

# Promosi Melalui Media Digital untuk Meningkatkan Perilaku Sehat dalam Mencegah *Stunting*

Muhammad Rayhan I'tisham, Muhammad Wildan,  
Lola Maria, Debby Ayu, Tutut Chusniyah\*

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi, Surel: tutut.chusniyah.fpsi@um.ac.id

## Abstract

*Stunting* is a condition in which toddlers aged 0-5 years experience failure to thrive as a result of chronic malnutrition which results in smaller child dimensions than normal for their age. The program that is considered appropriate to implement is a program to increase understanding and awareness of a clean and healthy lifestyle in the community. This understanding of a clean lifestyle includes good sanitation management, good domestic waste management, a culture of hand washing, and also pollution related to external waste such as living environments close to industrial areas etc. The method used in this program is an educational program using pamphlets and/or brochures that are distributed digitally in order to reach more widely and efficiently. The program we created aims to help and play a role in increasing awareness and understanding regarding a clean and healthy lifestyle as a program to reduce *stunting* rates in children with prevention methods using early education in the community through digital media (health promotion through digital media).

**Keywords:** *stunting*; education; public.

## Abstrak

*Stunting* adalah kondisi yang terjadi pada balita usia 0-5 tahun yang mengalami gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis yang berdampak pada dimensi anak yang lebih kecil daripada dimensi normal di usianya. Program yang tepat untuk diterapkan adalah program untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran akan pola hidup bersih dan sehat di masyarakat. Pemahaman tentang pola hidup bersih ini mencakup pengelolaan sanitasi yang baik, pengelolaan limbah domestik yang baik, budaya mencuci tangan, dan juga polusi-polusi terkait limbah eksternal seperti lingkungan hidup yang dekat dengan kawasan industri dan lain-lain. Metode yang digunakan dalam program ini adalah program edukasi dengan media pamflet dan/atau brosur yang disebarluaskan secara digital guna menjangkau dengan lebih luas dan efisien. Program ini bertujuan untuk membantu dan berperan pada peningkatan kesadaran dan pemahaman terkait pola hidup bersih dan sehat sebagai program penurunan angka *stunting* pada anak dengan metode prevensi menggunakan edukasi dini pada masyarakat melalui media digital (promosi kesehatan melalui media digital).

**Kata kunci:** *Stunting*; edukasi; masyarakat.

## 1. Pendahuluan

Masalah *stunting* kini sedang menjadi fokus para pemangku kebijakan di tingkat pusat hingga daerah. Data dari UNICEF, WHO dan World Bank menunjukkan bahwa prevalensi *stunting* di Indonesia pada 2017 adalah sekitar 36% dengan total jumlah balita yang menderita *stunting* sebanyak 8,8 juta jiwa (S. W. TNP2K 2018). Angka tersebut membuat Indonesia di tahun 2020 berada pada posisi kedua prevalensi *stunting* tertinggi dari 174 negara setelah negara Timor Leste sebesar 48,8% untuk kawasan Asia Tenggara (Mutia, 2021). Angka tersebut membuat Indonesia di tahun 2020 berada pada posisi kedua prevalensi *stunting* tertinggi dari 174 negara setelah negara Timor Leste sebesar 48,8% untuk kawasan Asia Tenggara (Katadata, 2021).

*Stunting* bisa disebabkan oleh berbagai macam faktor seperti pengetahuan ibu yang rendah terkait kesehatan dan *stunting*, pola asuh orang tua terhadap anak yang kurang tepat, status gizi yang kurang, berat badan lahir rendah, dan juga status ekonomi keluarga yang rendah terbukti memiliki hubungan yang signifikan dan menjadi faktor yang berpengaruh terhadap kejadian *stunting* pada anak (Yanti & Betriana, 2020). Pengetahuan ibu yang rendah terhadap kesehatan dan *stunting* terbukti berkontribusi dalam terjadinya *stunting* pada anak. Tingkat pendidikan ibu dan pola asuh orang tua didapati hubungan yang signifikan dengan terjadinya *stunting* pada anak (Aini, Nugraheni, & Pradigdo, 2018; Niga & Purnomo, 2016). Tingkat pendidikan ibu secara tidak langsung berhubungan dengan kejadian *stunting*. Hal ini bisa terjadi karena tingkat pendidikan ibu berpengaruh terhadap pengambilan keputusan untuk gizi dan perawatan kesehatan. Ibu yang memiliki tingkat pendidikan lebih baik cenderung akan mempertimbangkan gizi yang lebih baik bagi anaknya. Selain itu pola asuh yang tidak tepat juga mengambil andil secara tidak langsung terhadap resiko terjadinya *stunting* pada anak (Yanti & Betriana, 2020).

Status gizi yang kurang dan berat badan lahir rendah atau biasa disebut sebagai BBLR berpengaruh terhadap kejadian *stunting*. Penelitian yang dilakukan oleh Saaka dan Galaa (2016), mendapati bahwa bayi yang lahir dengan berat lahir rendah merupakan faktor resiko yang paling konsisten terhadap terjadinya *stunting*. Hal itu juga dijumpai oleh Nadiyah dkk (2012) yang memperlihatkan bahwa BBLR masalah faktor resiko yang paling dominan terhadap kejadian *stunting* anak.

Status ekonomi keluarga juga berdampak pada kemungkinan terjadinya *stunting* pada anak. Penelitian yang dilakukan oleh Aini et al. (2018) mengungkapkan bahwa balita yang lahir di keluarga dengan pendapatan perkapita kurang memiliki resiko hingga 5,385 kali lebih besar untuk mengalami *stunting* dibandingkan dengan balita dari keluarga dengan pendapatan perkapita yang cukup. Hal ini disebabkan karena status ekonomi berpengaruh terhadap jangkauan fasilitas kesehatan, lingkungan hidup yang bersih, sanitasi yang baik, dan juga peran orang tua khususnya ibu yang cenderung ikut bekerja untuk membantu ekonomi keluarga. Akhirnya masalah status ekonomi ini kembali lagi ke faktor-faktor seperti kesehatan, kebersihan dan pola asuh orang tua, sehingga status ekonomi menjadi berpengaruh terhadap kemungkinan terjadinya *stunting* pada anak.

Berdasarkan fakta lapangan yang berhasil kami dapatkan, ibu-ibu yang memiliki anak balita dengan rentang umur 30-45 tahun belum memahami terkait *stunting* secara mendalam seperti definisi *stunting* dan penyebab dari *stunting* termasuk perilaku pola hidup bersih. Ibu-ibu yang kami temui mengatakan bahwa mereka rutin mengikuti program dari posyandu, tetapi kami menemukan 1 ibu yang mengatakan bahwa ia hanya mengikut program posyandu di awal-awal kelahiran saja dan saat ini sudah tidak mengikuti program rutin posyandu dikarenakan ia harus bekerja.

Pengetahuan terhadap pola hidup sehat dan bersih merupakan hal yang dapat dimodifikasi melalui program pendidikan atau sosialisasi kesehatan berupa informasi *parenting*. Proses pendidikan kesehatan melibatkan beberapa komponen, antara lain menggunakan strategi belajar mengajar, mempertahankan keputusan untuk membuat perubahan tindakan/perilaku dan pendidikan kesehatan juga berfokus kepada perubahan perilaku untuk meningkatkan status kesehatan anak (Listyarini et al., 2020). Sehingga dengan memperhatikan beberapa hal tersebut, kami merancang program modifikasi atau

intervensi ini berupa pemberian informasi terkait praktik pola hidup bersih dan sehat. Dari berbagai dampak inilah intervensi yang dilakukan menasar prevensi terjadinya *stunting*.

Perlu adanya peningkatan pemahaman dan kesadaran di tengah masyarakat untuk meningkatkan perilaku pola hidup sehat dan bersih sebagai upaya pencegahan *stunting*. Pola hidup tidak sehat dan tidak bersih ini menjadi salah satu faktor penyebab *stunting*. Apalagi jika kita melihat pemukiman warga yang sangat padat, kumuh dan kebersihan yang tidak terjaga menjadikan kemungkinan *stunting* menjadi lebih besar. Maka dari itu perlu adanya peningkatan pemahaman dan kesadaran terkait pola hidup sehat dan bersih di masyarakat Indonesia.

Fokus masalah yang mendesak untuk diselesaikan secara segera ini adalah terkait pemahaman masyarakat terhadap pola hidup bersih. Pemahaman tentang pola hidup bersih ini mencakup terkait pengelolaan sanitasi yang baik, pengelolaan limbah domestik yang baik, budaya mencuci tangan, dan juga polusi-polusi terkait limbah eksternal seperti lingkungan hidup yang dekat dengan kawasan industri dll. Alasan dipilihnya fokus masalah ini karena pengetahuan masyarakat khususnya pada ibu dan perilaku hidup bersih merupakan hal yang dapat dimodifikasi melalui program pendidikan atau sosialisasi kesehatan berupa informasi kebersihan yang akan berdampak juga untuk menurunkan angka *stunting*.

Tujuan yang kami fokuskan pada intervensi ini adalah membantu dan berperan pada peningkatan kesadaran dan pemahaman terkait pola hidup bersih dan sehat sebagai program penurunan angka *stunting* pada anak dengan metode prevensi menggunakan edukasi dini pada masyarakat melalui media digital (promosi kesehatan melalui media digital). Intervensi ini diharapkan dapat memberi manfaat meningkatkan *awareness* masyarakat tentang masalah pola hidup bersih dan sehat serta permasalahan *stunting* pada anak sehingga dapat menurunkan tingkat terjadinya *stunting* karena orangtua sudah memahami penyebab dan hal hal yang berkaitan dengan terjadinya *stunting* pada masyarakat, memudahkan tenaga kesehatan posyandu dalam melakukan prevensi agar lebih meratanya edukasi tentang pola hidup bersih untuk pencegahan *stunting* pada masyarakat, sehingga dapat menurunkan angka terjadinya *stunting*, dan membantu mahasiswa dalam berperan membantu masyarakat sebagai bentuk pengabdian dan penyaluran ilmu yang bermanfaat bagi sekitarnya. Kegiatan ini juga memberi pengalaman praktis bagi mahasiswa dalam penerapan keilmuan psikologi kesehatan.

## 2. Metode Pelaksanaan

Metode analisis kebutuhan yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi pustaka berdasarkan artikel-artikel dan jurnal ilmiah terkait *stunting* dari berbagai macam media terkait perilaku hidup sehat dan bersih serta kejadian *stunting*. Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara dengan beberapa ibu yang memiliki balita terkait kegiatan dan kebiasaanya sehari-hari sebagai data empirik.

Program ini akan diberi nama Pola Hidup Bersih untuk Cegah *Stunting*. Pemberian nama program ini dilakukan untuk mempermudah masyarakat dalam menyebut program sehingga akan membantu dalam penyebaran informasi tentang program. Nama yang diberikan sesuai untuk memberikan gambaran kegiatan yang akan dilakukan dalam program yaitu edukasi masyarakat terkait pola hidup bersih dalam rangka mengurangi tingkat *stunting* pada balita.

Program ini diselenggarakan dengan melaksanakan kegiatan edukasi melalui media pamflet (brosur) berisi materi tentang pola hidup bersih dan sehat. Hal ini dilakukan guna meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat terkait pola hidup bersih dan sehat.

Berdasarkan analisis kebutuhan terkait perilaku pola hidup bersih, didapati bahwa informasi belum dapat menjangkau seluruh warga, salah satunya disebabkan kurangnya kesempatan warga dalam mencari informasi karena kesibukan pekerjaan. Sehingga gagasan program ini adalah penyebaran informasi yang lebih merata pada warga terkait pola hidup bersih sebagai upaya pencegahan *stunting*. Metode yang digunakan akan lebih memudahkan warga dalam mendapatkan informasi umum tentang pola hidup bersih di tengah keterbatasan waktu karena kesibukan pekerjaan. Penyebaran informasi tentang perilaku hidup bersih, ini diharapkan akan meningkatkan minat warga untuk merubah perilaku ke arah yang lebih baik.

Peserta kegiatan terdiri dari seluruh pengikut akun media sosial masing-masing anggota kelompok dan masyarakat di luar pengikut akun media sosial anggota kelompok. Pamflet/ brosur dibagikan secara virtual (online). Selain itu, penggunaan brosur sebagai media penyebaran informasi memiliki keuntungan sebagai berikut: Pertama, distribusi lebih mudah, dapat menjangkau berbagai kalangan terutama warga yang tidak memiliki teknologi telepon pintar. Kedua, esain dapat disesuaikan, sehingga dapat meningkatkan atensi dari sasaran intervensi. Program dapat menggunakan desain menarik yang sesuai dengan materi. Ketiga, informasi yang disajikan lebih jelas dan spesifik, serta dapat dibaca berulang kali.

Materi yang akan diberikan dalam program ini adalah pemahaman tentang pola hidup bersih ini mencakup terkait pengelolaan sanitasi yang baik, pengelolaan limbah domestik yang baik, budaya mencuci tangan, dan juga polusi-polusi terkait limbah eksternal seperti lingkungan hidup yang dekat dengan kawasan industri dll.

Alasan dipilihnya fokus masalah ini karena pengetahuan masyarakat khususnya pada ibu dan perilaku hidup bersih merupakan hal yang dapat dimodifikasi melalui program pendidikan atau sosialisasi kesehatan berupa informasi kebersihan yang akan berdampak juga untuk menurunkan angka *stunting*. Kegiatan ini akan dilakukan selama 1 minggu yang dimulai dari Hari Senin Tanggal 9 Mei 2022 hingga Hari Minggu tanggal 15 Mei 2022 melalui akun media sosial masing-masing.

### **3. Hasil dan Pembahasan**

#### **3.1 Tahapan Pelaksanaan**

Program ini dilakukan dengan cara menggunakan pamflet yang disebarakan melalui sosial media instagram tim kelompok. Pelaksanaan program dilakukan tanggal 4-8 mei 2022 dengan melakukan penyusunan program yaitu pembuatan pamflet oleh tim kelompok. Pada tanggal 9-15 mei 2022 melakukan penyebaran pamflet secara online melalui sosial media instagram story tim kelompok.

Akun instagram yang melakukan kegiatan ini antara lain: akun Instagram @rayhan\_itisham dengan 700 pengikut dan berhasil menghimpun 170 lebih penonton *instastory*.

### 3.2 Metode Evaluasi

Metode evaluasi menggunakan *pretest* dan *posttest* sesudah dan sebelum program dilakukan. *Pretest* dan *posttest* ini dituangkan dalam bentuk pertanyaan/*quiz* di instagram stories sesaat sebelum dan sesudah melakukan penyebaran konten poster. Didapati bahwa terjadi peningkatan pengetahuan yang dapat dilihat dari skor *pretest* dan *posttest*. Selain itu juga pengisi polling menyatakan keinginannya menerapkan PHBS sebanyak 86% polling. Padahal pada polling *pretest* 56% audiens menyatakan belum mengetahui indikator PHBS. Dari program di akun instagram @rayhan\_itisham ini menorehkan nilai rata-rata 8 dari para audiens terkait ilmu yang didapatkan dari *instastory* ini.

## 4. Simpulan

Program berjalan dengan baik dan pembahasan sesuai dengan materi dan tema yang sudah ditentukan. keterjangkauan sangat luas dengan dilihat oleh lebih dari 150 penonton. Desain yang menarik juga membuat edukasi ini tidak membosankan. Kekurangannya adalah dikarenakan keterjangkauan yang begitu luas, kami tidak bisa memonitor siapa saja yang melihat dan memberi *feedback* dikarenakan kurang fokusnya sasaran pada program ini. Selibuhnya tujuan tercapai ditandai dengan *pretest* dan *posttest* yang menunjukkan peningkatan pemahaman.

## Daftar Rujukan

- Aini, E. N., Nugraheni, S. A., & Pradigdo, S. F. (2018). Faktor yang mempengaruhi stunting pada balita usia 24-59 bulan di Puskesmas Cepu Kabupaten Blora. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5): 454- 461.
- Katadata. (2018). Prevalensi Stunting Balita Indonesia Tertinggi Kedua di ASEAN. November 22. Accessed November 26, 2018. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2018/11/22/prevalensi-stunting-balita-indonesiatertinggi-kedua-di-asean>.
- Listyarini, A. D., Fatmawati, Y., & Savitri, I. (2020). Edukasi Gizi Ibu Hamil Dengan Media Booklet Sebagai Upaya Tindakan Pencegahan Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Undaan Kabupaten Kudus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(1), 73-83
- Mutia, A. (2021). Prevalensi Stunting Balita Indonesia Tertinggi ke-2 di Asia Tenggara. Diakses melalui (*online*): (Prevalensi Stunting Balita Indonesia Tertinggi ke-2 di Asia Tenggara|Databoks (katadata.co.id).) pada Maret 2022.
- Nadiyah, Briawan, D., & Martianto, D. (2014). Faktor risiko stunting pada anak usia 0— 23 bulan di Provinsi Bali, Jawa Barat, dan Nusa Tenggara Timur (Risk Factors of Stunting among 0—23 Month Old Children in Bali Province, West Java and East Nusa Tenggara). *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 9(2), 125—132.
- Niga, D. M., & Purnomo, W. (2016). Hubungan antara praktik pemberian makan, perawatan kesehatan, dan kebersihan anak dengan kejadian stunting pada anak usia 1-2 tahun di wilayah kerja Puskesmas Oebobo Kota Kupang. *Jurnal Wiyata*, 3, 151–155.
- Saaka, M., & Galaa, S. Z. (2016). Relationships between Wasting and Stunting and Their Concurrent Occurrence in Ghanaian Preschool Children. *Journal of Nutrition and Metabolism*, 2016. <http://dx.doi.org/10.1155/2016/465492>
- TNP2K, Sekretariat Wakil Presiden RI. (2018). Gerakan Nasional Pencegahan Stunting dan Kerjasama Kemitraan Multi Sektor. Agustus. Diakses 31 Agustus 2018. <https://www.am2018bali.go.id/UserFiles/kemenkeu/News/Paparan%20Stunting%20Kemenkeu%202018web.pdf>.
- Yanti D., Betriana, F, & Kartika, I.R. (2020). Faktor Penyebab Stunting pada Anak: Tinjauan Literatur. *Real in Nursing Journal*, 3(1), 1–10. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/article/view/447>