga sampai aksi nyata. Bagi peneliti, aksi nyata harus dilakukan sebagai ajakan dan dapat memberikan contoh yang baik kepada masyarakat dalam melakukan pola-pola hidup yang bersih dan sehat. Kegiatan yang dilakukan ini sebagai implementasi dan aktualisasi dari 10 indikator PHBS pada tingkat rumah tangga seperti yang telah dijelaskan sebelumnya. Aksi nyata ini berupa kerja bakti pada kantor desa, ruas jalan, perbatasan desa, sungai, rumah-rumah ibadah, sampah yang berserakkan dan melakukan *fogging* di setiap rumah warga sebagai upaya pencegahan demam berdarah dan perkembangbiakkan jentik-jentik nyamuk.



Gambar 3. Aksi Nyata PHBS di Desa Sarani Matani

Bakti sosial berbasis kebersihan lingkungan ini dilakukan oleh peneliti dengan bekerjasama dengan melibatkan semua elemen masyarakat. Kegiatan ini dilakukan selama satu minggu berjalan. Kerja nyata ini mendapat sambutan yang baik dari pemerintah dan masyarakat sehingga menjadikan sebuah sosialisasi nyata pentingnya menjaga lingkungan tempat tinggal. Kegiatan bakti sosial ini dilakukan dalam bentuk kerja bakti yang mengedepankan semangat gotong royong. Gotong royong adalah suatu bentuk kerja sama untuk mencapai tujuan tertentu dengan asas timbal balik, yang mewujudkan adanya ketentuan sosial dalam masyarakat.¹⁷ Gotong royong dapat terwujud secara spontan ataupun

¹⁷Fretty C. Udang., dkk, "Kebersihan Lingkungan Sebagai Portal Kesehatan Masyarakat di Desa Kokoleh Satu," (Dedicatio: Jurnal Pengabdian Masyarakat, Vol. 3, No. 1, 2022 (62-72)), 67.

dilakukan untuk memenuhi kewajiban sosial. Peneliti melakukan gotong royong atau kerja bakti yang merupakan sistem kerja sama dalam masyarakat untuk suatu tujuan yang berguna bagi kepentingan umum. Hasil dari kegiatan ini adalah terciptanya lingkungan yang bersih dan sehat sebagai upaya pencegahan penyakit termasuk di dalamnya masalah *stunting*.

Kegiatan-kegiatan yang telah dilakukan oleh peneliti kemudian dievaluasi sejauh mana tingkat keberhasilan sesuai indikator yang ingin dicapai dalam kegiatan ini bagi masyarakat dengan pemerintah desa dan dosen mentor. Pemerintah, mitra terkait serta masyarakat harus juga dapat bekerjasama dan memiliki komitmen untuk terus melakukan aksi-aksi dalam pola hidup yang sehat. Kelebihan dan peluang yang ada digunakan untuk menunjang upaya kemanusiaan dalam pencegahan *stunting*. Kegiatan ini sebagai bentuk Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang harus dikerjakan terus menerus sehingga menjadai gaya hidup yang baik untuk kenyamanan desa Sarani Matani kecamatan Tombariri kabupaten Minahasa.

Kesimpulan

Berbagai kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) oleh peneliti sebagai mahasiswa/i Kuliah Kerja Nyata (KKN) tahun 2024 dilakukan dalam upaya untuk memberikan edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) telah dirintis. Upaya untuk menjaga mencegah *stunting* telah dilakukan dalam aksi-aksi nyata. *Stunting* bukan hanya bercerita tentang masalah gizi tetapi pola-pola hidup yang sehat. Upaya yang telah dilakukan oleh peneliti memerlukan keseriusan yang konsisten untuk dapat menjadikannya sebagai kebiasaan baik yang akan terus dilakukan secara berkesinambungan dengan penuh komitmen untuk menjadikannya sebagai gaya hidup yang bersih dan sehat.

Stunting bukanlah hanya sebuah masalah gizi, tetapi menjadi masalah gaya hidup yang bersih. *Stunting* bukan hanya bercerita tentang penyakit tetapi tentang kemanusiaan. Pola-pola hidup bersih dan sehat menjadi kunci untuk dapat memberantas masalah *stunting*. Pengetahuan yang baik tentang gizi dan PHBS, tindakan nyata dan pemenuhan gizi menjadi langkah awal dan tepat sasaran dalam menekan dan menurunkan angka prevalensi *stunting* di tanah air ini. Kerjasama semua pihak menjadi tanggungjawab dan kewajiban bersama menuntaskan masalah kemanusiaan ini.

Referensi

Choirun Nisak, Aulina., "Peningkatan Kesehatann Anak Usia Dini dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat: (PHBS) di TK Kecamatan Candi Sidoarjo," (AKSIOLOGIYA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol. 3, No. 1, (Juni 2018) 50-60).

Kementerian Kesehatan RI, "Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)," Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2011.

Nainggolan, Alan Mandimpu, dkk., "Peningkatan Pemahaman Warga Gereja GMIM Jemaat Nazareth Buloh dalam Menyikapi Covid -19," (Dedicatio: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol. 2, No. 1 (Juni 2021).

Rahmadhita, Kinanti., "Permasalahan *Stunting* dan Pencegahannya," (Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, Vol. 11, No. 1, (Juni 2020) pp. 225-229).

Reihana., Artha Budi Susila Duarsa, "Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Partisipasi

Ibu Untuk Menimbang Balita ke Posyandu,"(Jurnal Kedokteran Yarsi 20 (3): 2017 1(43-157).

Sutarto, Mayasari., Diana, Indriyani., Reni, "*Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya*," (Jurnal J. Agromedicine, Vol. 5, Nomor 1 (Juni 2018) 540-545).

Sugiyono, "Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D," Bandung: Alfabeta, 2007.

Tabi'in, A., "*Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Dini Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19*," (Jurnal Edukasi AUD Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, Vol. 6, No. 1 (Januari-Juni 2020), 58-73).

Udang, Fretty C., dkk, "*Kebersihan Lingkungan Sebagai Portal Kesehatan Masyarakat di Desa Kokoleh Satu*," (Dedicatio: Jurnal Pengabdian Masyarakat, Vol. 3, No. 1, 2022 (62-72)), 67.

Wutich, Amber., dkk., "*Metatheme Analysis: A Qualitative Method for Cross-Cultural Research*,"(International Journal of Qualitative Methods 20 (2021):1-11, diakses di <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1609406921101907>. Diunduh 18 Maret 2024.

Internet

Antaraneews.com, "*Kabupaten dan Kota di Sulut diajak Keroyokkan Turunkan Stunting*," (Manado: antarnews.com 13 Desember 2023 di <https://m.antaranews.com/berita/3870342/kabupaten-dan-kota-di-sulut-diajak-keroyokkan-turunkan-stunting/>. Diunduh 18 Maret 2024.

Dedi Manlesu, "*Seriusi Masalah Stunting, Desa Sarani Matani Tombariri Sigap Lakukan Pencegahan*," (Minahasa: Makasiow News, 24 Agustus 2023 di <https://makasiow.com/seriusi-masalah-stunting-desa-sarani-matani-tombariri-sigap-lakukan-pencegahan/>. Diunduh 18 Maret 2024.

Parlementaria, "*Kurniasih: di Tahun 2024, Penurunan Stunting Harus Jadi Fokus Bersama*," (Jakarta: Paripurna, 16 Januari 2024 di <https://www.dpr.do.id/berita/detail/id/48290/t/kurniasih-di-tahun-2024--penurunan-stunting-harus-jadi-fokus-bersama/>. Diunduh 18 Maret 2024.

Siaran Pers, Wapres RI, "*Rakornas 2023: Pastikan Prevalensi Stunting Turun Menjadi 14% pada tahun 2024*," (Jakarta: Berita Media, 6 Oktober 2023 di <https://stunting.go.id/rakornas-2023-pastikan-prevalensi-stunting-turun-menjadi-14-pada-tahun-2024/>. Diunduh 18 Maret 2024.

Wawancara

Wawancara dengan Hukum Tua desa Sarani Matani: Bpk. Gorge Palandi, S.Pt di Kantor Desa. Rabu, 13 Maret 2024 Pkl. 10.00 WITA.

Wawancara dengan kader-kader Posyandu disetiap jaga/lingkungan. Rabu 13 Maret 2024, Pkl. 12.00 WITA.