

Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dan Pencegahan Stunting Di Pondok Pesantren Sunan Muria Darul Falah Kecamatan Baradatu Kabupaten Way Kanan

Roza Mulyani^{1*}, Sutrio²

^{1,2}Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang, Bandar Lampung

Email: roza.mulyani@poltekkes-tjk.ac.id ^{1*}

Abstrak

Upaya pencegahan stunting bukan saja tanggung jawab institusi kesehatan saja, tetapi keberhasilan upaya tersebut tidak terlepas dari kerjasama lintas sektor. Pesantren merupakan salah satunya Lembaga Pendidikan keagamaan yang bisa diberdayakan. Pesantren dapat menjadi fondasi yang kuat bagi penggalakan gerakan masyarakat hidup sehat terutama bagi santri dan pengurusnya. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah terlaksananya kegiatan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Stunting di Pesantren Sunan Muria Darul Falah Kecamatan Baradatu. Metode pelaksanaan dengan Sosialisasi di Pesantren kepada 28 santriwati serta pengurus pesantren. Pelaksanaan pada tanggal 8 Maret 2022 di Pondok Pesantren Sunan Muria Darul Falah Kecamatan Baradatu. Hasil yang diperoleh dari kegiatan sosialisasi ini adalah terjalinnya kerjasama antara Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang dengan Pesantren Sunan Muria Darul Falah Kecamatan Baradatu dalam rangka pembentukan Pos Kesehatan Pesantren (Poskestren) dan pembinaan pesantren.

Keywords: *Stunting, PHBS, Sosialisasi*

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara dengan permasalahan gizi yang masih tinggi terutama kasus gizi pada remaja yang dikenal dengan istilah (triple burden) yaitu stunting, wasting dan obesitas serta kekurangan zat gizi mikro seperti anemia. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 25,7% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja usia 16- 18 tahun dengan status gizi pendek dan sangat pendek. Selain itu terdapat 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Sedangkan prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun (Kemenkes RI, 2018). Hampir 50% santri usia remaja pondok pesantren memiliki PHBS yang tergolong kurang berdasarkan indikator personal hygiene (Fatmawati dan Saputra, 2016).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Kemenkes RI, 2011). Penyebab masalah gizi adalah multifaktor oleh karena itu, pendekatan penanggulangannya

harus melibatkan berbagai sektor yang terkait dan tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis serta pelayanan kesehatan saja. Ditinjau dari sudut pandang epidemiologi, masalah gizi sangat dipengaruhi oleh faktor pejamu, agens dan lingkungan. Faktor pejamu meliputi fisiologi, metabolisme dan kebutuhan zat gizi. Faktor agens meliputi zat gizi yaitu zat gizi makro seperti karbohidrat, protein dan lemak, serta zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral. Faktor lingkungan (makanan) meliputi bahan makanan, pengolahan, penyimpanan, penghidangan dan higienis, serta sanitasi makanan (Supariasa dkk, 2013). Masalah gizi harus ditangani sejak dini. Berat badan adalah indikator pertama yang dapat dilihat ketika seseorang mengalami kurang gizi. Kurang gizi akan mengakibatkan hambatan pertumbuhan tinggi badan dan akhirnya dalam jangka panjang berdampak buruk bagi perkembangan mental-intelektual individu.

Angka stunting di Indonesia >20%. Stunting menjadi isu prioritas nasional yang harus diupayakan program pencegahannya diberbagai sektor termasuk di Pesantren. Pondok Pesantren telah menjadi salah satu promosi kesehatan yang potensial dalam upaya pencegahan stunting khususnya di usia produktif (Qomaruddin, Siswantara, & Muthmainnah, 2020). Pondok pesantren adalah lembaga pendidikan Islam yang unik, tertua dan terus berkembang. Sejak puluhan tahun silam, pesantren telah mencatatkan kiprahnya untuk turut membangun Bangsa Indonesia. Oleh karena peran strategisnya itulah, pondok pesantren dapat menjadi fondasi yang kuat bagi penggalakan gerakan masyarakat hidup sehat dan pencegahan stunting. Penting bagi santri untuk mulai mengenal pola hidup terutama pola makan yang sehat sedari dini (Sofia & Susilo, 2020).

Pesantren sehat bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya kesehatan, berkaitan dengan usia para santri dan juga isu-isu kesehatan prioritas nasional seperti Germas, eliminasi TBC, cegah stunting dan peningkatan cakupan imunisasi di kalangan masyarakat pesantren. Kegiatannya diselaraskan dengan agenda bersama Kementerian Kesehatan seperti pembinaan kesehatan lingkungan pondok pesantren, orientasi santri penggerak GERMAS, kampanye Isi Piringku, eliminasi TBC, penerapan perilaku hidup bersih dan sehat, tidak merokok, cuci tangan pakai sabun serta aktivitas fisik dengan menggunakan metode yang dikembangkan bersama Kementerian Kesehatan (Supit, 2019).

Pondok pesantren Sunan Muria Darul Falah berlokasi di Desa Sukosari Kec. Baradatu Kab. Way Kanan Propinsi Lampung, yang terdiri dari santri putri dengan jumlah kurang lebih 28 orang. Pondok pesantren merupakan sebuah tempat tinggal santri dalam mencari ilmu yang

mengharuskan para santri untuk bermukim di pesantren dan mengikuti semua kegiatan yang diadakan pondok pesantren.

Harapannya pesantren dapat berperan serta dalam memperbaiki kesehatan lingkungannya. Karena kalau santri sehat akan berprestasi dan akan menjadi agent of change di keluarga maupun di masyarakat. Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat pada santri di beberapa Pondok Pesantren telah banyak dilakukan diberbagai daerah dan hasilnya telah sesuai yang diharapkan.

Khusus untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh Poltekkes Tanjung Karang salah satunya adalah sosialisasi PHBS dan pencegahan stunting di Pondok Pesantren. Dengan latar belakang tersebut maka tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah terlaksana kegiatan sosialisasi PHBS dan pencegahan stunting di pondok Sunan Muria Darul Falah.

METODE KEGIATAN

Kegiatan dimulai dengan melakukan survey untuk mengamati situasi yang ada, setelah itu dilanjutkan dengan pendekatan serta meminta persetujuan pimpinan untuk mengadakan kegiatan di pondok pesantren Sunan Muria Darul Falah, yakni Penyuluhan Perilaku Hidup bersih Dan Sehat dan pencegahan *stunting*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dari kegiatan sosialisasi ini adalah terjalinnya kerjasama antara Poltekkes Tanjung Karang dengan Pesantren Sunan Muria Darul Falah dalam rangka pembentukan Pos Kesehatan Pesantren (Poskestren) dan pembinaan pesantren. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan ketercapaian tujuan pelaksanaan pengabdian.



Gambar 1. Foto Bersama Dengan Santriwati

Beberapa tahapan yang kami lakukan dalam melakukan sosialisasi PHBS dan pencegahan stunting di Pondok Pesantren Sunan Muria Darul Falah yaitu :

1. Sosialisasi Perilaku Bersih dan Sehat

Sosialisasi mengenai pola hidup bersih dan sehat secara individu dan lingkungan pondok pesantren, meliputi menjaga kebersihan diri sendiri dengan perilaku sehari-hari, menjaga pola makan dengan kandungan gizi yang baik yang diperlukan oleh tubuh, serta bagaimana menciptakan dan menjaga lingkungan bersih, untuk menghindari berbagai macam penyakit yang dapat ditimbulkan akibat lingkungan yang kotor. Pendidikan pola hidup bersih dan sehat sangat penting bagi kehidupan santri di pondok pesantren agar para santri kesehatannya dapat terjaga selama proses mencari ilmu.

2. Sosialisasi Stunting

Sosialisasi mengenai pentingnya pemberian gizi seimbang demi mewujudkan generasi berkualitas dan berdaya saing. Memberikan sosialisasi untuk meningkatkan pemahaman calon ibu dan ibu muda mengenai pemberian ASI Eksklusif serta pemenuhan hak anak. Pengembangan karakter mulai dari dini yaitu remaja yang menuju pernikahan dapat diacu sebagai target utama dalam pengabdian masyarakat ini dalam pencegahan adanya stunting. Santri dan pimpinan pesantren diberikan pengetahuan dan ilmu mengenai tugas apa saja sebagai kader dakwah sehat, tujuannya dan kedepannya bagaimana. Selain itu tujuan utama sebagai pencegahan adanya stunting, maka dari itu santri dan pimpinan pesantren diberikan pengetahuan dan ilmu mengenai stunting juga. Stunting merupakan penyakit yang sudah menjadi prioritas utama kesehatan masyarakat Hal itu sama dengan sosialisasi yang dilakukan pada pengabdian masyarakat ini, dengan mengutamakan pada santri dan pimpinan pesantren pada pondok pesantren yang bertujuan untuk menyalurkan ilmu tersebut baik dalam bentuk dakwah ataupun melalui kegiatan islami. Karena Indonesia lebih dominan beragama Islam dan memiliki banyak kajian maka dari itu mencari cara untuk menyalurkan dan mengembangkan pencegahan stunting dengan menjadikan kader dakwah sehat ini merupakan salah satu jalan keluar terjadinya stunting pada anak (Qomaruddin et al., 2020).



Gambar 1. Foto Penyuluhan PHBS dan *Stunting*

KESIMPULAN

Pelaksanaan sosialisasi di lingkungan pondok pesantren berjalan dengan baik dan lancar. Kegiatan ini dilakukan dengan tim pengabdian masyarakat bertempat di pondok pesantren Sunan Muria Darul Falah diikuti semua santri putri pondok pesantren dengan antusias hingga acara berakhir, terdapat sebagian santri bertanya dari beberapa masalah yang mereka alami selama ini, para santri dapat menjawab review materi yang sudah disampaikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada direktur Politeknik Kesehatan dan Unit PPM (Unit Penelitian dan Pengabdian kepada masyarakat) yang telah memberi penugasan kepada saya dan kepada pimpinan pondok pesantren, Kepala desa Sukosari dan Kepala Puskesmas Baradatu yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Fatmawati, T. Y., & Saputra, N. E. (2016). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Santri Pondok Pesantren As'ad dan Pondok Pesantren Al Hidayah. *Jurnal psikologi jambi*, 1(1), 4-4.
- Kemenkes, R. I. (2018). Hasil utama RISKESDAS 2018. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes, R. I. (2011). Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Qomaruddin, M. B., Siswantara, P., & Muthmainnah, R. D. R. (2020). Blended Learning Kader Dakwah Sehat Dalam Upaya Pencegahan Stunting Sebagai Aplikasi Adaptasi Kebiasaan Baru Di Pondok Pesantren. *Semnas.Poltekkesdepkes-Sby.Ac.Id* (pp. 1–5). Surabaya: Poltekkes Kemenkes Surabaya.
- Sofia, H., & Susilo, T. (2020). Pesantren dan awal gerakan masyarakat hidup sehat.
- Supit, V. (2019). Pesantren Sehat, Upaya Kemenkes Mengedukasi dan Mendorong Penerapan Hidup Sehat. *infonawacita.com*. Retrieved October 5, 2020.
- Supriasa, I. D. N. (2013). *Penilaian Status Gizi*. edited by Monica Ester. Jakarta: EGC.