

Pengaruh Edukasi PHBS terhadap Pengetahuan Ibu Balita tentang Pencegahan Stunting di Desa Pakutandang

Wahid Rivaldy¹, Putri Novitasari^{1*},
Syafira Salsabila¹, Melva
Lyshandra Lillian¹

¹Program Studi Gizi, Fakultas
Pendidikan Olahraga dan
Kesehatan, Universitas
Pendidikan Indonesia

Article history

Received : 4 Juni 2025

Revised : 16 Oktober 2025

Accepted : 22 November 2025

Published : 3 Januari 2026

*Corresponding author

Email : ¹putrinovitasarigizi@upi.edu

No. doi:

<https://doi.org/10.24198/sawala.v7i1.63967>

ABSTRAK

Program Zero New Stunting yang dimiliki Pemerintah Provinsi Jawa Barat bertujuan mengatasi stunting, dengan salah satu sasarnya adalah Desa Pakutandang, Kecamatan Ciparay, Kabupaten Bandung. Desa Pakutandang memiliki 192 balita stunting dari 1203 balita. Untuk mencapai tujuan dari program, dilakukan edukasi pada masyarakat tentang pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), terutama dalam rumah tangga, dengan ibu balita sebagai sasaran utama. Edukasi PHBS diharapkan membantu menjaga kesehatan keluarga dan tumbuh kembang anak. Kegiatan ini dilaksanakan dengan adanya sesi diskusi, tanya jawab, dan refleksi. Metode yang digunakan meliputi beberapa tahapan seperti observasi, penyusunan materi penyuluhan dan soal pre-test serta post-test, pelaksanaan pre-test, penyuluhan, pelaksanaan post-test, dan evaluasi kegiatan. Materi meliputi definisi PHBS, pentingnya cuci tangan, bahaya merokok, aktivitas fisik, ASI eksklusif, serta penggunaan jamban dan air bersih. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta dengan rata-rata nilai post-test 87,36, menandakan keberhasilan program dalam meningkatkan pemahaman ibu balita tentang PHBS untuk mencegah stunting.

Kata kunci: Edukasi, Stunting, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Desa Pakutandang

ABSTRACT

The West Java Provincial Government's Zero New Stunting Program aims to overcome stunting, with one of the targets being Pakutandang Village, Ciparay Sub-district, Bandung Regency. Pakutandang Village has 192 stunted toddlers out of 1203 toddlers. To achieve the goals of the program, community education was conducted on the importance of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), especially in households, with mothers of toddlers as the main target. PHBS education is expected to help maintain family health and child development. This activity was carried out with discussion sessions, questions and answers, and reflection. The method used includes several stages such as observation, preparation of counseling materials and pre-test and post-test questions, implementation of pre-test, counseling, implementation of post-test, and evaluation of activities. The materials included the definition of PHBS, the importance of hand washing, the dangers of smoking, physical activity, exclusive breastfeeding, and the use of latrines and clean water. The results showed an increase in participants' knowledge with an average post-test score of 87.36, indicating the success of the program in increasing the understanding of mothers of toddlers about PHBS to prevent stunting.

Key word: Education, Stunting, Clean and Healthy Living Behavior, Pakutandang Village

PENDAHULUAN

Zero New Stunting saat ini menjadi salah satu program utama Pemerintah Provinsi Jawa Barat. Zero New Stunting merupakan sebuah program yang dibentuk dengan tujuan untuk mengurangi atau bahkan menghilangkan angka stunting pada anak di Indonesia terkhususnya di Provinsi Jawa Barat. Stunting adalah kondisi di mana anak balita mengalami gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis, sehingga tinggi badannya tidak sesuai untuk usianya (Hartati & Wahyuningsih, 2021). Anak yang mengalami stunting juga memiliki rata-rata skor *Intelligence Quotient* (IQ) yang lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak normal. Gangguan pertumbuhan dan perkembangan akibat kekurangan gizi, jika tidak ditangani sejak dini, dapat berlanjut hingga dewasa (Ruaida, 2018). Kabupaten/Kota yang termasuk dalam kategori masalah kesehatan masyarakat tinggi ($>20\%$) dan 10 (sepuluh) Kabupaten/Kota dalam kategori sedang ($<20\% - 10\%$) (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK), 2023).

Pentingnya penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari membuat diperlukannya penyuluhan mengenai PHBS yang menjangkau seluruh lapisan masyarakat agar menciptakan kesadaran masyarakat mengenai peran kebersihan dan kesehatan dalam mencegah stunting. Penyuluhan PHBS ke masyarakat bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya PHBS. Dengan menggalakkan penerapan PHBS, diharapkan dapat menekan angka stunting dan memastikan generasi mendatang tumbuh dengan optimal, tidak hanya dari segi fisik tetapi juga dari aspek mental dan sosial. Implementasi PHBS di rumah tangga, yang merupakan unit terkecil dalam masyarakat, berpotensi memberikan dampak luas dalam upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan.

KAJIAN PUSTAKA

Prevalensi stunting pada balita di Jawa Barat mencapai 21,7% pada tahun 2023. Angka ini menunjukkan peningkatan sebesar 1,5 poin dibandingkan dengan tahun 2022. Terdapat ada 18 (delapan belas) Kabupaten/Kota yang mengalami

kenaikan dan 9 (sembilan) Kabupaten/Kota yang mengalami penurunan. Dari total prevalensi stunting ini, terdapat 17 (tujuh belas).

Kabupaten Bandung termasuk salah satu Kabupaten di Jawa Barat yang terdata mengalami kenaikan. Menurut Bupati Bandung, prevalensi stunting pada tahun 2023 tergolong tinggi mencapai 29,2% sesuai hasil Survei Nasional. Desa Pakutandang yang terdapat di Kecamatan Ciparay, Kabupaten Bandung menjadi salah satu desa yang menjadi lokus penanganan stunting. Menurut data di e-PPGBM per bulan Agustus 2024, Desa Pakutandang memiliki 1203 orang balita dan tercatat sebanyak 192 balita mengalami stunting. Oleh karena hal itulah, Provinsi Jawa Barat setidaknya perlu menurunkan prevalensi stunting sebesar 7,7% dari angka prevalensi stunting tahun 2023 agar dapat mencapai target 14% di tahun 2024.

Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu strategi pencegahan stunting, khususnya dalam rumah tangga. Stunting, yang ditandai oleh keterhambatan pertumbuhan fisik anak akibat kekurangan gizi dan kesehatan, dapat diatasi melalui penerapan PHBS yang efektif. Salah satu aspek penting dari PHBS adalah kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, yang berfungsi mencegah penyebaran penyakit menular. Akses terhadap fasilitas kebersihan yang memadai meningkatkan kemungkinan anak untuk tumbuh dalam kondisi sehat dan terhindar dari infeksi, sehingga mendukung pertumbuhan optimal (Sari et al., 2021).

Selain mencuci tangan, penciptaan lingkungan rumah bebas asap rokok turut berperan signifikan dalam kesehatan anak. Paparan asap rokok di sekitar anak-anak dapat meningkatkan risiko infeksi saluran pernapasan dan memengaruhi pertumbuhan anak (Maulina & Sawitri, 2022). Oleh karena itu, penerapan larangan merokok di dalam rumah bukan hanya melindungi kesehatan anak, tetapi juga menciptakan suasana yang mendukung perkembangan yang sehat. Aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin juga merupakan komponen penting dari PHBS, di mana kegiatan tersebut tidak hanya memperbaiki kondisi fisik tetapi juga memberikan teladan yang positif bagi anak

dalam mengadopsi gaya hidup aktif dan sehat.

Akses terhadap air bersih dan sanitasi yang layak juga merupakan aspek penting dalam mendukung PHBS. Air bersih merupakan kebutuhan dasar untuk menjaga kesehatan dan gizi anak. Dengan adanya akses terhadap air bersih, risiko diare dan penyakit lainnya dapat diminimalkan, yang berimbas langsung pada pertumbuhan anak (Saputra et al., 2018). Penerapan semua elemen PHBS dalam kehidupan sehari-hari diharapkan tidak hanya menciptakan lingkungan yang sehat di tingkat rumah tangga, tetapi juga menjadi strategi efektif dalam mencegah stunting. Dengan menempatkan prioritas pada pola hidup bersih dan sehat, diharapkan generasi mendatang dapat tumbuh secara optimal dan memiliki masa depan yang lebih baik.

METODE

Kegiatan penyuluhan yang bertema Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam rangka melaksanakan Program Zero New Stunting pada kegiatan pelaksanaan Program Pemberdayaan Masyarakat (P2MB) program studi Gizi dilaksanakan pada Senin, 23 September 2024 yang berlokasi di dua tempat yaitu Madrasah Al Ikhwan Dusun Cipaku dan Madrasah At-Taqwa Dusun Andir, Desa Pakutandang, Kec. Ciparay, Kab. Bandung, Prov. Jawa Barat pada Ibu balita yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman Masyarakat mengenai PHBS. Mekanisme kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi beberapa pendekatan yaitu diskusi, tanya jawab, dan refleksi yang disesuaikan dengan temuan dilapangan sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar dan terdiri dari beberapa tahapan sebagai berikut:

- a. Tahap observasi dan perijinan pelaksanaan P2MB di Desa Pakutandang

Pada tahap ini meliputi observasi tempat pelaksanaan penyuluhan, menentukan target sasaran, permohonan perijinan dilaksanakan kegiatan, hingga penentuan tempat dan waktu dilaksanakan kegiatan. Tahap ini dilakukan bertujuan untuk melihat kondisi dan situasi tempat penyuluhan kegiatan P2MB di Desa

Pakutandang tepatnya pada Dusun Cipaku dan Dusun Andir.

- b. Tahap penyusunan materi penyuluhan dan soal *pre-test post-test*

Pada tahap ini akan dilakukan penyusunan materi untuk penyuluhan dan penyusunan pertanyaan untuk dilakukan *pre-test* dan *post-test* mengenai pengetahuan PHBS. Materi tersebut berisi definisi PHBS di rumah tangga, pentingnya cuci tangan, bahaya merokok, aktivitas fisik, pemberian ASI eksklusif, serta penggunaan jamban dan air bersih.

- c. Tahap pelaksanaan *pre-test* dan penyuluhan dengan metode ceramah

Pada tahap ini meliputi pengisian soal pertanyaan mengenai PHBS pada Ibu balita dan melakukan penyuluhan dengan metode ceramah dengan bantuan proyektor dan laptop. Tahap ini dimulai dengan pengisian soal *pre-test* yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan Ibu balita mengenai PHBS, sebelum dilakukan ceramah mengenai materi tersebut.

- d. Tahap pelaksanaan *post-test*

Pada tahap ini meliputi pengisian soal kembali mengenai PHBS pada Ibu balita setelah dilakukan ceramah mengenai materi tersebut yang bertujuan untuk mengetahui apakah adanya peningkatan atau tidak mengenai PHBS pada Ibu balita.

- e. Tahap hasil kegiatan penyuluhan

Pada tahap ini meliputi hasil dan pembahasan dari tabulasi data yang sudah di dapatkan selama penyuluhan PHBS, kemudian membuat kesimpulan dari hasil data kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan. Data *pre-test* dan *post-test* dianalisis menggunakan SPSS versi 21. Data diuji normalitasnya terlebih dahulu dengan uji Kolmogorov-Smirnov untuk melihat apakah data berdistribusi normal. Data yang diperoleh tidak berdistribusi normal, sehingga digunakan uji Wilcoxon, yang sesuai untuk data dengan distribusi tidak normal, guna membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test*.

Adapun indikator keberhasilan kegiatan ini yaitu berupa peningkatan pemahaman Ibu balita tentang PHBS yang dapat diketahui melalui pengukuran secara kuantitatif dan kualitatif.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada Senin, 23 September 2024 di dua lokasi, yaitu Madrasah Al Ikhwan Dusun Cipaku dan Madrasah At Taqwa Dusun Andir, Desa Pakutandang, Kec. Ciparay, Kab. Bandung, Jawa Barat. Kegiatan ini bertema Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai bagian dari program Zero New Stunting, dengan peserta ibu balita sebanyak 53 orang.

Tahap I: Observasi dan Perizinan

Ditetapkan bahwa Desa Pakutandang merupakan lokasi penyuluhan berdasarkan data e-PPGBM Agustus 2024 yang menunjukkan prevalensi stunting sebesar 17,2%. Di Dusun Andir, angka stunting mencapai 26,6% dengan jumlah balita stunting tertinggi (69 balita). Sebanyak 74,3% keluarga di wilayah ini memiliki anggota keluarga yang merokok di rumah.

Tahap II: Persiapan Materi dan Kuesioner

Materi penyuluhan mencakup topik-topik seperti pentingnya mencuci tangan, zat berbahaya dalam rokok, aktivitas fisik, ASI eksklusif, dan sanitasi air bersih. Kuesioner pre-post test yang digunakan terdiri dari 10 soal pilihan ganda, diadaptasi dari instrumen Zubaidah (2011).



Gambar 1. Kegiatan pengisian soal pre-test

Tahap III: Pelaksanaan Pre-Test dan Penyuluhan

Nilai rata-rata *pre-test* adalah 70,38. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan presentasi PowerPoint menggunakan laptop dan proyektor. Kegiatan berlangsung interaktif meskipun terdapat gangguan dari anak-anak peserta dan kondisi panas.



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Tahap IV: Pelaksanaan Post-Test dan Evaluasi

Setelah penyuluhan, nilai rata-rata *post-test* meningkat menjadi 87,36. Nilai minimum meningkat dari 20 (*pre-test*) menjadi 40 (*post-test*), sementara nilai maksimum tetap 100. Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga dilakukan uji Wilcoxon. Uji Wilcoxon menunjukkan $p\text{-value} = 0,000$ ($< 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test*. Terdapat peningkatan rata-rata sebesar 16,98 poin.

Tabel 1. Analisis perbedaan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah penyuluhan

	Min	Max	Mean	N	SD	Sig.	P-value
<i>Pre-test</i>	20	100	70,38	3	16,521	0,001	0,001
<i>Post-test</i>	40	100	87,36	3	12,733	0,001	

Keterangan: Min = minimum; max = maksimum; n = jumlah; SD = standar deviasi; Sig = signifikan Sumber: SPSS 2021

PEMBAHASAN

Penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai PHBS, yang tercermin dari peningkatan signifikan hasil *post-test* dibandingkan *pre-test*. Hasil ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang digunakan, yaitu ceramah yang disertai dengan presentasi visual, efektif dalam menyampaikan informasi kepada peserta dengan latar belakang pendidikan

rendah namun memiliki kemampuan baca tulis.

Metode audio-visual mendukung efektivitas pembelajaran karena menggabungkan dua saluran utama penerimaan informasi: penglihatan (82%) dan pendengaran (11%) (Khotimah et al., 2019). Hal ini selaras dengan temuan Masrikhiyah et al. (2022), yang menyatakan bahwa metode ceramah dengan dukungan media visual dapat meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan dalam program-program edukasi kesehatan masyarakat.

Peningkatan pengetahuan juga tidak lepas dari relevansi materi yang disampaikan dengan kondisi aktual di masyarakat. Mengingat tingginya angka stunting dan tingginya paparan rokok dalam rumah tangga, penyuluhan yang menekankan aspek PHBS, termasuk pengaruh rokok terhadap kesehatan anak, menjadi sangat kontekstual dan berdampak langsung.

Dari sisi jangka pendek, kegiatan ini terbukti mampu mengubah pemahaman peserta dalam hal pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Sedangkan secara jangka panjang, diharapkan pemahaman yang meningkat ini akan berdampak pada perubahan perilaku sehari-hari, yang selanjutnya dapat menurunkan angka stunting di wilayah tersebut.

Secara institusional, kegiatan ini menunjukkan bahwa kolaborasi antara tim pengabdian, pemerintah desa, dan masyarakat dapat menghasilkan intervensi yang efektif. Pelaksanaan kegiatan berbasis data (e-PPGBM) dan hasil survei RISKESDES menjadikan intervensi ini lebih terarah dan berdampak nyata bagi masyarakat setempat.

PENUTUP

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan pada Senin, 23 September 2024, bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita di Desa Pakutandang mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam rangka mendukung Program Zero New Stunting. Kegiatan ini dilaksanakan di dua lokasi, yaitu Dusun Andir dan Dusun Cipaku. Pemilihan Dusun Andir sebagai lokasi didasarkan pada tingginya prevalensi stunting yang mencapai 26,6%. Penyuluhan

dilakukan dengan metode ceramah dan media audio-visual, yang terbukti efektif meningkatkan pengetahuan peserta, dengan rata-rata nilai post-test mencapai 87,36. Analisis statistik menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan, mengindikasikan keberhasilan penyuluhan dalam memberikan informasi penting untuk pencegahan stunting. Meskipun terdapat beberapa kendala teknis, kegiatan ini tetap berjalan dengan lancar dan diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang dalam mengurangi prevalensi stunting di wilayah tersebut, terutama di Dusun Andir.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK). (2023). *Survei Kesehatan Indonesia Dalam Angka*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Fitri, A. M., Nuncandra, F., & Pristya, T. Y. R. (2020). Pelatihan Upaya Kesehatan Kerja Bagi Masyarakat Cipayung Kota Depok. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(4), 605–610. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i4.4366>
- Hartati, L., & Wahyuningsih, A. (2021). Hubungan Kejadian Stunting dengan Perkembangan Anak Usia 24-59 Bulan di Desa Wangen Polanharjo. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 11(1), 28–34. <https://doi.org/10.61902/involusi.v11i1.173>
- Hastari, B. W., Gandasari, D., & Harry. (2020). Analysis The Level Of Cattleman's Knowledge Using The T-Test And Wilcoxon In Maju Farmer Group. In *Jurnal Penyuluhan Pertanian* (Vol. 15, Issue 1).
- Khotimah, H., Supena, A., & Hidayat, N. (2019). Meningkatkan attensi belajar siswa kelas awal melalui media visual. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(1), 17–28. <https://doi.org/10.21831/jpa.v8i1.22657>
- Masrikhiyah, R., Wahyani, A. D., Rahmawati, Y. D., Balfas, R. F., & Fajarini, H. (2022). Peningkatan Pengetahuan mengenai Kurang Energi Kronik (KEK) dan Gizi pada Ibu Hamil di Masa Pandemi Covid-19. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(6), 1428–1433.

- <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i6.10421>
- Maulina, N., & Sawitri, H. (2022). Pemberdayaan Desa Sehat Dengan Pembinaan Rumah Tanpa. *Jurnal Vokasi*, 6(2), 152–157.
- Ruaida, N. (2018). Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) di Indonesia. *Global Health Science*, 3(1), 139–151.
- Saputra, N. E., Kalsum, U., & Ekawati, Y. N. (2018). Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Orang Rimba melalui Pembinaan PHBS Rumah Tangga. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 2(2), 297. <https://doi.org/10.30595/jppm.v2i2.2590>
- Sari, R.S., Devitria, G., & Giting, G.V. (2021). Meningkatkan Pengetahuan Cara Mencuci Tangan Dan Penggunaan Masker Yang Benar Melalui Penyuluhan Kesehatan Pada Anak. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 5(2021), 9.
- Zubaidah, U. (2011). Hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku terhadap pelaksanaan program 10 indikator PHBS pada tatanan rumah tangga di Kelurahan Ganjar Agung Kecamatan Metro Barat [Skripsi, Universitas Indonesia]. <https://lib.ui.ac.id>