

Pencegahan dan Penanganan Stunting Melalui Kebersihan Diri dan Lingkungan di Kelurahan Sitampae Kabupaten Wajo

Salwia^{1*}, Jusnawati², Muhammad Aksha Wahda³,
Riri Amandaria⁴, Muhammad Al-khahfi⁵

¹⁻⁵ Universitas Negeri Makassar

* salwia@unm.ac.id

Abstrak

Indonesia menghadapi masalah besar berkaitan dengan kesehatan, salah satunya adalah stunting, yang dipengaruhi oleh faktor asupan gizi serta praktik kebersihan pribadi dan lingkungan. Stunting adalah kondisi di mana anak tidak tumbuh dengan baik akibat kekurangan gizi yang berkepanjangan, dan ini memiliki dampak jangka panjang terhadap perkembangan fisik serta kemampuan kognitif anak. Di Kelurahan Sitampae Kabupaten Wajo, masih terdapat rendahnya praktik kebersihan dan pengelolaan lingkungan yang tidak efektif, yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya stunting. Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dilaksanakan dengan pendekatan yang mendidik dan melibatkan partisipasi masyarakat, berfokus pada perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), yang mencakup ceramah, diskusi, sesi curah pendapat, dan kegiatan permainan edukatif, untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik masyarakat terkait pencegahan stunting. Evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai definisi, penyebab, dampak, serta Tindakan pencegahan stunting, sekaligus meningkatkan kesadaran dan partisipasi aktif dalam menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan sekitar. Hasil ini menegaskan pentingnya intervensi yang bertumpu pada komunitas untuk mendukung percepatan penurunan angka stunting dan menciptakan generasi yang lebih sehat.

Kata Kunci: *stunting, kebersihan diri, lingkungan, kesehatan*

Pendahuluan

Stunting merupakan salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang hingga kini masih menjadi isu serius di Indonesia. Kondisi ini tidak hanya menjadi perhatian nasional, tetapi juga menjadi isu global karena berdampak pada kualitas sumber daya manusia dalam jangka panjang. Stunting dipahami sebagai kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung lama, ditandai dengan tinggi badan yang tidak sesuai dengan usia anak (Nadiyah, Briawan, & Martianto, 2020). Meskipun sering terjadi pada balita, kelompok remaja pun dapat mengalami dampaknya karena kekurangan gizi pada masa awal kehidupan berdampak hingga usia selanjutnya. Kompleksitas masalah ini menunjukkan bahwa stunting tidak hanya dipengaruhi oleh pola makan, tetapi juga oleh faktor lingkungan dan perilaku kebersihan sehari-hari.

Berbagai penelitian menegaskan bahwa penyebab stunting bersifat multifaktorial. Selain asupan gizi yang tidak memadai pada masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), stunting juga berkaitan dengan kondisi sosial ekonomi, pengetahuan ibu tentang gizi, akses terhadap makanan sehat, serta perilaku kebersihan keluarga (Sediaoetama, 2018). Faktor lingkungan seperti akses air bersih, sanitasi, dan pengelolaan limbah rumah tangga menjadi determinan penting yang turut memengaruhi risiko stunting. Anak-anak yang tinggal di lingkungan dengan sanitasi buruk lebih rentan mengalami infeksi berulang, terutama penyakit yang berkaitan dengan pencernaan, sehingga menghambat penyerapan nutrisi dan memicu kondisi stunting.

Sebagai upaya penanganan cepat dan terukur, pemerintah Indonesia telah menerbitkan berbagai kebijakan strategis untuk percepatan penurunan stunting. Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 menjadi landasan utama dalam pelaksanaan intervensi gizi secara sensitif dan spesifik. Regulasi ini menekankan pentingnya koordinasi lintas sektor, mulai dari tingkat nasional hingga desa, dalam memastikan program pencegahan stunting berjalan secara terpadu, efektif, dan berkelanjutan (Makripuddin et al., 2021). Pendekatan ini mempertegas bahwa penurunan stunting memerlukan integrasi antara intervensi gizi, edukasi kesehatan, dan perbaikan kondisi lingkungan.

Selain faktor gizi, praktik kebersihan diri dan lingkungan berperan besar dalam menentukan risiko stunting pada anak. Kebiasaan kebersihan yang buruk, seperti jarang mencuci tangan atau paparan kotoran hewan maupun manusia, dapat menyebabkan infeksi pencernaan dan diare yang mengakibatkan hilangnya zat gizi penting (Sulistijani, 2019). Hal ini diperkuat oleh bukti global yang menunjukkan bahwa sanitasi buruk, akses air bersih yang rendah, serta pengelolaan limbah yang tidak memadai berkorelasi dengan peningkatan kejadian stunting (Pickering et al., 2019; Workman et al., 2022). Dengan demikian, perbaikan kebersihan diri dan lingkungan merupakan langkah krusial dalam memutus mata rantai penyebab stunting.

Permasalahan kebersihan diri dan lingkungan juga menjadi isu penting di Kelurahan Sitampae, Kabupaten Wajo. Berdasarkan pengamatan lapangan, masih ditemukan kebiasaan buang air besar sembarangan, pengelolaan limbah rumah tangga yang belum optimal, serta rendahnya kesadaran masyarakat mengenai pentingnya perilaku hidup bersih, terutama di kalangan ibu hamil, ibu menyusui, dan anak-anak. Kondisi ini meningkatkan risiko penyakit infeksi dan berpotensi memperburuk status gizi anak, sehingga berdampak pada meningkatnya angka stunting di wilayah tersebut. Untuk itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat dirancang melalui pendekatan edukatif dan partisipatif berbasis perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), yang mencakup edukasi kebersihan diri, sanitasi, serta pendampingan keluarga dalam menerapkan gaya hidup sehat. Program ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman, kesadaran, serta partisipasi masyarakat dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan sebagai bentuk upaya pencegahan stunting.

Dengan implementasi program tersebut, diharapkan terjadi peningkatan kualitas kesehatan masyarakat di Kelurahan Sitampae sekaligus memberikan kontribusi terhadap upaya nasional percepatan penurunan stunting. Selain itu, hasil dari kegiatan ini diharapkan dapat menjadi model pemberdayaan masyarakat berbasis kesehatan lingkungan yang aplikatif, berkelanjutan, dan sesuai dengan kebutuhan lokal, sehingga dapat diterapkan di daerah lain yang menghadapi tantangan serupa.

Metode Pelaksanaan

Metode yang diterapkan dalam program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini menggabungkan presentasi, dialog, dan aktivitas permainan edukatif untuk memperdalam pengetahuan masyarakat tentang pencegahan serta penanganan stunting lewat kebersihan pribadi dan lingkungan. Penyampaian materi dilakukan dengan presentasi yang menarik dan disertai alat bantu seperti gambar dan video, sehingga peserta dapat secara visual memahami karakteristik, keadaan, dan konsekuensi dari stunting. Narasumber menyampaikan informasi menggunakan bahasa yang sederhana dan memberikan contoh konkret agar peserta dapat mengenali gejala stunting pada anak dengan lebih baik. Kegiatan ini dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

1. Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dilaksanakan di Kelurahan Sitampae, Kabupaten Wajo, yang menunjukkan bahwa lingkungan setempat masih membutuhkan perhatian khusus mengenai kebersihan individu dan pengelolaan area sekitar. Kegiatan ini berlangsung dalam jangka waktu 1 bulan, dengan jadwal yang terorganisir mencakup persiapan, pelaksanaan, serta evaluasi.
2. Sasaran/mitra kegiatan ini mencakup wanita hamil, wanita yang menyusui, dan orang tua yang memiliki anak balita di wilayah kelurahan Sitampae. Penentuan sasaran dilakukan melalui kerja sama dengan kepala desa, kader posyandu, serta tokoh masyarakat dengan memperhatikan keluarga yang memiliki balita berpotensi mengalami stunting, keadaan sosial ekonomi, dan aksesibilitas terhadap layanan kesehatan. Jumlah total peserta yang terlibat dalam kegiatan ini diperkirakan sekitar 10-15 orang, yang dipilih secara purposif untuk memastikan partisipasi aktif dalam praktik kebersihan dan upaya pencegahan stunting.
3. Metode yang dilakukan dengan partisipasi dan pendidikan yang mencakup:
 - a. Persiapan: pembuatan modul pembelajaran, alat bantu (gambar, video, alat ukur tinggi badan), dan materi sosialisasi mengenai stunting, nutrisi, serta praktik hidup bersih dan sehat (PHBS).
 - b. Penyuluhan/edukasi: sesi ceramah interaktif yang membahas pengertian stunting, faktor penyebab, dampaknya serta cara pencegahannya, didukung dengan bantuan visual seperti gambar dan video.
 - c. Diskusi dan curah pendapat: peserta saling berbagi pengalaman, tantangan, serta strategi terkait praktik kebersihan dan nutrisi anak.
 - d. Pendampingan: tim PKM memberikan bimbingan langsung kepada keluarga dalam menerapkan praktik kebersihan dan nutrisi anak selama pelaksanaan kegiatan.
 - e. Permainan edukatif: sarana belajar yang praktis untuk memperkuat pemahaman peserta, termasuk simulasi mencuci tangan, pengelolaan limbah dan pengenalan ciri-ciri stunting.
4. Evaluasi dilakukan dengan pendekatan kualitatif yang meliputi:
 - a. Observasi: Tim PKM melakukan pemantauan langsung terhadap implementasi praktik kebersihan serta nutrisi di rumah-rumah peserta.

- b. Kuesioner sebelum dan setelah kegiatan: mengukur perubahan dalam pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai stunting dan praktik hidup bersih dan sehat.
- c. Dokumentasi: gambar dan rekaman video dari kegiatan dimanfaatkan untuk menilai partisipasi, keterlibatan, serta pemahaman peserta.
- d. Analisis deskriptif: data dikumpulkan dan dianalisis untuk mengevaluasi pencapaian indikator keberhasilan mengenai kesan, umpan balik dan motivasi peserta didik.

Hasil dan Pembahasan

Dalam usaha untuk mencapai sasaran pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), yang berkaitan dengan peningkatan pemahaman dan praktik kebersihan pribadi serta lingkungan untuk mencegah stunting, perencanaan dan pelaksanaan kegiatan yang teratur dan sistematis sangat diperlukan. Setiap fase dari kegiatan dirancang untuk menjamin peserta mendapatkan pengetahuan dengan baik, bisa terlibat aktif, serta mampu menerapkan praktik-praktik yang diajarkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan pendekatan yang telah direncanakan tersebut, kegiatan ini dilaksanakan dalam tiga fase, yakni tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi.

Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan, tim pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat (PKM) melakukan rangkaian kegiatan untuk memastikan bahwa proses pembelajaran berlangsung secara efisien dan terorganisir, sesuai dengan panduan dari Kementerian Sosial (2019).

- a. Tim mempersiapkan modul pembelajaran dan segala perlengkapan yang diperlukan, termasuk informasi mengenai stunting, kebersihan pribadi, dan lingkungan, sehingga peserta dapat menerima informasi dengan cara yang sistematis.
- b. Tim menyiapkan kertas metaplan dan alat tulis dalam jumlah yang sesuai dengan jumlah peserta, yang akan digunakan untuk diskusi, curah pendapat, dan Latihan praktis agar peserta dapat berpartisipasi secara aktif.



Gambar 1. Suasana diskusi bersama

- c. Tim mempersiapkan alat bantu berupa gambar dan alat ukur tinggi badan, yang digunakan untuk memperkenalkan peserta pada prosedur pengukuran pertumbuhan anak dan membantu mereka memahami indikator fisik terkait stunting. Selanjutnya, tim membuat tabel yang mencantumkan penyebab stunting baik yang bersifat langsung maupun tidak langsung, berfungsi sebagai media visual untuk memudahkan peserta memahami faktor-faktor yang mempengaruhi stunting. Semua persiapan ini dilakukan supaya kegiatan pengabdian tidak hanya informatif, tetapi juga melibatkan peserta, praktis, dan selaras dengan kondisi komunitas lokal.

Tahap Pelaksanaan

Di tahap pelaksanaan, kegiatan pengabdian dilakukan dengan metode yang partisipatif dan interaktif. Tim pelaksana menyampaikan materi melalui presentasi yang didukung dengan gambar dan video, sehingga peserta dapat melihat dan memahami ciri-ciri, kondisi, dan dampak dari stunting. Selanjutnya, diadakan sesi curah pendapat dan diskusi untuk mendorong peserta membagikan pengalaman, mengungkapkan tantangan, serta mendiskusikan praktik kebersihan diri dan lingkungan yang dapat membantu mencegah stunting.

Selain itu, terdapat permainan edukatif dan simulasi praktis, seperti pengukuran tinggi badan dan pengelolaan sampah rumah tangga, untuk memperkuat pemahaman peserta secara langsung. Setiap sesi dilakukan dengan memperhatikan jumlah peserta, keterlibatan aktif mereka, dan partisipasi seluruh masyarakat. Tim pengabdian juga mendampingi peserta di lokasi, memberikan arahan, serta menekankan pentingnya penerapan perilaku sehat di rumah dan lingkungan masyarakat.



Gambar 2. Pemberian materi menggunakan alat peraga berupa gambar

Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi dilakukan guna menilai seberapa aktif upaya pengabdian serta perubahan dalam pengetahuan dan perilaku para peserta. Data diperoleh melalui observasi, angket, dan dokumentasi aktivitas peserta, termasuk keikutsertaan dalam diskusi, simulasi dan permainan edukatif. Analisis yang dilakukan bersifat deskriptif secara

kualitatif, bertujuan untuk menilai pemahaman peserta tentang pencegahan stunting, kebersihan pribadi, dan kebersihan lingkungan.

Praktik kebersihan diri adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Suciati, 2014). Mengajarkan kebersihan diri sejak dini memang sangat penting, karena gangguan kesehatan yang terkait dengan masalah kebersihan diri memang banyak terjadi pada anak-anak (Mangesa, 2012).

Masalah gizi dapat disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya dikarenakan perilaku tidak *hygienis* yang dapat menyebabkan penyakit infeksi (WHO, 2007). Praktik kebersihan diri bertujuan untuk mencegah terjadinya penyakit yang disebabkan oleh kuman jika praktik kebersihan diri yang buruk dapat menimbulkan risiko yang tinggi munculnya bakteri.

Kesimpulan

Berdasarkan pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat (PKM) di Kelurahan Sitampae Kabupaten Wajo, dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode ceramah, diskusi, curah pendapat, dan permainan edukatif terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat tentang stunting. Para peserta kegiatan berhasil memahami definisi, karakteristik, penyebab, dampak serta langkah-langkah pencegahan dan penanganan stunting, termasuk peningkatan kualitas layanan gizi untuk anak dan pentingnya peran ibu hamil. Kegiatan ini mendorong partisipasi aktif, motivasi, dan kesadaran masyarakat untuk menerapkan praktik kebersihan pribadi serta kebersihan lingkungan yang mendukung upaya pencegahan stunting. Ditekankan bahwa program pendampingan dan edukasi berbasis komunitas harus terus diperkuat melalui kerja posyandu, kader desa, tokoh masyarakat, serta kebijakan yang memastikan distribusi bantuan gizi dan layanan kesehatan yang tepat sasaran guna mempercepat pengurangan stunting dan membentuk generasi yang lebih sehat dan berkualitas.

Ucapan Terimakasih

Tim pelaksana kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Partisipasi dari berbagai pihak menjadi faktor penting dalam keberhasilan kegiatan ini, mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi.

Ucapan terima kasih secara khusus disampaikan kepada pihak pemerintah Kabupaten Wajo, khususnya pemerintah Kelurahan Sitampae, atas izin, bantuan serta fasilitas yang diberikan selama kegiatan berlangsung. Dukungan dari pihak telah memberikan kontribusi besar dalam memobilisasi masyarakat dan menciptakan suasana kolaboratif yang kondusif antara tim pelaksana dan warga setempat. Tanpa dukungan administratif dan logistik tersebut, kegiatan ini tidak akan dapat mencapai hasil yang optimal.

Tim pelaksana juga menyampaikan apresiasi yang mendalam kepada masyarakat Kelurahan Sitampae yang telah berpartisipasi aktif dalam setiap tahapan kegiatan.

Antusiasme dan keterbukaan masyarakat dalam menerima pengetahuan serta keterampilan baru mengenai perilaku hidup bersih dan sehat menjadi wujud nyata komitmen bersama dalam menurunkan angka stunting di wilayah tersebut. Partisipasi aktif ini diharapkan menjadi cikal bakal terbentuknya perilaku berkelanjutan dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan.

Tidak lupa, ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak perguruan tinggi, lembaga mitra, serta rekan-rekan sejawat yang telah memberikan dukungan akademik, ide, dan tenaga dalam pelaksanaan kegiatan ini. Sinergi antar dunia akademik dan masyarakat merupakan wujud nyata dari tridharma perguruan tinggi, khususnya dalam aspek pengabdian kepada masyarakat.

Akhirnya, tim pelaksana berharap bahwa kegiatan pengabdian ini dapat menjadi langkah awal yang berkelanjutan dalam membangun kesadaran kolektif masyarakat mengenai pentingnya kebersihan diri dan lingkungan sebagai strategi pencegahan stunting. Semoga sinergi ini yang telah terjalin antara akademis, pemerintah dan masyarakat dapat terus diperkuat di masa mendatang dalam rangka mendukung terwujudnya masyarakat yang sehat, produktif.

Referensi

- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2019). *Modul 4: Pencegahan & penanganan stunting melalui pemenuhan kesejahteraan bayi baru lahir & ibu menyusui (1 JP)*. Jakarta: Kementerian Sosial RI.
- Kurnia, W., et al. (2016). Hubungan asupan zat gizi dan penyakit infeksi dengan kejadian stunting anak usia 24–59 bulan di Posyandu Asoka II Kelurahan Barombong Kecamatan Tamalate Kota Makassar. *Media Gizi Pangan*.
- Mangesa, H. (2012). *Seri informasi kesehatan anak (0–8 tahun) Buku 1: Kebersihan anak setiap hari*. Jakarta: Pelkesi.
- Makripuddin, L., et al. (2021). *Modul 1: BKKBN kebijakan dan strategi percepatan penurunan stunting di Indonesia*. https://lms-elearning.bkkbn.go.id/pluginfile.php/18037/mod_resource/content/1/4.%20Buku%20Kebijakan%20Dan%20Strategi%20Percepatan%20Penurunan%20Stunting%20Di%20Indonesia.pdf (Diakses 21 Oktober 2025).
- Nadiyah, Briawan, D., & Martianto, D. (2020). Faktor risiko anak stunting pada anak usia 0–23 bulan di Provinsi Bali, Jawa Barat, dan Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 9(2), 125–132.
- Pickering, A. J., et al. (2019). Sanitation and health: Evidence from low-income countries. *International Journal of Hygiene and Environmental Health*.
- Sediaoetama, A. D. (2018). *Ilmu gizi untuk mahasiswa dan profesi*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Sulistijani, A. D. (2019). *Menjaga kesehatan bayi dan balita*. Jakarta: Puspa Suara.
- Suciati, D. K. (2014). *Ilmu keperawatan dasar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Workman, C. L., et al. (2022). Environmental sanitation and child stunting: A global analysis. *Environmental Research*.