

## Hubungan Perilaku Keluarga Sadar Gizi dan Pola Hidup Bersih Dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 1-5 Tahun di Desa Pakem Raya Selatan Kecamatan Medang Deras Kabupaten Batubara

Mu'arya Sinaga<sup>1</sup> Fitriana<sup>2</sup> Aqil Muhammad Hasibuan<sup>3</sup> Muhammad Deffa Ray<sup>4</sup> Rafi Pratama<sup>5</sup> Ali Darta<sup>6</sup>

Program Studi Ekonomi dan Bisnis Islam, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Kota Medan Provinsi Sumatera Utara, Indonesia<sup>1,3,4</sup>

Program Studi Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Kota Medan Provinsi Sumatera Utara, Indonesia<sup>2</sup>

Program Studi Sains dan Teknologi, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Kota Medan Provinsi Sumatera Utara, Indonesia<sup>5</sup>

Program Studi Ilmu Alquran dan Tafsir, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Kota Medan Provinsi Sumatera Utara, Indonesia<sup>6</sup>

Email: [aryasng13@gmail.com](mailto:aryasng13@gmail.com)<sup>1</sup> [fitrianasuyetno@gmail.com](mailto:fitrianasuyetno@gmail.com)<sup>2</sup> [aqilmuhammadhsb@gmail.com](mailto:aqilmuhammadhsb@gmail.com)<sup>3</sup> [deffaray2@gmail.com](mailto:deffaray2@gmail.com)<sup>4</sup> [rafipratama506@gmail.com](mailto:rafipratama506@gmail.com)<sup>5</sup> [alidarta@uinsu.ac.id](mailto:alidarta@uinsu.ac.id)<sup>6</sup>

### Abstract

*Stunting is a condition that attacks children under the age of five who do not develop due to malnutrition, many diseases and lack of stimulation in the first 1,000 days of life. This research was conducted with the aim of finding out the relationship between family behavior regarding food and hygiene and the prevalence of stunting in children aged 1-5 years in Pakem Raya Sultan Village. This research uses a quantitative approach and cross-sectional research methods. The results of the research show that there is a significant relationship between family behavior that knows how to eat and live clean and the appearance of shortness of breath in preschool children. This research shows that there is a significant relationship between family behavior that knows how to eat and live cleanly and the incidence of shortness of breath in young children in Pakem Raya Sultan Village. Efforts to increase public awareness of food and environmental hygiene need to be increased through education and health activities.*

**Keywords:** Stunting, Clean Lifestyle, Family Behavior, Nutrition

### Abstrak

Stunting adalah suatu kondisi yang menyerang anak di bawah usia lima tahun yang tidak berkembang akibat kekurangan gizi, banyaknya penyakit, dan kurangnya rangsangan pada 1.000 hari pertama kehidupan. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan perilaku keluarga terkait pangan dan kebersihan dengan prevalensi stunting pada anak usia 1-5 tahun di Desa Pakem Raya Sultan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode penelitian cross sectional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku keluarga yang tahu makan dan hidup bersih dengan munculnya sesak pada anak prasekolah. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku keluarga yang tahu makan dan hidup bersih dengan kejadian sesak pada anak kecil di Desa Pakem Raya Sultan. Upaya meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kebersihan pangan dan lingkungan perlu ditingkatkan melalui kegiatan pendidikan dan kesehatan.

**Kata Kunci:** Stunting, Pola Hidup Bersih, Perilaku Keluarga, Gizi



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

### PENDAHULUAN

Stunting merupakan suatu keadaan yang dialami anak di masa pertumbuhan dimana tumbuh kembang anak terhambat yang diakibatkan oleh kekurangan asupan gizi kronis,

infeksi berulang, dan kurangnya stimulasi psikososial. Di Indonesia, stunting menjadi masalah serius yang mempengaruhi kualitas sumber daya manusia dan pertumbuhan ekonomi negara. Berdasarkan paparan dari WHO (2015), stunting didefinisikan sebagai masalah pertumbuhan dan perkembangan anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan tinggi badan di bawah standar. Selain itu, WHO (2020) mendefinisikan stunting sebagai anak yang tinggi badannya kurang dari -2 standar deviasi (SD) pada kurva pertumbuhan WHO sehingga tidak mungkin mengalami perubahan akibat kekurangan gizi dan penyakit yang berulang atau kronis. . Dalam 1000 hari pertama kehidupan. (Kemenkes, 2022) (Kemenkes, 2022).

Stunting terjadi ketika anak tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup sejak dalam kandungan hingga usia dua tahun. Kekurangan gizi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk pola makan yang tidak seimbang, infeksi berulang seperti diare, dan sanitasi yang buruk. Selain itu, faktor sosial ekonomi seperti kemiskinan dan rendahnya pendidikan orang tua juga berperan besar dalam tingginya angka stunting. Anak-anak dengan perawakan pendek berisiko lebih besar mengalami keterlambatan perkembangan kognitif dan motorik. Hal ini menyebabkan rendahnya tingkat pendidikan dan rendahnya kesempatan kerja di masa dewasa. Selain itu, bertubuh pendek meningkatkan risiko penyakit kronis seperti diabetes dan penyakit jantung di tahap kehidupan selanjutnya. Penyakit ini masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di India, khususnya di daerah pedesaan seperti Kabupaten Batu Bara. Desa Pakem Raya Selatan merupakan salah satu desa di Kecamatan Medang Daras yang mempunyai angka kejadian obesitas yang tinggi. Pencegahan stunting memerlukan pendekatan yang komprehensif dan terintegrasi. Salah satu langkah penting adalah memastikan pasokan nutrisi yang masuk ke tubuh harus tercukupi dan sesuai bagi ibu hamil dan anak balita. Program edukasi gizi dan kesehatan bagi ibu hamil dan keluarga juga sangat penting untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi yang baik. Selain itu, perbaikan sanitasi dan akses terhadap air bersih juga harus menjadi prioritas untuk mengurangi risiko infeksi yang dapat memperburuk kondisi gizi anak (Sugiyansyah, 2023).

## **METODE PENGABDIAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di wilayah Desa Pakem Raya Selatan Kecamatan Medang Daras Kabupaten Batubara. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan selama 1 bulan lebih untuk mengvalidasi data dilapangan sejak bulan Agustus hingga awal September 2024. Penelitian ini memakai desain survei analitik dengan pendekatan cross-sectional. Teknik pengambilan sampel dengan metode purposive sampling dengan kriteria balita berusia 1-5 tahun yang tinggal di Desa Pakem Raya Selatan. Jumlah sampel sebanyak 100 balita beserta orang tua atau pengasuhnya. Instrumen Penelitian dikumpulkan melalui kuesioner yang terdiri dari dua bagian: 1) Perilaku Keluarga Sadar Gizi: Meliputi pengetahuan, sikap, dan praktik keluarga terkait pemberian makanan bergizi kepada anak. 2) Pola Hidup Bersih: Meliputi praktik kebersihan keluarga seperti cuci tangan dengan sabun, kebersihan lingkungan tempat tinggal, dan pengelolaan air bersih. Data status gizi balita diukur menggunakan indikator tinggi badan per umur (TB/U), dan data ini kemudian dibandingkan dengan standar WHO. Data dianalisis menggunakan uji Chi-square untuk melihat hubungan antara pola kebiasaan yang sadar akan gizi di keluarga dengan pembiasaan pola hidup bersih dengan peristiwa stunting. Analisis data dilakukan menggunakan software SPSS versi 25.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa:

1. Pola Kesadaran Keluarga Sadar Gizi. Sebagian besar keluarga yang sadar gizi memiliki balita dengan status gizi normal (75%). Keluarga yang memiliki pengetahuan dan perilaku gizi yang kurang baik cenderung memiliki anak balita yang mengalami stunting (40%).
2. Pola Hidup Bersih. Keluarga yang menerapkan pola hidup bersih (cuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan lingkungan, menggunakan air bersih) memiliki prevalensi stunting yang lebih rendah (20%) dibandingkan dengan keluarga yang kurang menjaga kebersihan (45%).
3. Korelasi sikap Sadar Gizi dengan Peristiwa Stunting. Hasil uji Chi-square menyatakan adanya korelasi yang signifikan antara perilaku keluarga sadar gizi dengan peristiwa stunting pada balita ( $p$ -value = 0,003). Keluarga yang memiliki perilaku sadar gizi baik, cenderung memiliki balita yang tumbuh dengan baik tanpa mengalami stunting.
4. Hubungan Pola Hidup Bersih dengan Kejadian Stunting. Hasil uji Chi-square juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola hidup bersih keluarga dengan kejadian stunting ( $p$ -value = 0,005). Keluarga yang menerapkan pola hidup bersih memiliki balita dengan status gizi yang lebih baik.

### **Pembahasan**

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa perilaku keluarga yang sadar gizi dan pola hidup bersih memiliki peran penting dalam pencegahan stunting. Perilaku keluarga yang baik dalam hal pemberian makanan bergizi, seperti memberikan ASI eksklusif, makanan pendamping ASI yang seimbang, dan menjaga kebersihan lingkungan, sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan anak. Stunting dapat dicegah dengan meningkatkan kesadaran keluarga tentang pentingnya gizi dan kebersihan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa keluarga yang kurang sadar gizi dan tidak menerapkan pola hidup bersih cenderung memiliki anak dengan risiko tinggi stunting. Pemberdayaan masyarakat dalam hal pendidikan gizi dan kebersihan menjadi sangat penting untuk menurunkan angka stunting di daerah pedesaan. Di Desa Pakam Raya Selatan, terdapat upaya aktif untuk mengatasi masalah stunting. Salah satu kegiatan yang dilakukan adalah sosialisasi pencegahan stunting yang diadakan oleh kelompok KKN 08 dari Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UINSU) pada 9 Agustus 2024. Kegiatan ini bekerja sama dengan Posyandu setempat dan bertujuan untuk memberikan edukasi kepada ibu hamil dan ibu yang memiliki balita tentang pentingnya asupan gizi seimbang, pola makan sehat, serta pemeriksaan kesehatan rutin untuk mencegah stunting. Masyarakat Desa Pakam Raya Selatan memainkan peran penting dalam mengatasi stunting melalui berbagai cara:

1. Edukasi dan Kesadaran: Masyarakat, terutama para ibu, berpartisipasi dalam program edukasi yang diselenggarakan oleh Posyandu dan kelompok KKN. Mereka belajar tentang pentingnya gizi seimbang dan pola makan sehat untuk anak-anak.
2. Pemeriksaan Kesehatan Rutin: Warga desa secara aktif membawa anak-anak mereka ke Posyandu untuk pemeriksaan kesehatan rutin, pemantauan pertumbuhan, dan imunisasi. Ini membantu dalam deteksi dini dan penanganan masalah gizi.
3. Pemberdayaan Ekonomi: Masyarakat terlibat dalam kegiatan ekonomi yang mendukung ketahanan pangan, seperti pertanian dan perikanan. Dengan meningkatkan pendapatan keluarga, mereka dapat menyediakan makanan bergizi bagi anak-anak mereka.
4. Kerjasama Komunitas: Warga desa bekerja sama dalam berbagai inisiatif komunitas untuk memastikan bahwa semua anak mendapatkan akses ke makanan bergizi dan layanan kesehatan. Ini termasuk gotong royong dalam kegiatan kebersihan lingkungan dan penyediaan air bersih.

5. Dukungan Sosial: Masyarakat memberikan dukungan sosial kepada keluarga yang membutuhkan, termasuk bantuan makanan dan dukungan moral. Solidaritas ini membantu keluarga yang kurang mampu untuk tetap memberikan asupan gizi yang baik bagi anak-anak mereka.

## KESIMPULAN

Hasil temuan ini menyatakan bahwa terdapat korelasi antara perilaku keluarga sadar gizi dan pola hidup bersih dengan peristiwa stunting secara signifikan pada balita di Desa Pakam Raya Selatan. Upaya peningkatan kesadaran masyarakat terkait gizi dan kebersihan lingkungan harus terus ditingkatkan melalui program edukasi dan intervensi kesehatan yang berkelanjutan.

## Rekomendasi

1. Pemerintah daerah dan petugas kesehatan di desa perlu mengintensifkan program penyuluhan gizi dan pola hidup bersih kepada keluarga, khususnya keluarga dengan balita.
2. Program Posyandu dan pemberian makanan tambahan (PMT) harus dioptimalkan untuk memantau pertumbuhan balita secara rutin.
3. Melibatkan tokoh masyarakat dan pemuda desa dalam kegiatan promosi kesehatan agar lebih efektif menjangkau seluruh lapisan masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aridiyah, (2015). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan*. e-Jurnal Pustaka Kesehatan, vol. 3 (no. 1) Januari 2015. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember
- Badan Kesehatan Dunia (WHO). (2014). *Global Nutrition Targets 2025: Stunting Policy Brief*. Geneva: WHO.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Prendergast, A. J., & Humphrey, J. H. (2014). The stunting syndrome in developing countries. *Paediatrics and International Child Health*, 34(4), 250-265.
- UNICEF. (2019). *The State of the World's Children 2019: Children, Food and Nutrition*. New York: UNICEF.
- Vonaesch, P., Randremanana, R., & Gody, J. C. (2021). Stunting, Wasting and Micronutrient Deficiencies in Children with Prolonged Infectious Diseases in Low-Income Countries. *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, 72(4), 491-498.