

Penyuluhan kesehatan keluarga melalui pola hidup sehat dalam mengatasi stunting pada anak usia diniAndi Hasryningsih Asfar¹, Yoga Mahendra², Ika Pratiwi³ Mila Dewi Agustin⁴^{1,2,3,4} **Universitas Bina Bangsa, Indonesia***andihasydingsih@gmail.com**ABSTRAK**

Stunting merupakan masalah kesehatan mendesak di Desa Tanjung Manis, Indonesia, yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dan praktik hidup yang kurang sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi stunting melalui penyuluhan kesehatan keluarga yang mencakup pola hidup sehat secara holistik. Metode yang digunakan adalah Participatory Action Research (PAR), yang melibatkan masyarakat dalam identifikasi masalah, perencanaan, dan implementasi solusi. Penyuluhan mencakup edukasi gizi, pelatihan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), dan pemberdayaan ekonomi keluarga. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan praktik pencegahan stunting, dengan prevalensi stunting menurun dari 32,5% menjadi 24,8%. Kesimpulannya, pendekatan holistik dan partisipatif terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan mengubah perilaku masyarakat, meskipun diperlukan intervensi jangka panjang untuk mencapai target nasional penurunan stunting. Penelitian ini memberikan kontribusi pada strategi pencegahan stunting dengan melibatkan komunitas secara aktif dan memperkuat kapasitas lokal.

Kata Kunci : Stunting, Pola Hidup Sehat, Penyuluhan Kesehatan Keluarga, Participatory Action Research (PAR), Desa Tanjung Manis

ABSTRACT

Stunting is a critical issue impacting child development, particularly in underdeveloped areas like Tanjung Manis Village. This research aims to address stunting in early childhood through a health education program that promotes healthy lifestyles. Using a Participatory Action Research (PAR) approach, the study involves collaboration with local community members to develop and implement effective health education strategies. The program will focus on educating families about nutritious diets and health-promoting behaviors. The expected outcomes include improved knowledge and practices related to child nutrition and health, leading to a reduction in stunting cases. This research emphasizes the importance of community involvement and education in addressing public health challenges.

Keywords: Stunting, Healthy Lifestyle, Family Health Education, Participatory Action Research (PAR), Tanjung Manis Village

Articel Received: 15/08/2024; **Accepted:** 29/10/2024

How to cite: Asfar, A, H., Mahendra, Y., Pratiwi, I., & Agustin, M, D., (2024). Penyuluhan kesehatan keluarga melalui pola hidup sehat dalam mengatasi stunting pada anak usia dini. *Abdimas Siliwangi*, Vol 7 (3), 548-564. doi: 10.22460/as.v7i3.25115

A. PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan yang mendesak di Indonesia, terutama di wilayah pedesaan seperti Desa Tanjung Manis. Stunting adalah kondisi kekurangan gizi kronis yang ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih pendek dari standar usia mereka, yang dapat berakibat pada terganggunya perkembangan fisik dan

kognitif anak (Apriluana & Fikawati, 2018). Prevalensi stunting di Indonesia masih tinggi, dengan berbagai faktor yang berkontribusi terhadap masalah ini, termasuk kekurangan asupan gizi, akses terbatas terhadap layanan kesehatan, serta praktik pola hidup yang kurang mendukung pertumbuhan anak yang optimal (Martony, 2023).

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan dan mendesak di Indonesia, terutama di daerah pedesaan seperti Desa Tanjung Manis. Stunting, yang ditandai dengan tinggi badan anak lebih rendah dari standar usia, sering kali merupakan hasil dari kekurangan gizi kronis selama periode penting pertumbuhan, terutama dalam 1.000 hari pertama kehidupan anak (Djauhari, 2017). Dampak jangka panjang dari stunting sangat merugikan, tidak hanya mempengaruhi pertumbuhan fisik anak tetapi juga perkembangan kognitifnya, yang kemudian dapat berdampak pada produktivitas dan kualitas hidup di masa dewasa. Meskipun berbagai program pemerintah telah diterapkan untuk mengatasi stunting, prevalensinya masih tetap tinggi, menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih komprehensif dan berkelanjutan.

Penelitian dan program penyuluhan sebelumnya telah banyak dilakukan untuk mengatasi masalah stunting, baik melalui intervensi langsung seperti pemberian makanan tambahan, maupun melalui pendidikan gizi dan pola hidup sehat kepada keluarga. Sebagai contoh, program-program penyuluhan gizi yang dilaksanakan di berbagai wilayah Indonesia, seperti Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK), telah menunjukkan beberapa keberhasilan dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya gizi yang cukup dan seimbang bagi anak-anak mereka (Betan et al., 2023; Hidayatillah et al., 2023). Namun, sebagian besar program ini cenderung fokus pada intervensi langsung tanpa mengintegrasikan pendekatan yang lebih luas dan berkelanjutan terkait dengan pola hidup sehat secara keseluruhan.

Kajian literatur menunjukkan bahwa intervensi yang berfokus pada pola hidup sehat secara holistik, yang mencakup tidak hanya asupan gizi tetapi juga kebersihan, sanitasi, dan kebiasaan hidup sehat lainnya, dapat memberikan dampak yang lebih signifikan dalam jangka panjang. Misalnya, penelitian oleh Mashar et al. (2021) menegaskan bahwa stunting tidak hanya disebabkan oleh kekurangan gizi, tetapi juga oleh faktor-faktor lingkungan dan pola hidup yang kurang mendukung pertumbuhan anak (Mashar et al., 2021). Namun, meskipun ada kesadaran akan pentingnya pendekatan yang holistik ini,

penerapan di lapangan masih terbatas dan belum terintegrasi secara menyeluruh dalam program-program penyuluhan yang ada.

Di sinilah letak kesenjangan atau gap yang coba diisi oleh pengabdian ini. Kebaruan dari pendekatan yang akan dilakukan di Desa Tanjung Manis terletak pada penyuluhan kesehatan keluarga yang tidak hanya fokus pada aspek gizi, tetapi juga pada penerapan pola hidup sehat yang mencakup kebersihan, sanitasi, dan perilaku hidup sehat lainnya yang relevan dengan kondisi lokal. Pengabdian ini akan mengintegrasikan berbagai aspek kesehatan dalam satu pendekatan terpadu, yang diharapkan dapat lebih efektif dalam menurunkan angka stunting di Desa Tanjung Manis. Keunikan dari pengabdian ini dibandingkan dengan program-program sebelumnya adalah fokusnya pada pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan, dengan melibatkan seluruh anggota keluarga dan komunitas dalam upaya pencegahan stunting.

Penyuluhan yang akan dilaksanakan di Desa Tanjung Manis dirancang untuk memberdayakan keluarga, terutama ibu, sebagai agen utama dalam penerapan pola hidup sehat di rumah tangga mereka. Penyuluhan ini akan mencakup pendidikan tentang pentingnya gizi seimbang, praktik kebersihan yang baik, penggunaan air bersih, serta sanitasi yang layak. Selain itu, penyuluhan ini juga akan mempromosikan pentingnya imunisasi, pemeriksaan kesehatan rutin, dan praktik-praktik pencegahan penyakit lainnya yang dapat mempengaruhi status gizi anak. Pendekatan ini diharapkan tidak hanya mengubah perilaku individu, tetapi juga menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal.

Keunikan lain dari program ini adalah penerapan metode participatory action research (PAR) yang melibatkan masyarakat Desa Tanjung Manis secara aktif dalam proses identifikasi masalah, perencanaan, dan implementasi solusi. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan rasa kepemilikan masyarakat terhadap program dan menjamin keberlanjutan praktik pola hidup sehat setelah program berakhir.

Dalam mengatasi masalah stunting di Desa Tanjung Manis, program ini akan menggunakan pendekatan multi-level yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan. Pada tingkat keluarga, penyuluhan akan diberikan kepada orang tua, terutama ibu, mengenai praktik pemberian makan yang tepat, pentingnya ASI eksklusif, dan pemantauan pertumbuhan anak. Pada tingkat masyarakat, kader kesehatan dan tokoh

masyarakat akan dilatih untuk menjadi agen perubahan dalam mempromosikan pola hidup sehat.

Inovasi lain yang ditawarkan dalam program ini adalah penggunaan teknologi digital sederhana untuk memantau pertumbuhan anak dan memberikan umpan balik kepada orang tua. Aplikasi mobile yang mudah digunakan akan dikembangkan untuk membantu orang tua melacak perkembangan anak mereka dan mendapatkan informasi kesehatan yang relevan. Ini merupakan langkah maju dalam memanfaatkan teknologi untuk meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam pencegahan stunting.

Program ini juga akan menggali kearifan lokal dan mengintegrasikannya dengan pengetahuan ilmiah modern dalam praktik pola hidup sehat. Misalnya, pemanfaatan bahan pangan lokal yang kaya gizi akan dipromosikan sebagai bagian dari strategi diversifikasi pangan untuk meningkatkan asupan nutrisi anak-anak. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap intervensi yang dilakukan (Asfar et al., 2023; Mahendra et al., 2023).

Tujuan utama dari pengabdian ini adalah untuk menurunkan prevalensi stunting di Desa Tanjung Manis melalui peningkatan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pola hidup sehat dalam mencegah stunting. Diharapkan bahwa dengan penerapan pola hidup sehat yang lebih baik, anak-anak di Desa Tanjung Manis akan mendapatkan gizi yang cukup dan tumbuh dengan optimal, sehingga dapat mencapai potensi penuh mereka baik dari segi fisik maupun kognitif. Selain itu, pengabdian ini juga bertujuan untuk memperkuat peran keluarga dan komunitas dalam menjaga kesehatan anak-anak mereka, sehingga dampak dari program ini dapat berlanjut bahkan setelah intervensi selesai.

Dengan kata lain, hasil yang diharapkan dari pengabdian ini tidak hanya berupa penurunan angka stunting dalam jangka pendek, tetapi juga perubahan perilaku dan peningkatan kesadaran kesehatan yang berkelanjutan dalam komunitas. Diharapkan bahwa Desa Tanjung Manis dapat menjadi model bagi desa-desa lain di Indonesia dalam menerapkan pola hidup sehat sebagai strategi utama dalam pencegahan stunting. Dengan demikian, pengabdian ini tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kesehatan masyarakat di desa ini, tetapi juga memberikan kontribusi signifikan terhadap upaya nasional untuk mengurangi prevalensi stunting di Indonesia.

B. LANDASAN TEORI**1. Teori Perubahan Perilaku Kesehatan dalam Pencegahan Stunting**

Teori Perubahan Perilaku Kesehatan (*Health Behavior Change Theory*) menjadi landasan penting dalam merancang dan mengimplementasikan program penyuluhan kesehatan keluarga untuk mencegah stunting (Ichsan, 2020; Oktavilantika et al., 2023). Salah satu model yang relevan adalah *Health Belief Model* (HBM) yang dikembangkan oleh Anuar et al. (2020) dan diperbarui oleh Glanz et al. (2015) (Anuar et al., 2020; Glanz et al., 2015). Model ini menjelaskan bahwa perubahan perilaku kesehatan dipengaruhi oleh beberapa faktor kunci:

- a. *Perceived Susceptibility*: Persepsi individu tentang kerentanan terhadap masalah kesehatan.
- b. *Perceived Severity*: Pemahaman tentang seberapa serius kondisi kesehatan tersebut.
- c. *Perceived Benefits*: Keyakinan akan manfaat dari tindakan pencegahan.
- d. *Perceived Barriers*: Hambatan yang dirasakan dalam mengadopsi perilaku sehat.
- e. *Cues to Action*: Isyarat atau dorongan untuk mengambil tindakan.
- f. *Self-efficacy*: Keyakinan individu akan kemampuannya untuk melakukan perubahan.

Dalam konteks pencegahan stunting, penelitian oleh Mahmudiono et al. (2019) di Indonesia menerapkan HBM dalam program edukasi gizi. Hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan, sikap, dan praktik ibu terkait pemberian makan anak, yang berkorelasi dengan penurunan risiko stunting.

Teori Difusi Inovasi yang dikemukakan oleh Rusmiarti (2015) juga relevan dalam penyebaran praktik kesehatan baru di masyarakat (Rusmiarti, 2015). Teori ini menjelaskan bagaimana ide-ide baru diadopsi dalam suatu komunitas melalui tahapan: pengetahuan, persuasi, keputusan, implementasi, dan konfirmasi. Studi oleh Gyampoh et al. (2014) di Ghana menerapkan teori ini dalam program pencegahan stunting berbasis masyarakat, menunjukkan efektivitas dalam mempercepat adopsi praktik pemberian makan yang optimal (Gyampoh et al., 2014).

2. Pendekatan Ekologi Sosial dalam Intervensi Stunting

Teori Ekologi Sosial (*Social Ecological Model*) yang dikembangkan oleh Bronfenbrenner (1979) dan diaplikasikan dalam konteks kesehatan oleh McLeroy et al. (1988) menyediakan kerangka komprehensif untuk memahami dan mengatasi masalah stunting. Model ini mengakui bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh interaksi

kompleks antara faktor individu, interpersonal, komunitas, organisasi, dan kebijakan publik (Dharma, 2022).

Dalam konteks pencegahan stunting, pendekatan ekologi sosial telah diterapkan dalam berbagai studi:

- a. Tingkat Individu: Penelitian oleh Goudet et al. (2019) di Bangladesh menunjukkan pentingnya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam praktik pemberian makan anak untuk mencegah stunting.
- b. Tingkat Interpersonal: Studi oleh Ntozini et al. (2017) di Zimbabwe mengungkapkan peran penting dukungan keluarga dan jaringan sosial dalam mempromosikan praktik pemberian makan yang optimal.
- c. Tingkat Komunitas: Penelitian oleh Hossain et al. (2017) di Bangladesh mendemonstrasikan efektivitas intervensi berbasis masyarakat dalam meningkatkan praktik WASH (Water, Sanitation, and Hygiene) untuk mencegah stunting.
- d. Tingkat Organisasi: Studi oleh Torlesse et al. (2016) di Indonesia menunjukkan pentingnya penguatan sistem kesehatan primer dalam memberikan layanan gizi terpadu untuk mencegah stunting.
- e. Tingkat Kebijakan: Penelitian oleh Agho et al. (2019) di Nigeria mengungkapkan dampak positif kebijakan nasional fortifikasi makanan terhadap penurunan prevalensi stunting.

Pendekatan ekologi sosial juga menekankan pentingnya intervensi multi-level. Studi oleh *Cumming dan Cairncross* (2016) menunjukkan bahwa intervensi yang menggabungkan perbaikan gizi, sanitasi, dan pemberdayaan ekonomi memiliki dampak lebih besar dalam mengurangi stunting dibandingkan intervensi tunggal.

Dalam konteks Indonesia, penelitian oleh Beal et al. (2018) mengaplikasikan model ekologi sosial untuk menganalisis determinan stunting, menyoroti kompleksitas faktor yang berkontribusi dan pentingnya pendekatan holistik dalam intervensi.

Kedua landasan teori ini memberikan kerangka konseptual yang kuat untuk merancang dan mengimplementasikan program penyuluhan kesehatan keluarga melalui pola hidup sehat dalam mengatasi stunting di Desa Tanjung Manis. Teori Perubahan Perilaku Kesehatan memberikan wawasan tentang bagaimana mengubah perilaku individu dan keluarga, sementara Pendekatan Ekologi Sosial menyediakan perspektif

yang lebih luas tentang intervensi multi-level yang diperlukan untuk mengatasi masalah stunting secara komprehensif.

C. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan metode *Participatory Action Research* (PAR) untuk melaksanakan penyuluhan kesehatan keluarga melalui pola hidup sehat dalam mengatasi stunting pada anak usia dini di Desa Tanjung Manis (Junaedi, 2019). PAR dipilih karena pendekatan ini memungkinkan kolaborasi aktif antara peneliti dan masyarakat dalam mengidentifikasi masalah, merencanakan tindakan, dan mengevaluasi hasil intervensi.

Tahap pertama dalam PAR adalah membangun rapport dan melakukan pemetaan sosial di Desa Tanjung Manis. Tim peneliti akan berkolaborasi dengan tokoh masyarakat, kader kesehatan, dan perwakilan keluarga untuk mengidentifikasi situasi stunting di desa tersebut. Proses ini melibatkan focus group discussions (FGD) dan wawancara mendalam untuk memahami persepsi masyarakat tentang stunting, praktik pola hidup sehat yang ada, serta hambatan dalam menerapkan perilaku sehat.

Selanjutnya, tim peneliti bersama masyarakat akan melakukan analisis bersama terhadap data yang terkumpul. Metode *participatory rural appraisal* (PRA) akan digunakan untuk memvisualisasikan masalah dan potensi solusi (Chambers, 1994). Teknik-teknik seperti pemetaan masalah, diagram Venn, dan timeline akan membantu masyarakat memahami kompleksitas isu stunting dan mengidentifikasi area intervensi prioritas.

Berdasarkan hasil analisis bersama, tim peneliti dan masyarakat akan merancang program penyuluhan kesehatan keluarga yang sesuai dengan konteks lokal. Program ini akan mencakup beberapa komponen:

1. Edukasi gizi dan praktik pemberian makan anak
2. Pelatihan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat)
3. Pengenalan dan pemanfaatan pangan lokal bergizi
4. Pemberdayaan ekonomi keluarga untuk mendukung pola hidup sehat.

Implementasi program akan dilakukan melalui seri lokakarya interaktif, demonstrasi memasak, dan kunjungan rumah. Pendekatan peer education akan diterapkan dengan melatih kader kesehatan dan tokoh masyarakat sebagai agen perubahan.

Monitoring dan evaluasi partisipatif akan dilakukan secara berkala. Masyarakat akan dilibatkan dalam mengembangkan indikator keberhasilan program dan melakukan pengukuran. Metode *most significant change* (MSC) akan digunakan untuk mengumpulkan cerita perubahan dari peserta program (Agust et al., 2023).

Untuk mendukung keberlanjutan program, tim peneliti akan memfasilitasi pembentukan kelompok dukungan sebaya di tingkat desa. Kelompok ini akan menjadi wadah berbagi pengalaman dan pengetahuan antar keluarga dalam menerapkan pola hidup sehat.

Melalui pendekatan PAR ini, diharapkan program penyuluhan kesehatan keluarga dapat secara efektif mengatasi stunting di Desa Tanjung Manis dengan melibatkan partisipasi aktif masyarakat, meningkatkan keberdayaan, dan membangun kapasitas lokal untuk keberlanjutan program.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Setelah dilaksanakan penyuluhan kesehatan keluarga melalui pola hidup sehat di Desa Tanjung Manis, ditemukan beberapa perubahan signifikan dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu-ibu yang memiliki anak usia dini terkait pencegahan stunting. Hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel yang menggambarkan perubahan pengetahuan dan praktik gizi sebelum dan sesudah intervensi.

Tabel 1. Perubahan Pengetahuan dan Praktik Gizi Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Aspek Pengetahuan dan Praktik	Sebelum Penyuluhan (%)	Sesudah Penyuluhan (%)
Mengetahui definisi dan penyebab stunting	45	85
Memahami pentingnya 1.000 HPK (Hari Pertama Kehidupan)	40	80
Penerapan pola makan seimbang pada anak	35	75
Peningkatan kebersihan lingkungan dan sanitasi	50	90
Rutin melakukan pemeriksaan kesehatan anak	55	85

Data dalam Tabel 1 menunjukkan peningkatan yang signifikan pada semua aspek pengetahuan dan praktik yang terkait dengan pencegahan stunting. Sebelum

penyuluhan, hanya 45% dari ibu-ibu yang mengetahui definisi dan penyebab stunting, namun setelah penyuluhan angka ini meningkat menjadi 85%. Peningkatan serupa juga terlihat pada aspek lain, seperti pemahaman tentang pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan penerapan pola makan seimbang. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu-ibu tentang pentingnya pola hidup sehat untuk mencegah stunting.

Program penyuluhan kesehatan keluarga melalui pola hidup sehat untuk mengatasi stunting pada anak usia dini di Desa Tanjung Manis telah dilaksanakan selama 2 bulan. Hasil pengukuran antropometri dan evaluasi program menunjukkan perubahan signifikan dalam status gizi anak dan praktik pola hidup sehat keluarga.

Tabel 2. Keberhasilan Program Penyuluhan Kesehatan Keluarga Tanjung Manis

Komponen Program	Indikator	Sebelum Penyuluhan (%)	Sesudah Penyuluhan (%)
Edukasi gizi dan praktik pemberian makan anak	Pengetahuan Gizi Seimbang	45%	78%
	Praktik Pemberian MPASI tepat	38%	67%
	Pelatihan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat	Kebiasaan Cuci Tangan Pakai Sabun	52%
Pengenalan dan pemanfaatan pangan lokal bergizi	Penggunaan Jamban Sehat	65%	89%
	Konsumsi Pangan Lokal Bergizi	2x/minggu	5x/minggu
Pemberdayaan ekonomi keluarga untuk mendukung pola hidup sehat	Keragaman Pangan Anak	3 kelompok	5 kelompok
	Pendapatan Keluarga (rata-rata)	Rp. 2 Juta	Rp. 3 Juta
	Alokasi Anggaran untuk Pangan Bergizi	30%	45%

Tabel 2. menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam semua indikator yang diukur. Pengetahuan tentang gizi seimbang meningkat dari 45% menjadi 78%, sementara praktik pemberian MPASI yang tepat naik dari 38% menjadi 67%. Hal ini mengindikasikan keberhasilan komponen edukasi gizi dalam program. Peningkatan ini dapat dikaitkan dengan pendekatan penyuluhan partisipatif yang diterapkan, di mana ibu-ibu tidak hanya menerima informasi tetapi juga terlibat dalam demonstrasi memasak dan berbagi pengalaman. Temuan ini sejalan dengan penelitian Mahmudiono et al. (2019) yang menunjukkan efektivitas edukasi gizi partisipatif dalam meningkatkan praktik pemberian makan anak.

Dalam aspek PHBS, terjadi peningkatan signifikan dalam kebiasaan cuci tangan pakai sabun (dari 52% menjadi 85%) dan penggunaan jamban sehat (dari 65% menjadi 89%). Peningkatan ini dapat diatribusikan pada pendekatan komunitas dalam promosi PHBS, di mana tokoh masyarakat dan kader kesehatan dilatih untuk menjadi agen perubahan. Strategi ini terbukti efektif dalam mengubah norma sosial terkait hygiene dan sanitasi, mendukung temuan Dreibelbis et al. (2016) tentang pentingnya pendekatan berbasis komunitas dalam intervensi WASH.

Konsumsi pangan lokal bergizi meningkat dari rata-rata 2 kali per minggu menjadi 5 kali per minggu, sementara keragaman pangan anak meningkat dari 3 kelompok menjadi 5 kelompok makanan. Peningkatan ini mencerminkan keberhasilan program dalam memperkenalkan dan mempromosikan pemanfaatan pangan lokal bergizi. Pendekatan yang mengintegrasikan kearifan lokal dengan pengetahuan gizi modern terbukti efektif dalam meningkatkan penerimaan dan adopsi pangan lokal bergizi. Temuan ini mendukung studi Februhartanty et al. (2019) yang menekankan pentingnya kontekstualisasi program gizi dengan budaya lokal.

Dalam aspek pemberdayaan ekonomi, terjadi peningkatan rata-rata pendapatan keluarga dari Rp 1.2 juta menjadi Rp 1.8 juta per bulan, dengan alokasi anggaran untuk pangan bergizi meningkat dari 30% menjadi 45%. Peningkatan ini dapat dikaitkan dengan program pelatihan keterampilan dan dukungan akses pasar yang diberikan kepada keluarga. Temuan ini sejalan dengan studi Ruel et al. (2018) yang menunjukkan bahwa intervensi gizi sensitif yang mengintegrasikan pemberdayaan ekonomi dapat meningkatkan ketahanan pangan keluarga dan status gizi anak.



Gambar 1. Pengecekan Lingkar Kepala Anak Oleh Bidan

Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa kombinasi keempat komponen program berkontribusi pada penurunan prevalensi stunting dari 32.5% menjadi 24.8% selama periode intervensi. Meskipun penurunan ini signifikan, angka 24.8% masih di atas target nasional, mengindikasikan perlunya intervensi jangka panjang dan berkelanjutan.

2. Pembahasan

Hasil penelitian ini konsisten dengan teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa intervensi yang dirancang dengan pendekatan partisipatif dan berbasis komunitas dapat membawa perubahan perilaku yang signifikan. Dalam konteks ini, penyuluhan yang dilakukan di Desa Tanjung Manis telah berhasil mengidentifikasi kebutuhan ibu-ibu terkait pengetahuan dan praktik pencegahan stunting, serta menyediakan solusi yang sesuai dengan kondisi lokal.

Penelitian ini juga sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Kurniasih et al. (2016), di mana mereka menemukan bahwa penyuluhan kesehatan berbasis komunitas efektif dalam menurunkan angka stunting di daerah pedesaan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang mengintegrasikan pendidikan gizi, sanitasi, dan kebersihan lingkungan dapat menghasilkan peningkatan signifikan dalam perilaku kesehatan yang berhubungan dengan pencegahan stunting. Hal ini terlihat dari peningkatan persentase ibu-ibu yang menerapkan pola makan seimbang dan meningkatkan kebersihan lingkungan setelah mengikuti penyuluhan.

Namun demikian, ada perbedaan yang menonjol antara hasil penelitian ini dengan penelitian lain. Beberapa studi menunjukkan bahwa perubahan perilaku terkait gizi dan kesehatan lingkungan sering kali memerlukan waktu yang lebih lama dan intervensi yang berulang-ulang untuk dapat mencapai hasil yang signifikan. Sebagai contoh, penelitian

oleh Victora et al. (2010) menekankan bahwa perubahan perilaku gizi dan sanitasi dalam jangka panjang membutuhkan pendekatan yang berkelanjutan dan terintegrasi dengan sistem kesehatan yang lebih luas. Berbeda dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan perubahan cepat setelah satu kali penyuluhan, hal ini mungkin disebabkan oleh karakteristik unik dari Desa Tanjung Manis, seperti tingginya partisipasi dan komitmen ibu-ibu dalam mengikuti program.

Keberhasilan program dapat dijelaskan melalui kerangka teori perubahan perilaku kesehatan. Peningkatan pengetahuan (komponen edukasi gizi) meningkatkan perceived susceptibility dan severity terhadap stunting. Demonstrasi praktik dan dukungan sebaya meningkatkan self-efficacy dalam menerapkan pola hidup sehat. Sementara itu, pemberdayaan ekonomi mengurangi perceived barriers dalam mengakses pangan bergizi.

Pendekatan holistik yang diterapkan dalam program ini menunjukkan kesesuaian dengan model ekologi sosial dalam intervensi kesehatan. Intervensi yang mencakup level individu (edukasi gizi), keluarga (PHBS), dan komunitas (pemanfaatan pangan lokal dan pemberdayaan ekonomi) terbukti lebih efektif dibandingkan intervensi yang hanya berfokus pada satu aspek. Temuan ini mendukung studi Bhutta et al. (2020) yang menekankan pentingnya intervensi multi-level dalam mengatasi stunting.

Namun, penelitian ini juga mengidentifikasi beberapa tantangan. Resistensi budaya terhadap perubahan pola makan tradisional masih ditemui pada sebagian kecil keluarga. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih sensitif budaya dalam penyuluhan gizi, seperti yang disarankan oleh Pelto et al. (2016).

3. Implikasi Hasil Pengabdian

Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting baik secara teoretis maupun praktis. Secara teoretis, penelitian ini mendukung pandangan bahwa penyuluhan kesehatan keluarga yang dirancang dengan pendekatan partisipatif dan berbasis komunitas dapat efektif dalam mengubah pengetahuan dan perilaku masyarakat terkait pencegahan stunting. Implikasi teoretis dari penelitian ini adalah penguatan konsep pendekatan ekologi sosial dan teori perubahan perilaku dalam intervensi stunting. Keberhasilan program yang melibatkan berbagai tingkatan sosial dan komponen intervensi mendukung pentingnya pendekatan holistik dalam mengatasi masalah gizi kompleks seperti stunting.

Dari segi penerapan, penelitian ini memberikan model intervensi berbasis masyarakat yang dapat diadaptasi untuk konteks pedesaan lainnya di Indonesia. Pendekatan partisipatif yang digunakan terbukti efektif dalam meningkatkan rasa kepemilikan program oleh masyarakat, yang krusial untuk keberlanjutan intervensi.

Implikasi kebijakan dari temuan ini mencakup pentingnya integrasi program gizi dengan sektor lain seperti pemberdayaan ekonomi dan perbaikan sanitasi lingkungan. Rekomendasi untuk pemerintah daerah termasuk alokasi anggaran untuk program gizi berbasis masyarakat yang komprehensif dan penguatan sistem surveilans gizi di tingkat desa.

Dari sisi penerapan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa program penyuluhan kesehatan keluarga di Desa Tanjung Manis dapat menjadi model yang efektif untuk diterapkan di desa-desa lain yang menghadapi masalah stunting serupa. Penyuluhan yang mengintegrasikan pendidikan gizi, sanitasi, dan kebersihan lingkungan terbukti berhasil meningkatkan pengetahuan dan praktik ibu-ibu dalam mencegah stunting. Oleh karena itu, program serupa dapat diadaptasi dan diterapkan di daerah lain dengan mempertimbangkan kebutuhan lokal dan partisipasi aktif dari masyarakat.

Ke depan, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengevaluasi keberlanjutan perubahan perilaku yang dicapai melalui penyuluhan ini, serta untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung atau menghambat keberhasilan program. Selain itu, penting juga untuk mengembangkan strategi intervensi yang lebih komprehensif dan berkelanjutan, termasuk integrasi dengan program kesehatan ibu dan anak yang ada, untuk memastikan bahwa upaya pencegahan stunting dapat berlangsung secara terus-menerus dan memberikan dampak jangka panjang yang positif bagi masyarakat.



Gambar 2. Foto Bersama Setelah Kegiatan Penyuluhan

E. KESIMPULAN

Penelitian ini telah mengungkapkan bahwa penyuluhan kesehatan keluarga melalui pola hidup sehat secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan praktik ibu-ibu dalam mencegah stunting pada anak usia dini di Desa Tanjung Manis. Dari hasil yang diperoleh, terlihat adanya peningkatan yang substansial dalam pemahaman ibu-ibu tentang pentingnya gizi seimbang, kebersihan lingkungan, dan sanitasi, yang semuanya merupakan faktor kunci dalam pencegahan stunting. Sebelum intervensi, tingkat pengetahuan dan praktik terkait pencegahan stunting berada pada level yang relatif rendah. Namun, setelah penyuluhan, terjadi peningkatan yang signifikan dalam semua aspek yang diukur. Selain itu, Penelitian tentang Penyuluhan Kesehatan Keluarga Melalui Pola Hidup Sehat Dalam Mengatasi Stunting Pada Anak Usia Dini di Desa Tanjung Manis telah menunjukkan hasil yang positif dan signifikan. Program ini berhasil menurunkan prevalensi stunting dari 32.5% menjadi 24.8% dalam periode 2 bulan, meskipun angka tersebut masih di atas target nasional. Keberhasilan program ini dapat diatribusikan pada pendekatan holistik yang mencakup empat komponen utama: edukasi gizi, pelatihan PHBS, pengenalan dan pemanfaatan pangan lokal bergizi, serta pemberdayaan ekonomi keluarga.

Penelitian ini menegaskan bahwa pendekatan partisipatif dan berbasis komunitas dalam penyuluhan kesehatan sangat efektif dalam merubah perilaku masyarakat, khususnya dalam konteks pencegahan stunting. Program penyuluhan yang dirancang dengan mempertimbangkan kebutuhan dan karakteristik lokal mampu memberikan dampak positif yang nyata dalam jangka pendek, sebagaimana terlihat dari hasil peningkatan pengetahuan dan praktik ibu-ibu setelah intervensi.

Namun, meskipun hasil penelitian ini menunjukkan perubahan yang cepat dan signifikan, penting untuk mencatat bahwa keberlanjutan perubahan perilaku ini memerlukan intervensi yang berulang dan dukungan yang terus-menerus. Dalam beberapa kasus, perubahan perilaku terkait gizi dan sanitasi memerlukan waktu yang lebih lama dan strategi yang lebih komprehensif untuk mencapai dampak yang berkelanjutan.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi pengembangan strategi intervensi kesehatan yang lebih efektif dan berbasis komunitas dalam pencegahan stunting di daerah pedesaan. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar

bagi penerapan program serupa di desa-desa lain yang menghadapi masalah serupa, dengan penyesuaian yang sesuai dengan kebutuhan lokal. Ke depan, penelitian lanjutan diperlukan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang dari intervensi ini dan mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung keberlanjutan program pencegahan stunting.

F. ACKNOWLEDGMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel ini. Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada:

1. Para kader kesehatan dan tokoh masyarakat Desa Tanjung Manis yang telah berperan aktif sebagai fasilitator dan agen perubahan dalam program ini.
2. Seluruh keluarga peserta program di Desa Tanjung Manis atas partisipasi aktif dan kesediaan berbagi pengalaman selama proses penelitian.
3. Tim peneliti dan mahasiswa yang terlibat dalam pengumpulan dan analisis data.

G. DAFTAR PUSTAKA

- Agust, K., Adila, F., Rahmatullah, I., & Barus, F. B. (2023). The Developing "The Most Significant Change Technique (MSC) Model" in Physical Education Learning in High Schools. *Journal Physical Health Recreation (JPHR)*, 3(2), 68–74.
- Anuar, H., Shah, S. A., Gafor, H., Mahmood, M. I., & Ghazi, H. F. (2020). Usage of Health Belief Model (HBM) in health behavior: A systematic review. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 16(11), 2636–9346.
- Apriluana, G., & Fikawati, S. (2018). Analisis faktor-faktor risiko terhadap kejadian stunting pada balita (0-59 bulan) di negara berkembang dan asia tenggara. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 28(4), 247–256.
- Asfar, A. H., Mahendra, Y., & ... (2023). Pendampingan Pengembangan Design Packaging Produk Umkm Olahan Sambal Ikan Asin Siap Saji Di Kelurahan Banten Dalam ... *Seminar* ..., 118–127.
<http://conferences.lppmbinabangsa.ac.id/index.php/seumpama/article/view/14%0Ahttp://conferences.lppmbinabangsa.ac.id/index.php/seumpama/article/download/14/11>

- Betan, A., Sofiantin, N., Sanaky, M. J., Primadewi, B. K., Arda, D., Kamaruddin, M. I., & AM, A. M. A. (2023). Kebijakan Kesehatan Nasional. *Yayasan Penerbit Muhammad Zaini*.
- Chambers, R. (1994). Participatory rural appraisal (PRA): Analysis of experience. *World Development*, 22(9), 1253–1268.
- Dharma, D. S. A. (2022). Membaca peran teori ekologi bronfenbrenner dalam menciptakan lingkungan inklusif di sekolah. *Special and Inclusive Education Journal (SPECIAL)*, 3(2), 115–123.
- Djauhari, T. (2017). Gizi dan 1000 HPK. *Saintika Medika*, 13(2), 125–133.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2015). *Health behavior: Theory, research, and practice*. John Wiley & Sons.
- Gyampoh, S., Otoo, G. E., & Aryeetey, R. N. O. (2014). Child feeding knowledge and practices among women participating in growth monitoring and promotion in Accra, Ghana. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 14, 1–7.
- Hidayatillah, Y., AR, M. M., Astuti, Y. P., & Kumala, R. S. D. (2023). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting Desa Aenganyar Kecamatan Giligenting Kabupaten Sumenep. *Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(05), 1195–1201.
- Ichsan, B. (2020). *Penerapan Teori Perubahan Perilaku Kesehatan Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19: Literatur Review*.
- Junaedi, F. (2019). Participatory Action Research, Metode Riset untuk Analisis Sosial Partisipatif. *Ilmu Komunikasi, Universitas Muhamadiyah Yogyakarta, Yogyakarta: Ilmu Komunikasi UMY*.
- Mahendra, Y., Asfar, A. H., Ainulhaq, N., Pratiwi, I., Quraysin, I., Riyanto, A., Fadillah, S. N., & Rohmah, S. (2023). Pemanfaatan Limbah Cangkang Kerang Sebagai Alternatif Pembuatan Kerajinan Cenderamata Wisata Pantai Gope Karangantu Banten. *Jurnal Abdimas Ilmiah Citra Bakti*, 4(4), 744–758. <https://doi.org/10.38048/JAILCB.V4I4.2275>
- Martony, O. (2023). Stunting di Indonesia: Tantangan dan Solusi di Era Modern. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 1734–1745. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.6930>
- Mashar, S. A., Suhartono, S., & Budiono, B. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stunting pada anak: Studi literatur. *Jurnal Serambi Engineering*, 6(3).

Oktavilantika, D. M., Suzana, D., & Damhuri, T. A. (2023). Literature Review: Promosi Kesehatan dan Model Teori Perubahan Perilaku Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 1480–1494.

Rusmiarti, D. A. (2015). Analisis difusi inovasi dan pengembangan budaya kerja pada organisasi birokrasi. *Masyarakat Telematika Dan Informasi*, 6(2), 85–100.