

## PENINGKATAN PENGETAHUAN PERSONAL HYGIENE DALAM PRAKTIK PEMBERIAN MAKAN BAYI DAN ANAK GUNA MENCIPTAKAN GENERASI SEHAT BEBAS STUNTING

Windi Wulandari<sup>1\*</sup>, Indar Hidayat<sup>2</sup>, Siti Nur Rofiatul Hidayah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

[windi.wulandari@ums.ac.id](mailto:windi.wulandari@ums.ac.id)<sup>1</sup>

### ABSTRAK

**Abstrak:** Stunting masih menjadi masalah gizi yang dihadapi negara Indonesia dan saat ini pemerintah masih mengupayakan penurunan angka stunting. Dalam upaya penurunan stunting, ibu yang memiliki baduta atau balita dan peran kader kesehatan menjadi sasaran dalam membantu pemerintah. Praktik pemberian makan bayi dan anak (PMBA) sudah yang kurang tepat dapat menjadi faktor risiko terjadinya stunting. Dalam praktik PMBA perlu memperhatikan *personal hygiene* dari ibu, *personal hygiene* yang kurang saat praktik PMBA dapat meningkatkan risiko penyakit infeksi seperti diare. Anak yang sering menderita infeksi mudah mengalami masalah gizi, hal tersebut dikarenakan proses penyerapan zat gizi dalam tubuh tidak maksimal. Tujuan pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan *personal hygiene* dalam praktik PMBA. Mitra dalam pengabdian ini adalah ibu yang memiliki bayi dan baduta di desa Kujon Kecamatan Ceper Klaten sebanyak 32 peserta. Metode dilakukan dengan penyuluhan dan diskusi, pemasangan poster dan pemberian *pre-posttest*. Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian diketahui bahwa pengetahuan ibu sudah baik, hal ini ditunjukkan pada saat kegiatan stimulasi sebelum penyampain materi dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan secara lisan hanya ada 3-4 responden yang menjawab dengan benar. Setelah penyampain materi dan diskusi pengetahuan ibu bayi dan baduta meningkat, hal ini ditunjukkan dengan hasil *posttest* yang memiliki nilai rata-rata sebesar 77,6.

**Kata Kunci:** Stunting; Personal Hygiene; PMBA.

**Abstract:** *Stunting is still a nutritional problem faced by the State of Indonesia and the government is currently working to reduce stunting. In an effort to reduce stunting, mothers who have baduta or toddlers and the role of health cadres are targeted in helping the government. The practice of feeding babies and children is inappropriate can be a risk factor for stunting. In the practice of eating babies and children need to pay attention to personal hygiene from the mother, a lack of personal hygiene during the practice of feeding babies and children can increase the risk of infectious diseases such as diarrhea. Children who often suffer from infections are easy to experience nutritional problems, this is because the process of absorption of nutrients in the body is not optimal. The purpose of this service is to increase personal hygiene knowledge in the practice of infant and child feeding. Mitra in this service is a mother who has a baby and Baduta in Kujon Village, Ceper Klaten District, 32 participants. The method is carried out by counseling and discussion, poster installation and pre-post testing. Based on the results of the service activity it is known that the mother's knowledge is good, this is shown at the time of stimulation activities before the delivery of material by giving questions verbally there are only 3-4 respondents who answered correctly. After the delivery of material and discussion of the knowledge of the baby's mother and Baduta increased, this is indicated by the results of the posttest which has an average value of 77.6.*

**Keywords:** Stunting; Personal Hygiene; PMBA.



#### Article History:

Received: 29-01-2023

Revised : 02-03-2023

Accepted: 06-03-2023

Online : 08-04-2023



This is an open access article under the  
CC-BY-SA license

## A. LATAR BELAKANG

Stunting merupakan masalah gizi yang dialami hampir di seluruh dunia, kejadian stunting pada anak balita tahun 2016 sebanyak 22,9% (*World Health Organization*, 2018). Masalah stunting juga masih dihadapi di Indonesia, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 prevalensi stunting pada balita sebesar 30,8% (Kemenkes, 2019). Prevalensi balita sangat pendek di Jawa Tengah sebesar 13,9% dan balita pendek sebesar 19,4%. Dari 14 kabupaten/kota di Jawa Tengah, kabupaten Klaten menjadi salah satu wilayah prioritas percepatan penurunan stunting.

Stunting ditandai dengan gagal tumbuh (*growth faltering*) pada balita yang disebabkan kekurangan gizi kronis pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Dampak yang terjadi pada anak stunting dapat menyebabkan terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, gangguan metabolisme dalam tubuh (Kemenkes RI, 2016). Faktor yang berkaitan dengan kekurangan energi kronis meliputi status sosio-ekonomi, asupan makanan, infeksi, status nutrisi selama kehamilan, kekurangan mikronutrien, dan lingkungan (*World Health Organization*, 2018). Asupan makanan pada masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan menjadi faktor penting dalam pencegahan stunting. Praktik pemberian makan bayi dan anak (PMBA) yang tidak mencukupi seperti kurangnya zat gizi mikro, keragaman makanan, dan kebersihan dalam persiapan makanan dapat menjadi penyebab terjadinya stunting (Beal et al., 2018). Praktek pemberian makan bayi dan anak (PMBA) yang kurang bersih pada saat menyusui dan proses pemberian MPASI (Makanan Pendamping ASI) mulai dari pengolahan sampai penyajian dapat meningkatkan risiko anak menderita penyakit infeksi seperti diare. Penyakit infeksi akibat *personal hygiene* yang kurang dapat mengganggu penyerapan zat gizi dalam tubuh (Angkat, 2018). *Personal hygiene* maupun kebersihan lingkungan memiliki peran dalam masa pertumbuhan anak. Menjaga kebersihan makanan maupun lingkungan menjadi salah satu upaya mencegah penyakit infeksi yang dapat menjadi penyebab berkurangnya status gizi anak (Rusdi, 2022).

*Personal hygiene* merupakan upaya kebersihan yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan. Aspek *personal hygiene* mempunyai peranan dalam masalah gizi kurang salah satunya stunting. *Personal hygiene* ibu dalam pembuatan makan anak dan bayi yang kurang baik berisiko anak terkena penyakit infeksi (Aisah et al., 2019). Kebiasaan ibu tidak mencuci tangan pakai sabun dalam proses pemberian makan bayi dan anak maupun saat proses menyusui dapat meningkatkan frekuensi diare, yang nantinya anak dapat kehilangan zat-zat gizi yang penting bagi pertumbuhan balita. Kurangnya kesadaran ibu dalam menjaga kebersihan dikarenakan pengetahuan *personal hygiene* yang kurang. Pengetahuan menjadi hal penting dalam meningkatkan derajat kesehatan (Barri et al., 2020).

Kabupaten Klaten merupakan kabupaten yang masih menjadi sasaran dalam upaya penurunan stunting. Salah satu kecamatan yang masih tinggi

kasus stunting berada di Desa Kujon Kecamatan Ceper. Kasus stunting di Desa Kujon sebesar 20% dengan jumlah stunting pada baduta sebanyak 10 dan balita sebanyak 25. Permasalahan yang ada di Desa Kujon meliputi rendahnya kesehatan lingkungan, perilaku kesehatan yang rendah, dan akses pangan bergizi belum maksimal. Perilaku kesehatan yang rendah terutama pada ibu yang memiliki baduta maupun balita pada praktik pemberian makan bayi dan anak (PMBA) dapat meningkatkan risiko anak mengalami masalah gizi. Pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu tentang *personal hygiene* dalam praktik PMBA sehingga perilaku ibu juga dapat menjadi lebih baik.

## B. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan penyuluhan yang telah dilakukan di Desa Kujon Kecamatan Ceper Klaten meliputi:

1. Tahap awal dilakukan dengan melakukan survei mencari data sekunder untuk mengetahui permasalahan stunting yang ada di Desa Kujon Kecamatan Ceper Kabupaten Klaten. Berdasarkan permasalahan yang ditemukan, maka yang menjadi mitra pada kegiatan pengabdian ini adalah ibu yang memiliki bayi dan baduta. Kegiatan pengabdian ini dilakukan di tempat yang digunakan untuk kegiatan posyandu di desa kujon klaten, mitra yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 32 peserta.
2. Sebelum diberikan edukasi ibu bayi dan baduta diberikan stimulus, stimulasi berupa pertanyaan secara lisan kepada ibu bayi dan baduta tentang *Personal hygiene* ibu pada praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) guna mencegah stunting sebelum dilakukan pemberian materi, tujuan stimulasi ini untuk mengetahui pengetahuan ibu bayi dan balita mengenai materi yang akan disampaikan. Pertanyaan yang diberikan meliputi apakah mengetahui apa itu stunting, *Personal hygiene* (kebersihan) dalam praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) yaitu pemberian ASI dan MPASI, pencegahan stunting, dan bahaya stunting.
3. Pemberian materi *Personal hygiene* ibu pada praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA). Materi diberikan dalam bentuk pemaparan atau penjelasan dengan menggunakan media power point dan poster. Materi yang disampaikan meliputi pentingnya Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) guna mencegah stunting, makan yang bergizi pada bayi dan anak, *personal hygiene* pada praktik PMBA, tahapan MPASI, dan dampak yang diakibatkan kurangnya *personal hygiene*. Setelah sesi materi selanjutnya dilakukan diskusi dengan melakukan tanya jawab tentang materi yang sudah disampaikan.
4. Penempelan poster di rumah kader kesehatan yang dijadikan sebagai tempat kegiatan posyandu. Tujuan pemasangan poster ini agar ibu bayi dan baduta yang datang ke posyandu dapat melihat dan membaca

info yang ada di poster tersebut. Poster ditempel pada dinding depan yang mudah dilihat oleh ibu bayi dan baduta.

5. Evaluasi kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan pemberian *Post Test* yang dilakukan setelah sesi penyampaian materi dan pemasangan poster mengenai *personal hygiene* dalam persiapan praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) guna mencegah stunting dengan memberikan 10 pertanyaan pada lembar kuesioner. Pelaksanaan *posttest* bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu bayi dan baduta. Responden yang mengerjakan *Post Test* hanya 17 responden.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan tim diperoleh bahwa pengetahuan dan perilaku ibu dalam kebersihan pembuatan makanan untuk anak masih kurang. *Personal hygiene* ibu yang kurang pada saat mempersiapkan makanan bayi dan balita dapat menjadi faktor risiko penyakit infeksi, anak yang menderita penyakit infeksi lebih mudah mengalami masalah gizi.

Kegiatan pengabdian dilakukan pada tanggal 27 Juli 2022 dimulai dengan memberikan stimulus berupa pertanyaan/*pretest* secara lisan, pemberian edukasi, diskusi, pemberian *posttest*, dan penutup. Pemberian edukasi dilakukan dengan paparan materi menggunakan media *powerpoint* tentang pentingnya Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) guna mencegah stunting, makan yang bergizi pada bayi dan anak, *personal hygiene* pada praktik PMBA, tahapan MPASI, dan dampak yang diakibatkan kurangnya *personal hygiene*. Penyampaian materi dengan media *powerpoint* cukup efektif diterima oleh peserta, karena disertai dengan gambar yang memudahkan peserta dalam memahami materi, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Edukasi *Personal Hygiene* pada praktik PMBA

Evaluasi kegiatan pengabdian ini bisa dilihat dari hasil pada saat pemberian pertanyaan sebelum materi, diskusi dan *posttest*. Pada saat pemberian stimulus pertanyaan di awal sesi dari 32 peserta yang hadir hanya ada 3-5 peserta yang bisa menjawab pertanyaan. Sedangkan pada saat sesi diskusi banyak peserta yang antusias bertanya terkait dengan masalah *personal hygiene* pada praktik pemberian makab bayi dan anak. Setelah sesi diskusi tim pengabdian memberikan soal *posttest* untuk mengukur pengetahuan ibu bayi dan baduta dari materi yang disampaikan. Dari 32 peserta hanya 17 yang mengisi *posttest*, dikarenakan sudah banyak ibu dan baduta yang pulang setelah sesi diskusi, seperti terlihat pada Gambar 2.



**Gambar 2.** Pengisian *Posttest* dan Pemasangan Poster

Berdasarkan *posttest* yang diberikan, diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Karakteristik Responden, seperti terlihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Karakteristik responden Desa Kujon

Usia Responden	Jumlah	Frekuensi (%)	<i>Sd Dev</i>	<i>Mean</i>
21 – 30	9	52,9		
31 – 40	6	35,3	1,659	31,2
41 - 50	2	11,8		
Total	17	100		
Pendidikan				
SD	1	5,9		
SMP	5	29,4		
SMA	9	52,9		
Sarjana	2	11,8		

Berdasarkan tabel karakteristik responden, ibu bayi dan balita di Desa Kujon Kecamatan Ceper Klaten paling banyak berusia 21-30 tahun yaitu sebanyak 9 (52,9%) responden. Tingkat Pendidikan ibu paling banyak tamat SMA yaitu 9 responden (52,9%).

2. Hasil *Post Test*, adapun hasil posttest pengetahuan ibu bayi dan baduta Desa Kujon, seperti terlihat pada Tabel 2.

**Tabel 2.** Hasil *posttest* pengetahuan ibu bayi dan baduta Desa Kujon

Kategori	Mean	Sd. dev	N
Pengetahuan	77,6	32	17

Berdasarkan hasil *posttest* dapat dilihat bahwa pengetahuan responden tentang *personal hygiene* pada praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) guna mencegah stunting sudah dikatakan bagus dengan hasil rata-rata skor yang diperoleh sebesar 77,6.

Kegiatan pengabdian dilakukan pada ibu yang memiliki bayi dan baduta di Desa Kujon Kecamatan Ceper Klaten dengan metode ceramah atau penyuluhan menggunakan media powerpoint dan poster yang bertujuan meningkatkan pengetahuan *personal hygiene* pada Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) guna mencegah stunting. Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian diketahui bahwa pengetahuan ibu sudah baik, hal ini ditunjukkan pada saat kegiatan stimulasi sebelum penyampain materi dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan secara lisan hanya ada 3-4 responden yang menjawab dengan benar. Setelah penyampain materi dan diskusi pengetahuan ibu bayi dan baduta sudah baik, hal ini ditunjukkan dengan hasil *posttest* yang memiliki rata-rata sebesar 77,6. Dari 10 pertanyaan yang diberikan pertanyaan tentang zat gizi yang dibutuhkan pada MPASI dan kebersihan atau *personal hygiene* pada persiapan MPASI dijawab dengan benar. Hal tersebut berarti bahwa pengetahuan ibu bayi dan baduta Desa Kujon Kecamatan Ceper Klaten sudah meningkat dibandingkan ketika pemberian stimulasi pertanyaan sebelum penyuluhan para ibu tidak bisa menjawab. Hasil pengabdian yang dilakukan pada ibu bayi dan baduta di Desa Kujon ini sejalan dengan hasil pengabdian yang dilakukan oleh Hamzah & B (2020) dengan melakukan edukasi Gerakan pencegahan stunting pada masyarakat Desa Muntoi yang menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan masyarakat setelah dilakukan edukasi. Pengabdian yang dilakukan oleh Primadevi et al. (2020) dengan memberikan Pendidikan kesehatan Praktik Pemberian Makan Bagi Anak untuk mencegah stunting balita juga dapat meningkatkan pengetahuan ibu. Pengetahuan menjadi salah satu faktor yang muncul dari dalam diri seseorang untuk melakukan praktik kesehatan. Dengan adanya kegiatan penyuluhan yang dilakukan pada ibu bayi dan baduta di Desa Kujon dapat meningkatkan pengetahuan ibu dalam upaya pencegahan stunting yang meliputi bagaimana menjaga *personal hygiene* agar tidak berisiko meningkatkan penyakit infeksi, dan faktor-faktor pemberian makan bayi dan anak yang tepat sehingga

anak mendapatkan gizi yang sesuai dengan usianya. Pengetahuan ibu yang kurang dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dapat meningkatkan risiko anak mengalami stunting (Fahria et al., 2020). Hasil penyuluhan yang dilakukan oleh Kamsatun et al. (2021) dapat meningkatkan pengetahuan tentang pola hidup sehat dan pengolahan makanan yang bergizi pada ibu balita di Desa Magepanda Kabupaten Sika dalam upaya pencegahan stunting.

*Personal hygiene* dapat menjadi salah satu faktor yang meningkatkan kejadian stunting, karena anak akan lebih berisiko untuk menderita penyakit infeksi seperti diare (Montolalu et al., 2022). Penyakit infeksi dapat mengganggu penyerapan zat gizi dalam tubuh, *personal hygiene* yang kurang pada ibu saat praktik pemberian makanan bayi dan anak baik saat menyusui maupun pengolahan dan penyajian MPASI dapat menyebabkan kehilangan zat-zat gizi yang penting dalam pertumbuhan (Desyanti & Nindya, 2017). *Personal hygiene* ibu yang kurang baik dapat memberikan risiko kejadian stunting pada balita (Yudianti & Saeni, 2017).

Pengabdian kepada masyarakat dengan penyuluhan ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu bayi dan balita di Desa Kujon karena responden rata-rata berpendidikan SMA dan semua responden sangat antusias mengikuti kegiatan. Pengetahuan ibu bayi dan balita yang meningkat diharapkan dapat menjadi upaya pencegahan dan penurunan stunting di Desa Kujon Kecamatan Ceper Kabupaten Klaten.

#### **D. SIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan penyuluhan dan menggunakan media poster ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu bayi dan baduta di Desa Kujon Kecamatan Ceper Kabupaten Klaten sehingga dapat merubah perilaku yang lebih memperhatikan *personal hygiene* pada saat pemberian makan bayi dan anak (PMBA). Adanya kegiatan pengabdian di Desa Kujon Ini, ibu bayi dan baduta dapat serta kader yang hadir dapat menularkan ilmunya kepada ibu-ibu maupun kader yang lainnya.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Terimakasih juga penulis sampaikan kepada bidan desa dan kader Desa Kujon yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR RUJUKAN

- Aisah, S., Ngaisyah, R. D., & Rahmuniyati, M. E. (2019). Personal Hygiene Dan Sanitasi Lingkungan Berhubungan dengan Kejadian Stunting di Desa Wukirsari Kecamatan Cangkringan. *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu*, *1*(2), 49–55. <http://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/download/182/176>
- Angkat, A. H. (2018). Penyakit Infeksi dan Praktek Pemberian MP-ASI Terhadap Kejadian Stunting Pada Anak Usia 12-36 Bulan di Kecamatan Simpang Kiri Kota Subulussalam. *Jurnal Dunia Gizi*, *1*(1), 52. <https://doi.org/10.33085/jdg.v1i1.2919>
- Barri, S. G., Akili, R. H., Joseph, W. B. S., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2020). Gambaran Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Pada Ibu Yang Memiliki Balita Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Pineleng Kabupaten Minahasa. *Kesmas*, *9*(4), 168–173.
- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal and Child Nutrition*, *14*(4), 1–10. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Desyanti, C., & Nindya, T. S. (2017). Hubungan Riwayat Penyakit Diare dan Praktik Higiene dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Simolawang, Surabaya. *Amerta Nutrition*, *1*(3), 243. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i3.6251>
- Fahria, A., Trisnadewi, N. W., Nursari, M., Pribadi, K., & Tua, P. O. (2020). Kontribusi Personal Hygiene Dngan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kesehatan*, 1–16. <https://repository.stikeswiramedika.ac.id/id/eprint/66>
- Hamzah, S. R., & B, H. (2020). Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Edukasi pada Masyarakat di Desa Muntoi Kabupaten Bolaang Mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, *1*(4), 229–235. <https://doi.org/10.36596/jpkmi.v1i4.95>
- Kamsatun, Meitya, & Sukarni. (2021). Penyuluhan Stunting Kepada Ibu Balita di Desa Magepanda, Kecamatan Magepanda, Kabupaten Sikka. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *3*(2), 1–4.
- Kemendes. (2019). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Kementerian Kesehatan RI*, *1*(1), 1. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>
- Kemendes RI. (2016). Situasi Balita Pendek. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, ISSN 2442* (Hari anak Balita 8 April), 1–10.
- Montolalu, F. C., Djano, N. A. R., & Lestari, A. E. (2022). *Hubungan Personal Hygiene Dan Sanitasi Rumah Tangga Dengan Kasus Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan*. *1*(1), 1–10.
- Primadevi, I., Febriyanti, H., & Fauziah, N. A. (2020). Pendidikan kesehatan praktik pemberian makan bagi anak (PMBA) untuk mencegah stunting pada balita. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, *2*(2), 82–84.
- Rusdi, P. H. N. (2022). Hubungan Personal Hygiene dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Human Care Journal*, *7*(2), 369–374.
- World Health Organization. (2018). *Reducing stunting in children: equity considerations for achieving the Global Nutrition Targets 2025*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241513647%0A> Accessed on 18th February 2022
- Yudianti, Y., & Saeni, R. H. (2017). Pola Asuh Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Kabupaten Polewali Mandar. *Jurnal Kesehatan Manarang*, *2*(1), 21–25. <https://doi.org/doi:10.33490/jkm.v2i1.9>