

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Mengenai PHBS Sebagai Upaya Meningkatkan Imunitas Dalam Mencegah Stunting Di SDN Sukamanah II

Riyad Rahmatillah¹, Anindha Nur Miladhiyah¹, Aura Khansa Zean Putri¹, Iis Aisyah¹

¹Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Pendidikan Indonesia

riyadrahmatillah@upi.edu

Abstrak: Stunting merupakan permasalahan kesehatan serius di Indonesia yang dipengaruhi oleh kurangnya asupan gizi, sanitasi yang buruk, serta tingginya angka infeksi pada anak. Kejadian stunting di Indonesia 21,6% pada tahun 2022 dan di Provinsi Jawa Barat sebesar 20,2% dengan kejadian stunting tertinggi yaitu di Kabupaten Sumedang sebesar 27,6%. Pencegahannya tidak hanya meliputi perbaikan gizi, tetapi juga penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa siswi SDN Sukamanah II mengenai pentingnya PHBS sebagai langkah pencegahan stunting melalui pendidikan kesehatan dan kegiatan gotong royong membersihkan lingkungan sekolah. Metode penelitian yang digunakan adalah pre-experimental dengan desain one-group pretest-posttest dengan intervensi berupa ceramah dan demonstrasi tentang PHBS. Sebanyak 40 siswa kelas 5 dan 6 menjadi responden dalam penelitian ini. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test menggunakan kuesioner. Hasil analisis dengan uji paired sample T-test menunjukkan nilai signifikansi <0.001 , yang berarti terdapat perbedaan signifikan dalam tingkat pengetahuan siswa siswi sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Rata-rata nilai pengetahuan meningkat dari 8.025 menjadi 9.125 setelah diberikan pendidikan kesehatan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa pendidikan kesehatan berbasis ceramah dan demonstrasi efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa siswi tentang PHBS dan pengelolaan sampah, yang berkontribusi pada upaya pencegahan stunting.

Kata kunci : PHBS, Stunting, Imunitas, Pendidikan Kesehatan

PENDAHULUAN

Stunting menjadi salah satu masalah kesehatan yang cukup serius di Indonesia. Stunting adalah keadaan dimana pertumbuhan anak terhambat, sehingga membuat tinggi badannya lebih rendah dari rata-rata usianya (Sari et al., 2024). Stunting umumnya disebabkan oleh beberapa faktor, seperti ketidakcukupan gizi, kondisi sanitasi yang kurang baik, dan tingginya kejadian infeksi pada anak (Yunus. et al., 2024). Dampak yang terjadi pada anak tidak hanya pada pertumbuhan fisik saja tetapi juga perkembangan pada kecerdasan, kekebalan tubuh (imunitas) dan kualitas hidupnya di masa depan (Hardono et al., 2024).

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO, 2024), prevalensi stunting di dunia stunting hampir berkurang setengahnya dari 40,2% (259 juta anak) pada tahun 1990 menjadi 22,3% (148 juta anak) yang mengalami stunting pada tahun 2022. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018), prevalensi stunting di Indonesia masih tergolong masih tinggi, dengan angka sekitar 30,8% anak yang mengalami stunting. Bahkan data terbaru dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI, 2022), prevalensi stunting di Indonesia adalah 21,6% dengan jumlah 4,5 juta anak yang mengalami stunting sedangkan prevalensi stunting di Provinsi Jawa Barat sebesar 20,2%. Pada kabupaten/kota di Jawa Barat dengan prevalensi stunting tertinggi yaitu Kabupaten Sumedang sebesar 27,6% anak yang mengalami stunting. Hal tersebut masih jauh dari target pemerintah dan pemerintah menargetkan angka stunting menurun sampai 14% pada tahun 2024.

Tingginya angka stunting disebabkan oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, sehingga diperlukan adanya pencegahan dan penanganan stunting yang melibatkan berbagai cabang ilmu pengetahuan (Chairani et al., 2023). Pencegahan dan penanganan stunting tidak hanya berfokus pada perbaikan gizi saja melainkan juga harus mempertimbangkan aspek lain, seperti pola hidup, sanitasi, dan kebersihan lingkungan karena jika dari ketiga aspek tersebut tidak sehat dan kurang baik maka akan menjadi faktor pemicu terjadi peningkatan angka stunting. Maka dari itu, pencegahan atau penanganan stunting salah satunya dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari (Sari et al., 2024).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah perilaku yang mencakup kebiasaan seperti mencuci tangan dengan 6 langkah, menjaga kebersihan lingkungan, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, serta penggunaan sanitasi yang baik (Turnip et al., 2024). Menurut World Health Organization (WHO, 2021), PHBS yang baik dapat mencegah infeksi dan penyakit yang berdampak pada penyerapan gizi tubuh, serta dapat mendukung sistem kekebalan tubuh (imunitas) yang lebih baik sehingga bisa berperan penting dalam pencegahan stunting. Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) khususnya pada anak usia sekolah bisa menjadi suatu upaya untuk meningkatkan kesehatan dengan membiasakan dengan menerapkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) agar dapat mencegah berbagai jenis penyakit, baik yang menular maupun tidak menular (Sari et al., 2024).

Penerapan PHBS di SDN Sukamanah II masih kurang baik karena sesuai dengan hasil survei yang kami lakukan selama di Desa Sukamanah, Kecamatan Rancakalong, Kabupaten Sumedang pada lingkungan sekitar sekolah tampak banyak tumpukan sampah yang belum dikelola dengan baik. Kondisi tersebut dapat membuat potensi lingkungan yang tidak sehat bahkan menimbulkan berbagai macam penyakit yang bisa berdampak bagi siswa. Maka dari itu, SDN Sukamanah II membutuhkan pendidikan kesehatan dan tindakan nyata mengenai kebersihan di lingkungan sekolah. Pendidikan kesehatan bagi usia anak sekolah bertujuan untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat, sehingga mereka bisa menjaga kesehatan diri sendiri dan lingkungan sekitarnya (Liana et al., 2024).

Berdasarkan hal tersebut, kami menemukan pemecahan masalah yang ada di SDN Sukamanah II yaitu dengan melakukan pendidikan kesehatan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah sebagai upaya pencegahan stunting. Pendidikan kesehatan ditujukan kepada siswa kelas 5 dan 6 yang memiliki peran aktif dalam mempengaruhi lingkungan disekitarnya. Kami juga mengajak warga sekolah dalam pembuatan lubang sampah sementara sebagai media demonstrasi agar siswa bisa belajar memilah dan mengolah sampah dengan baik dan sesuai, serta melakukan gotong royong membersihkan lingkungan sekitar sekolah. Oleh karena itu, dengan kami melakukan pendidikan kesehatan dan mengajak warga sekolah SDN Sukamanah II

gotong royong bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa maupun warga yang ada di lingkungan sekolah tentang pentingnya menjaga kebersihan lingkungan sebagai langkah pencegahan stunting. Dengan salah satunya melibatkan siswa juga secara aktif dalam pendidikan kesehatan dan gotong royong membersihkan lingkungan, diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang sehat dan bersih bagi pertumbuhan, perkembangan, dan kekebalan tubuh pada anak-anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode pre-experimental dengan desain one-group pretest-posttest untuk mengukur pengaruh pendidikan kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap peningkatan imunitas dalam mencegah stunting di SDN Sukamanah II. Penelitian dilakukan di SDN Sukamanah II, Desa Sukamaju, Kecamatan Rancakalong, Kabupaten Sumedang. Sampel penelitian terdiri dari 40 siswa (20 siswa kelas 5 dan 20 siswa kelas 6) yang dipilih secara purposive sampling.

Penelitian diawali dengan observasi kondisi kebersihan sekolah dan kebiasaan siswa dalam menerapkan PHBS. Selanjutnya, dilakukan persiapan dengan menyusun materi edukasi berupa PowerPoint, tempat dan lubang sampah anorganik dan organik sebagai media demonstrasi serta pembuatan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dengan jumlah 10 soal dengan kategori 'ya' untuk jawaban benar dan 'tidak' untuk jawaban salah. Setelah memperoleh izin dari pihak sekolah, siswa diberikan pre-test untuk mengetahui tingkat pemahaman awal mereka tentang PHBS dan kaitannya dengan imunitas serta pencegahan stunting.

Kegiatan edukasi dilakukan melalui ceramah interaktif selama 30 menit, tanya jawab selama 15 menit, dan dilanjutkan dengan 10 menit demonstrasi cara pengelolaan sampah organik dan anorganik. Selain itu, siswa diajak berpartisipasi dalam kegiatan gotong royong membersihkan lingkungan sekolah sebagai bagian dari penerapan PHBS secara langsung.

Setelah edukasi, siswa diberikan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan mereka. Selain itu, dilakukan observasi lanjutan terhadap kebersihan lingkungan sekolah dan pemantauan kesehatan siswa. Kemudian data penelitian dianalisis menggunakan perangkat lunak JASP for Windows versi 0.19.1 dengan uji paired t-test untuk membandingkan hasil pre-test dan post-test. Jika nilai $p < 0,05$, maka intervensi dianggap memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SDN Sukamanah II Desa Sukamaju, kecamatan Rancakalong dengan sampel yang digunakan sebanyak 40 responden. Penelitian dilakukan dengan intervensi berupa ceramah pendidikan kesehatan yang bertemakan "BERSATU LINTAR

Pendidikan Kesehatan dan Gotong Royong mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat". Pendidikan kesehatan dan Gotong Royong ini diikuti oleh peserta Siswa SDN Sukamanah II kelas 5 dan kelas 6. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner. Kuesioner terdiri dari 10 pertanyaan yang dijawab dengan dengan kategori 'ya' untuk jawaban benar dan 'tidak' untuk jawaban salah. Setiap responden akan memperoleh nilai untuk setiap pertanyaan yang dijawab yaitu menggunakan skor 1 untuk jawaban yang benar dan 0 untuk jawaban yang salah atau ganda atau juga tidak mengisi kuesioner.

Pengetahuan pada penelitian ini diukur dengan kuesioner sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Kegiatan yang dilakukan diawali dengan proses evaluasi tingkat pengetahuan peserta (Siswa SD kelas 5 dan 6), diberikan pretest kepada masing masing peserta. Selanjutnya setelah hasil pre-test dikumpulkan kembali, peserta diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan dengan metode ceramah media power point dan demonstrasi alat. Intervensi ini dilakukan sebanyak 1 kali pematerian dan demonstrasi. dimana satu pematerian dilakukan selama 30 menit, tanya jawab selama 15 menit, dan dilanjut dengan 10 menit demonstrasi cara pengelolaan sampah organik dan anorganik. Intervensi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran responden akan pentingnya mencegah sanitasi yang buruk guna menekan angka stunting yang terjadi di kecamatan Rancakalong maupun seluruh Indonesia serta untuk melihat pengaruh intervensi yang dilakukan terhadap perubahan tingkat pengetahuan responden antara pre-test dan post-test.



Gambar 1. Dokumentasi Pengerjaan kuesioner

Pendidikan kesehatan dilaksanakan dengan memberikan informasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta cara pengelolaan Sampah Organik dan Anorganik yang disampaikan oleh tim anggota kelompok 3 KKN Tematik UPI 2025. Pelaksanaan pendidikan kesehatan berjalan lancar, para peserta menyimak pematerian dengan baik serta sangat

antusias untuk bertanya langsung kepada pemateri mengenai pematerian yang telah disampaikan.



Gambar 2. Dokumentasi Pematerian



Gambar 3. Dokumentasi Demonstrasi

Adapun Intervensi dan Implementasi yang digunakan setelah pematerian dan demonstrasi adalah Pembuatan Lubang Sampah dengan 2 tempat yaitu tempat sampah Organik dan Anorganik serta Gotong Royong bersama siswa kelas 5, kelas 6 dan Tenaga Pendidik di SDN Sukamanah II. Intervensi ini disambut baik oleh pihak sekolah dan akan terus dilanjutkan terkait pembuatan lubang sampah serta meningkatkan kesadaran mengenai cara pengelolaan sampah Organik dan Anorganik untuk menghilangkan kebiasaan sanitasi yang buruk.



Gambar 4. Dokumentasi Gotong Royong



Gambar 5. Dokumentasi Lubang Sampah



Gambar 6. Dokumentasi Bersama

Uji Statistik Pretest dan Posttest

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan JASP For Windows versi 0.19.1. Sebelum dilakukan analisis data, data terlebih dahulu di distribusikan ke dalam Microsoft Excel. Setelah didistribusikan maka dilakukan analisis deskriptif yang selanjutnya dianalisis dengan analisis statistik paired t-test menggunakan data pre-test dan post-test untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan masyarakat mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta Cara Pengelolaan Sampah Organik dan Anorganik. Hasil dari Uji statistik dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 1. Hasil rata-rata pre-test dan post-test

<i>Descriptives</i>					
	N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
Pre	40	8.025	1.405	0.222	0.175
Post	40	9.125	0.822	0.130	0.090

Tabel 2. Hasil Uji Statistik Pre – Post

<i>Paired Samples T-Test</i>					
Measure 1	Measure 2	t	df	p	
Pre	Post	-5.364	39	< .001	
<i>Note. Student's t-test.</i>					

Pada tabel 2 didapatkan hasil uji statistik pre - post dengan menggunakan paired sample T-test. Didapatkan hasil nilai signifikansi <0.001 yang berarti nilai tersebut kurang dari 0,05 yang menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak sedangkan hipotesis alternatif (H_a) diterima yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan peserta tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta cara pengelolaan sampah organik dan anorganik. Hal

ini membuktikan bahwa intervensi yang diberikan dapat dijadikan cara untuk meningkatkan derajat kesehatan anak usia sekolah dasar. Pembuktian perbedaan sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan juga dapat dilihat pada hasil nilai mean, yaitu sebelum diberikan intervensi sebesar 8.025 dan setelah diberikan intervensi terjadi kenaikan sebesar 1.100 menjadi 9.125 dapat diartikan secara deskriptif bahwa terdapat perbedaan rata-rata hasil intervensi antara sebelum dan sesudah.

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pemahaman siswa siswi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan stunting, ditemukan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dalam tingkat pengetahuan siswa siswi setelah diberikan intervensi. Hasil uji statistik dengan paired sample T-test menunjukkan nilai signifikansi <0.001 , yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi dilakukan. Rata-rata nilai pre-test 8.025, sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan, nilai post-test meningkat menjadi 9.125. Dengan demikian, terdapat peningkatan sebesar 1.100 poin dalam pemahaman siswa siswi mengenai PHBS dan pengelolaan lingkungan.

SARAN

Dengan adanya artikel ini terdapat saran yaitu diharapkan :

1. Diharapkan adanya penelitian lebih lanjut dengan metode pendidikan kesehatan yang lebih variatif dan berulang, guna mengoptimalkan efektivitas dalam meningkatkan kesadaran siswa siswi terhadap PHBS.
2. Diharapkan sekolah dapat mengintegrasikan PHBS dalam kurikulum dan mengadakan kegiatan edukatif secara berkala agar siswa siswi semakin terbiasa menerapkan kebiasaan sehat dalam kehidupan sehari-hari.
3. Artikel ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya dan sebagai sumber bacaan yang bermanfaat bagi tenaga pendidik, orang tua, serta pihak yang ingin berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya PHBS dalam mencegah stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pendidikan kesehatan yang dilaksanakan pada tanggal 25 Januari 2025 di SDN Sukamanah II dapat terlaksanakan dengan baik berkat bantuan dari pihak-pihak yang bersangkutan. Untuk itu kami mengucapkan ucapan terimakasih kepada :

1. Tuhan yang Maha Esa, atas segala rahmatnya dan karunianya.

2. Ibu Hj. Iis Aisyah, M.M., M.Kep Selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta masukan yang berharga selama proses penelitian ini berlangsung.
3. Pihak sekolah beserta kepala sekolah, guru, dan staf SDN Sukamanah II yang telah memberikan izin serta dukungan dalam melaksanakan kegiatan edukasi di lingkungan sekolah ini.
4. Kepada seluruh panitia kelompok 3 yang telah membantu mensukseskan kegiatan di SDN Sukamanah II.

REFERENSI

- Chairani, Miftah, Akbar, & Fajar. (2023). Pencegahan Stunting Melalui Perilaku Hidup Bersih Dan Sanitasi. *Communnity Development Journal*, 4(6), 11956–11960.
- Hardono, J, Lestari, & S. (2024). Pentingnya Pencegahan Stunting Dalam Rangka Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Yang Optimal. *Journal of Social Sciences and ...*, 5(1), 34–41. <https://ejurnal.teknokrat.ac.id/index.php/JSSTCS/article/view/3424%0Ahttps://ejurnal.teknokrat.ac.id/index.php/JSSTCS/article/download/3424/1441>
- Liana, I, S., Agustiani, & D, M. (2024). Penyuluhan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Sekolah Dasar. *NGABDI: Scientific Journal of ...*, 2, 37–44. <https://journal.csspublishing.com/index.php/ngabdi/article/view/671>
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In Lembaga Penerbit Balitbangkes (p. hal 156).
- Sari, Y., Dzakiyyah, ; Qonita Nailurrahmah; Arifatul, Gisella, Z. Z. A. N. L. M. D. K. D., Krisyandi, I. I. B. M. J. M. N. B., & Lubis, S. A. G. (2024). Edukasi dan Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di SDN 1 &2 Plosorejo. ... *Empowerment Journal*, 4(1), 1–8. <https://jurnal.uns.ac.id/sse/article/view/78300%0Ahttps://jurnal.uns.ac.id/sse/article/view/File/78300/44821>
- SSGI. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Kemenkes, 1–150.
- Turnip, O. N., Sri, N., Praja, R. K., Furtuna, D. K., & Raya, U. P. (2024). Penerapan Perilaku Hidup Sehat dan Bersih dalam Penurunan Angka Stunting di Sekolah Dasar Wilayah Tangkiling Palangka Raya. 5(1), 62–72.
- WHO. (2021). World health sWORLD HEALTH ORGANIZATION - World health statistics 2021. ISBN: 9789240027053. In *Pharmacognosy Magazine* (Vol. 75, Issue 17).
- WHO. (2024). World health sWORLD HEALTH ORGANIZATION - World health statistics 2024. ISBN 9789240094703. *tatistics 2024*.
- Yunus., M, M., A. sastia et al. A., Sainuddin, I. M., & Fadli, S. (2024). Hubungan Sanitasi Lingkungan Keluarga Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Health and Medical Journal*, 15(2), 269–276. <https://doi.org/10.33854/heme.v6i1.1369>