

# Upaya Pencegahan Gizi Buruk dan Penerapan PHBS di Desa Tolowata

<sup>1)</sup>Muammar Iksan, <sup>2)</sup>Jufrin, <sup>3)</sup>Muh.Apriansyah, <sup>4)</sup>Bulqis

<sup>1,2,3)</sup>Universitas Muhammadiyah Bima  
Email: muammariksan31@gmail.com\*

## INFORMASI ARTIKEL:

Submit: 31 Agustus 2023

Review: 25 September 2023

Publish: 31 November 2023

## ABSTRAK

### Kata Kunci:

Gizi Buruk  
Stunting  
Gizi Keluarga  
PHBS  
Sosialisasi Kesehatan

*Persoalan gizi buruk pada anak masih mewarnai dunia kesehatan dan akan terus memburuk apabila tidak segera ditangani dengan bijak. Sebab anak sehat merupakan pondasi krusial dalam membangun masa depan bangsa nantinya. Maka dari itu setiap upaya yang dilakukan untuk mencegah dan menurunkan kasus gizi buruk dapat berkontribusi besar, termasuk yang paling utama adalah program pengabdian kepada masyarakat yang fokus pada isu tersebut. Tujuan dari program pengabdian masyarakat ini adalah memberikan motivasi dan meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan PHBS kepada masyarakat desa agar dapat diimplementasikan untuk mencegah terjadinya kasus gizi buruk terutama pada kelompok usia balita dan anak-anak. Pendekatan awal melalui diskusi ringan dengan mitra program seperti perangkat desa, staf puskesmas Ambalawi, dan pihak sekolah terkait rencana dan persiapan program. Kemudian diikuti dengan survei lokasi kegiatan di semua dusun yang ada. Hasil sosialisasi kesehatan menunjukkan bahwa sasaran dan mitra program sangat termotivasi untuk mulai menerapkan PHBS dan membangun kesadaran gizi untuk menjaga kesehatan keluarga di rumah serta di lingkungan desa, termasuk lingkungan sekolah. Sangat perlu kedepannya diadakan program intervensi spesifik pada kelompok-kelompok usia rentan terhadap masalah gizi seperti upaya peningkatan kesehatan remaja dan ibu hamil untuk mencegah terjadinya kasus gizi buruk secara optimal di desa Tolowata.*

### ABSTRACT

**Keywords:**  
Poor Nutrition  
Stunting  
Family Nutrition  
PHBS  
Health Promotion

*The problem of malnutrition in children still affects the world of health and will continue to get worse if it is not handled wisely. Because healthy children are a crucial foundation in building the nation's future. Therefore every effort made to prevent and reduce cases of malnutrition can make a major contribution, including the most important is community service programs that focus on this issue. The purpose of this community service program is to provide motivation and increase knowledge about nutrition and PHBS to the village community so that it can be implemented to prevent cases of malnutrition, especially in the age group of toddlers and children. The initial approach was through light discussions with program partners such as village officials, Ambalawi health center staff, and the school regarding program plans and preparations. Then followed by a survey of activity locations in all existing hamlets. The results of the health outreach showed that the program's targets and partners were highly motivated to start implementing PHBS and building nutrition awareness to maintain family health at home and in the village environment, including the school environment. It is very necessary in the future to hold specific intervention programs for age groups that are vulnerable to nutritional problems, such as efforts to improve the health of adolescents and pregnant women to optimally prevent cases of malnutrition in Tolowata village.*

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



## I. PENDAHULUAN

Masalah gizi buruk dan stunting merupakan beban berat yang tengah ditanggung oleh bangsa Indonesia dalam dua decade terakhir. Data survei status gizi menyebutkan angka stunting Indonesia berada pada 21,6 % atau sekitar 4,5 juta anak balita yang menderita stunting. Sedangkan underweight sebesar 17,1 %, (SSGI, 2022). Tingginya angka prevalensi gizi buruk dan stunting pada balita menandakan bahwa kualitas penanganan kesehatan masih perlu diupayakan lebih baik lagi, sehingga sumber daya masa depan bangsa tidak mengalami kemunduran dan penurunan kualitas. Riset kesehatan dasar sebelumnya juga menyebutkan bahwa angka gizi buruk wasting mencapai sebesar 10,2 %, ini sudah masuk kategori tinggi jika mengacu pada ketentuan WHO ( Riskesdas, 2018).

Data gizi buruk di NTB tidak kalah memprihatinkan, sebesar 5, 59 % anak masuk dalam kategori kurus dan kategori gizi kurang sebesar 14,9 % (Dinkes NTB, 2022). Sedangkan untuk balita penderita stunting berada pada angka 32,7% dan mengerucut pada data spesifik, kabupaten bima dengan angka 29,7% (SSGI, 2022). Usia balita adalah kelompok usia yang sangat rentan terhadap masalah gizi yang kemudian dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak. Apabila terkena gizi buruk, anak pun akan mengalami penurunan kondisi kesehatan saat

dewasa, peningkatan risiko terjadinya infeksi sehingga mengakibatkan morbiditas/kesakitan dan mortalitas/kematian (Alamsyah et al., 2017).

Mengingat dampak fenomena gizi buruk yang irreversible atau tidak dapat diulangi, butuh pendekatan khusus yang dilihat melalui faktor-faktor penyebab timbulnya masalah gizi seperti pendidikan, pengetahuan, pola asupan, dan kesadaran gizi dari keluarga khususnya pada ibu (Solikhah et al., 2017). Upaya yang umumnya dilakukan dapat berupa penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Beberapa penelitian menunjukkan hasil yang signifikan tentang hubungan antara PHBS dan kejadian masalah gizi. Melaksanakan PHBS dapat meningkatkan status kesehatan dan mencegah terjadinya stunting pada anak baduta di daerah Surakarta (Apriani, 2018). Edukasi gizi juga berperan penting dalam mencegah gizi buruk terutama meningkatkan pengetahuan ibu yang notabene merupakan kelompok penentu pola asuh pada balita. Upaya seperti ini dapat juga didorong melalui keterlibatan lintas sektor untuk mendapatkan hasil penyadaran yang optimal ketika melakukan intervensi di masyarakat (Asmawati et al., 2019).

Berangkat dari uraian permasalahan gizi sebelumnya dan melihat kondisi desa tolowata kecamatan Ambalawi, maka perlu dilakukan program pengabdian kepada Masyarakat, dengan tujuan untuk memberikan edukasi kesehatan dan gizi kepada Masyarakat desa tolowata melalui pola hidup bersih dan sehat dalam rangka mencegah terjadinya gizi buruk.

## II. MASALAH

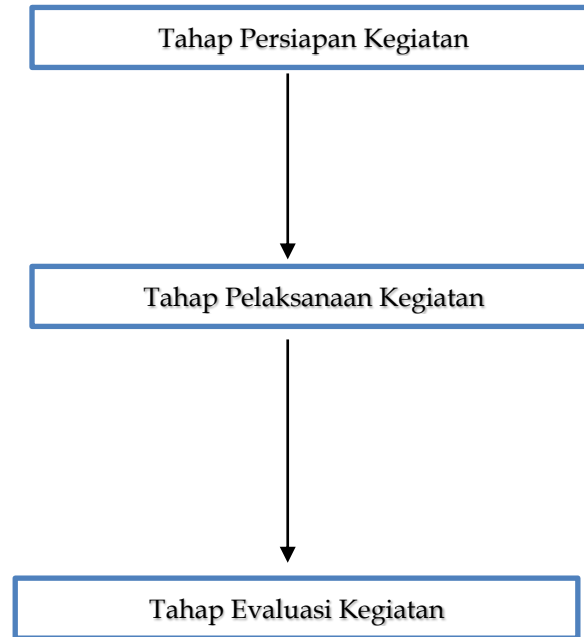
Menurut survei awal tim pengabdian masyarakat, desa Tolowata kecamatan Ambalawi kabupaten bima dikelilingi oleh area persawahan dan bukit disampingnya. Mayoritas masyarakat bekerja sebagai petani bawang dan padi. Desa Tolowata merupakan daerah yang mempunyai keterbatasan dalam mencukupi keanekaragaman zat gizi yang dibutuhkan karena ketergantungan dengan mobil penjual bahan pangan yang melintas setiap harinya. Selain itu pengetahuan dan kesadaran akan perilaku hidup bersih dan sehat masih tergolong minim. Hal ini dibuktikan dengan kebiasaan tidak sarapan pagi di sekolah-sekolah, kebiasaan merokok warga laki-laki yang masih tinggi, jarang mencuci tangan pakai sabun, dan jumlah jamban yang terbatas (BPS, 2022). Beberapa faktor tersebut dapat menimbulkan masalah gizi buruk bagi masyarakat terutama pada balita.

## III. METODE

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Tolowata, Kecamatan Ambalawi, Kabupaten Bima, NTB. Bertepatan pada tanggal 24 Juli 2023. Mitra kegiatan yaitu Puskesmas Ambalawi, Perangkat Desa, Sekolah SDN Inpres 02 Tolowata dan Warga desa setempat yang ditentukan melalui pendekatan *small forum group discussion*. Komponen mitra dan sasaran pengabdian masyarakat ini dipilih berdasarkan pertimbangan keterlibatan sektor terkait dan dampak positif yang ditimbulkan pada program pengabdian.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dalam 3 tahapan. Ada tahap persiapan kegiatan, pelaksanaan, dan evaluasi. Keberhasilan kegiatan dapat ditunjukkan dengan adanya penambahan motivasi dan pengetahuan sasaran mengenai konsep gizi seimbang dan PHBS. Pengukuran dan evaluasi keberhasilan kegiatan bisa diketahui melalui

proses pengamatan dan respon/umpan balik secara langsung dari mitra setelah adanya sosialisasi dan praktik PHBS di lapangan.



**Diagram 1.** Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

#### IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang ditunjukkan oleh pengabdian ini dapat dikonfirmasi dari lancarnya kegiatan dan tanggapan baik yang diberikan oleh masyarakat, mitra pun begitu antusias dalam menerima pengetahuan baru dari sosialisasi yang telah dilakukan serta memberikan dukungan penuh pada program. Mitra turut membantu dalam praktik PHBS yang dipandu oleh tim pengabdian di lingkungan sekolah dasar Tolowata.

Langkah-langkah dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian dijelaskan lebih rinci pada setiap tahapan berikut ini:

##### 1. Tahap Persiapan

Kegiatan dimulai dari pembentukan tim program bersama mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Bima, pemberian informasi mengenai rencana dan bentuk kegiatan kepada mitra terkait untuk melihat kesesuaian program dengan dampak positif yang diharapkan Bersama. Kemudian survei lokasi dilakukan di beberapa dusun dan disepakati bertempat di lingkungan sekolah SDN Inpres 02 Tolowata. Komponen penting dalam persiapan kegiatan yaitu narasumber dari pihak Puskesmas dan Akademisi, lalu tata ruangan dilakukan serta mencetak spanduk sekaligus sebagai backdrop kegiatan. Undangan untuk peserta sebagai sasaran disebarakan yang terdiri dari semua level komponen Masyarakat dan mitra terkait. Untuk kegiatan praktek PHBS disediakan sabun cuci tangan dan sumber air mengalir di lokasi kegiatan. Kue dan air minum konsumsi juga disediakan sesuai kebutuhan.

## 2. Tahap Pelaksanaan

Bentuk kegiatan diawali dengan seminar kesehatan dalam ruangan kelas sesuai susunan acara yang dipandu oleh MC dan Moderator. Acara dibuka dan terdapat kata pengantar dari perangkat desa yang hadir. Setelah itu acara diambil alih oleh moderator dan mempersilahkan pemateri untuk berbicara menyampaikan konsep gizi seimbang, dampak malnutrisi termasuk stunting dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Semua komponen peserta yang hadir mendengarkan pemaparan materi dari para narasumber yang ahli di bidangnya. Setelah narasumber selesai menyampaikan materi, moderator membuka sesi diskusi dan tanya jawab. Pada sesi ini berlangsung dinamis dan penuh antusias.

Bentuk kegiatan selanjutnya yaitu praktik PHBS yang diadakan di luar ruangan, dimana melibatkan peserta dari sekolah, warga, dan staf puskesmas. Jenis PHBS nya adalah mencuci tangan pakai sabun dengan menggunakan air mengalir. Pengarahan dilakukan oleh tim pengabdian dan pihak puskesmas. Sasaran utama adalah mengajarkan anak sekolah dasar mengenai PHBS sedari dini agar nantinya dapat diimplementasikan sepanjang siklus kehidupan mereka hingga dewasa dan berkeluarga.

## 3. Tahap Evaluasi

Titik berat dalam evaluasi ketercapaian tujuan pengabdian ini adalah adanya perubahan perilaku dan tertanamnya pola pikir mengenai implementasi pedoman gizi seimbang dan PHBS dalam kehidupan sehari-hari yang dimulai sejak pelaksanaan pengabdian ini. Berdasarkan pengamatan selama program sudah terlihat komitmen mitra dan sasaran untuk menjalankan PHBS, serta kesadaran tentang pencegahan gizi buruk sudah tampak ketika sesi feedback atau tanggapan selama kegiatan. Tentunya Upaya seperti ini butuh Kerjasama yang berkelanjutan dan terus bergandengan tangan dengan pihak-pihak terkait agar pengabdian di bidang kesehatan dapat memberi dampak positif yang luas, terutama bagi masyarakat setempat.



**Gambar 1.** Pemaparan Program Pengabdian dan FGD



**Gambar 2.** Pelaksanaan Seminar Kesehatan



**Gambar 3.** Pengarahan dan Praktik PHBS

## V. KESIMPULAN

Urgensi masalah gizi kian tinggi untuk diberikan perhatian, terutama kalau sudah menyangkut gizi anak yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangannya. Apabila dibiarkan tanpa ada upaya yang serius, kedepannya berimbas pada performa produktifitas dan kualitas sumber daya manusia yang tidak sesuai dengan harapan. Oleh karena demikian, program pengabdian kepada masyarakat yang fokus pada pencegahan gizi buruk sangat dibutuhkan terutama pada skala daerah yang jarang tersentuh akses informasi

kesehatan. Pengabdian yang dilaksanakan di desa Tolowata turut memberikan kontribusi untuk meningkatkan kesadaran Masyarakat dalam membangun perilaku hidup bersih dan sehat sehingga dapat mencegah segala bentuk masalah gizi yang tengah dihadapi. Keterlibatan mitra dan lintas sektor menjadi kunci untuk perbaikan status gizi dan kesehatan Masyarakat yang berkelanjutan sesuai dengan rencana serta tujuan program nasional di bidang kesehatan. Diharapkan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat yang berfokus pada kesehatan dapat selalu diadakan pada daerah lain dengan skala yang lebih luas.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis dan tim pengabdian sampaikan kepada Universitas Muhammadiyah Bima atas dukungan materil dan non materil, terutama sebagai jembatan penghubung dengan mitra program di lapangan. Sehingga segala bentuk rencana dan pelaksanaan pengabdian bisa berjalan sesuai dengan harapan dan tujuan, terutama dalam penyelesaian penerbitan jurnal pengabdian kepada Masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, D., Mexitalia, M., Margawati, A., Hadisaputro, S., & Setyawan, H. (2017). Beberapa Faktor Risiko Gizi Kurang dan Gizi Buruk pada Balita 12-59 Bulan (Studi Kasus di Kota Pontianak). *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 2(1), 46-53
- Asmawati., Sari, D.A., Ihromi, S., Nurhayati., Pacitra, S., Luthfiah, T.D., & Riza, H. (2021). Cegah Stunting dan Gizi Buruk pada Balita dengan Edukasi Gizi Bagi Tumbuh Kembang Anak di Desa Banyumulek Kabupaten Lombok Barat. 2(2), 7-12
- BPS. (2022). *Kecamatan Ambalawi dalam Angka 2022*. Diperoleh dari <https://bimakab.bps.go.id/publication/2022/09/26/2ba24c1e33939f165566b2d2/kecamatan-ambalawi-dalam-angka-2022.html>
- Dinkes NTB. (2022). *Profil Kesehatan Nusa Tenggara Barat Tahun 2021*. Diperoleh dari <https://dinkes.ntbprov.go.id/profil-kesehatan/>
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar*. Diperoleh dari <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>
- Solikhah, A. S., Rustiana, E. R., & Ari, Y. (2017). Faktorfaktor yang berhubungan dengan status gizi balita di pedesaan dan perkotaan. *Public Health Perspective Journal*, 2(1)
- SSGI. (2022). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. Diperoleh dari [https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/files46531.\\_MATERI\\_KABKPK\\_SOS\\_SSGI.pdf](https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/files46531._MATERI_KABKPK_SOS_SSGI.pdf)