

PENDEKATAN *EMOTIONAL DEMONSTRATION* DALAM PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA REMAJA UNTUK PENCEGAHAN STUNTING

Emotional Demonstration Approach in Implementing Clean and Healthy Living Behavior Among Adolescents for Stunting Prevention

Amanda Cynthia Margaretta¹, Auraning Mustika Hima Wardhani¹, Julianda Setyawati¹, Catryna Alfaidah¹, Marshanda Sofi Permatasari¹, Rahma Azizah¹, Elok Kholwatul Jannah¹, Farida Wahyu Ningtyias²

¹Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember

²Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember

E-mail: farida.fkm@unej.ac.id

ABSTRACT

According to data from the Bondowoso District Health Office in 2022, there were 53 cases of stunting incidents among toddlers reported in the Curahdami District. One of the contributing factors to the occurrence of stunting in Curahdami is the high incidence of diarrhea due to unhealthy living behaviors, such as the community's habit of bathing in rivers and using river water for daily needs, as well as the lack of handwashing practices with soap, both before handling food, after defecation, and after activities. There is a need to raise adolescents' awareness of the negative impacts of bathing in rivers on health, which can lead to infectious diseases and increase the risk of stunting. The methods used were lectures and emotional demonstration, an interactive approach that involves emotional and psychological aspects of participants. The activity was conducted once on December 7, 2024, at MTs Ukhuwah Islamiyah, Curahdami Subdistrict, Bondowoso Regency, involving 18 eighth-grade students. The effectiveness of the activity was evaluated by measuring students' knowledge levels using pre-test and post-test questionnaires. The results showed an improvement in students' knowledge regarding the negative health impacts of bathing in rivers. Students' understanding of the importance of handwashing with soap and running water also increased after the activity. The average percentage of correct answers increased from 40.5% in the pre-test to 89.5% in the post-test. In conclusion, this activity successfully enhanced adolescents' awareness in adopting clean and healthy living behaviors as an effort to prevent stunting.

Keywords : *Stunting; Under-Five Children; Healthy Behavior; Infectious Diseases; Diarrhea*

ABSTRAK

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Bondowoso tahun 2022, tercatat sebanyak 53 kasus kejadian stunting pada balita masih ditemukan di Kecamatan Curahdami. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kejadian stunting di Kecamatan Curahdami adalah tingginya angka diare akibat perilaku hidup yang tidak bersih dan sehat seperti kebiasaan masyarakat yang masih mandi di sungai dan memanfaatkan air sungai untuk keperluan sehari-hari serta kurangnya penerapan kebiasaan cuci tangan dengan sabun baik sebelum menjamah makanan, setelah buang air besar maupun setelah beraktivitas. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran remaja akan dampak negatif mandi di sungai terhadap kesehatan yang dapat menyebabkan penyakit infeksi dan meningkatkan risiko stunting. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dan metode demonstrasi emosional yang bersifat interaktif serta melibatkan aspek emosional dan psikologis peserta. Kegiatan dilaksanakan satu kali pada tanggal 7 Desember 2024 di MTs Ukhuwah Islamiyah, Kecamatan Curahdami, Kabupaten Bondowoso, dengan sasaran 18 siswa kelas VIII. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan melalui pengukuran tingkat pengetahuan menggunakan *pre-test* dan *post-test* dengan instrumen kuesioner pilihan ganda. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan siswa mengenai dampak negatif mandi di sungai terhadap kesehatan. Selain itu, terjadi peningkatan pemahaman siswa tentang pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir dalam mencegah penyakit infeksi. Rata-rata persentase jawaban benar meningkat dari 40,5% pada *pre-test* menjadi 89,5% pada *post-test*. Kegiatan ini disimpulkan mampu meningkatkan kesadaran remaja dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya pencegahan stunting.

Kata kunci : Stunting; Balita; PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat); Penyakit Infeksi ; Diare

PENDAHULUAN

Gizi pada anak masih menjadi masalah kesehatan di seluruh dunia. Kejadian gizi kurang merupakan dampak dari proses pertumbuhan yang tidak optimal atau terhambat. Apabila tidak ditangani, kondisi ini dapat menyebabkan anak lebih rentan terhadap penyakit infeksi serta berdampak pada penurunan tingkat kecerdasan dan produktivitas di masa mendatang (Hanifah *et al.*, 2019). Upaya perbaikan gizi anak diharapkan dapat mengakhiri berbagai bentuk malnutrisi pada tahun 2025, sejalan dengan target *Sustainable Development Goals* (SDGs) untuk menurunkan prevalensi stunting pada tahun 2030 (SDGs, 2017).

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak yang disebabkan oleh kekurangan asupan gizi, paparan penyakit infeksi, serta kurangnya stimulasi. Balita dikategorikan stunting apabila memiliki nilai *Z-score* tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 SD (*stunted*) dan kurang dari -3 SD (*severely stunted*). Secara global, sebanyak 149 juta anak (21,9%) mengalami stunting. Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa Indonesia menempati peringkat kedua tertinggi di kawasan Asia Tenggara dengan prevalensi stunting sebesar 30,8% (*United Nations–WHO–World Bank Group*, 2019). Masalah stunting di Indonesia hingga saat ini masih menjadi perhatian utama, termasuk di Kabupaten Bondowoso. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting di Kabupaten Bondowoso mencapai 32%. Salah satu wilayah yang masih menghadapi permasalahan stunting adalah Kecamatan Curahdami. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Bondowoso tahun 2022 mencatat terdapat 53 kasus stunting pada balita di kecamatan tersebut. Meskipun angka ini tidak tergolong tinggi, kondisi tersebut tetap memerlukan perhatian serius guna mencegah peningkatan kasus stunting di masa mendatang. Stunting menjadi prioritas penanganan karena berdampak pada kualitas sumber daya manusia dan berpotensi menghambat pembangunan nasional apabila prevalensinya terus meningkat (Kemenkes RI, 2018).

Stunting dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain asupan makanan, penyakit infeksi, berat dan panjang badan lahir, riwayat ASI eksklusif, status imunisasi, higiene dan sanitasi, pengetahuan ibu tentang gizi, serta status ekonomi keluarga. Faktor langsung yang berhubungan dengan kejadian stunting adalah asupan makanan dan penyakit infeksi (Yuniarti *et al.*, 2019). Penyakit infeksi merupakan kondisi yang disebabkan oleh masuknya mikroorganisme ke dalam tubuh sehingga menimbulkan gangguan fungsi normal. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak dengan riwayat penyakit infeksi memiliki risiko stunting hingga tiga kali lebih besar dibandingkan anak tanpa riwayat infeksi, bahkan berisiko hingga delapan kali lipat pada kondisi tertentu (Dewi, 2018; Subroto, 2021).

Penyakit infeksi berkontribusi langsung terhadap stunting karena infeksi menyebabkan peningkatan kebutuhan zat gizi untuk proses pemulihan jaringan, sekaligus menurunkan penyerapan dan pemanfaatan zat gizi. Salah satu penyakit infeksi yang sering dialami balita adalah diare. Diare dapat disebabkan oleh berbagai agen, seperti virus (misalnya rotavirus), bakteri (misalnya *Escherichia coli* dan *Shigella*), serta parasit (misalnya *Giardia lamblia*). Penyakit diare tidak hanya menyebabkan kehilangan cairan dan elektrolit, tetapi juga menurunkan nafsu makan dan mengganggu penyerapan nutrisi di usus. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat menyebabkan gizi kurang dan berujung pada stunting. Sebaliknya, balita yang mengalami gizi kurang atau stunting juga lebih rentan terhadap diare akibat melemahnya sistem imun. Hal ini menunjukkan adanya hubungan timbal balik antara penyakit diare sebagai penyakit infeksi dan status gizi balita.

Penyakit infeksi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain lingkungan yang tidak higienis, sanitasi yang buruk, serta perilaku hidup yang tidak bersih dan sehat. Salah satu faktor yang diduga berkontribusi terhadap kejadian stunting di Kecamatan Curahdami adalah tingginya kasus diare yang berkaitan dengan perilaku hidup tidak sehat. Beberapa kebiasaan masyarakat yang masih ditemukan, seperti mandi di sungai dan memanfaatkan air sungai untuk keperluan sehari-hari, serta rendahnya penerapan kebiasaan cuci tangan pakai sabun sebelum makan, setelah buang air besar, maupun setelah beraktivitas, berpotensi meningkatkan risiko penyakit infeksi. Pada tahun 2022, terjadi 4.604 kasus diare di Kabupaten Bondowoso. Penggunaan air sungai yang tercemar untuk mandi, mencuci, dan keperluan sehari-hari berkontribusi signifikan terhadap meningkatnya risiko diare karena air sungai sering kali terkontaminasi oleh berbagai patogen, seperti bakteri, virus, dan parasit yang dapat menyebabkan infeksi saluran pencernaan. Selain itu, kebiasaan tidak mencuci tangan sebelum makan atau setelah buang air besar meningkatkan kemungkinan perpindahan patogen ke dalam tubuh melalui makanan atau minuman.

Diare tidak hanya menyebabkan kehilangan cairan dan elektrolit, tetapi juga mengganggu penyerapan nutrisi penting, sehingga dalam jangka panjang dapat memperburuk status gizi dan meningkatkan risiko stunting, terutama pada balita dengan daya tahan tubuh yang lemah. Untuk mencegah dampak tersebut, penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) menjadi langkah yang sangat penting. Kebiasaan seperti mencuci tangan dengan sabun sebelum makan, setelah buang air besar, serta memastikan

penggunaan air bersih untuk keperluan sehari-hari, termasuk memasak dan minum, dapat secara signifikan memutus rantai penyebaran penyakit diare. Menghindari penggunaan air sungai atau sumber air yang terkontaminasi juga harus menjadi prioritas dalam menjaga kesehatan keluarga, khususnya anak-anak yang rentan terhadap penyakit infeksi.

Sejalan dengan upaya tersebut, program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berfokus pada edukasi mengenai pentingnya mencuci tangan dengan sabun, penggunaan air bersih, dan perbaikan sanitasi lingkungan sebagai strategi pencegahan diare dan stunting. Peningkatan kesadaran masyarakat terhadap kebiasaan hidup bersih, termasuk menghindari kebiasaan mandi dan menggunakan air sungai yang tercemar untuk keperluan sehari-hari, diharapkan dapat membantu menurunkan prevalensi stunting di Kecamatan Curahdami. Artikel ini bertujuan untuk menjelaskan pentingnya penerapan PHBS dalam pencegahan penyakit infeksi diare sebagai salah satu faktor risiko stunting melalui program PRINTING (Penerapan PHBS pada Remaja sebagai Upaya Pencegahan Stunting) yang dilaksanakan oleh mahasiswa Program Studi Gizi Universitas Jember.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran, tempat dan waktu PKM

Kegiatan dilaksanakan di MTs Ukhuwah Islamiyah yang terletak di Kecamatan Curahdami, Kabupaten Bondowoso, Jawa Timur. Pemilihan lokasi didasarkan pada hasil analisis situasi yang menunjukkan masih adanya perilaku mandi di sungai pada sebagian siswa serta tingginya angka stunting di Kecamatan Curahdami, yaitu sebanyak 53 kasus pada tahun 2022. Perilaku mandi di sungai mencerminkan rendahnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang berpotensi meningkatkan risiko penyakit infeksi dan berkontribusi terhadap kejadian stunting. Kegiatan edukasi dan Emo-Demo mengenai PHBS dilaksanakan satu kali pada tanggal 7 Desember 2024 dengan sasaran sebanyak 18 siswa kelas VIII MTs Ukhuwah Islamiyah. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa dalam menerapkan PHBS serta mengurangi kebiasaan mandi di sungai.

Metode PKM yang digunakan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini menggunakan metode ceramah dan *Emotional Demonstration* (Emo-Demo). Emo-Demo merupakan salah satu bentuk promosi kesehatan berbasis edukasi interaktif yang memanfaatkan permainan dengan melibatkan individu maupun kelompok. Metode ini dirancang untuk memanfaatkan aspek emosional dan psikologis individu guna membangun strategi komunikasi yang efektif sehingga mampu mendorong perubahan perilaku ke arah yang positif (Zakiyyah et al., 2020). Pemilihan metode Emo-Demo didasarkan pada efektivitasnya dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran perilaku kesehatan dalam waktu relatif singkat, yaitu sekitar 15–35 menit per sesi.

Tahapan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi tiga tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan analisis data, yang dijelaskan sebagai berikut:

- a. Tahap Persiapan
Tahap pertama kegiatan yaitu persiapan yang meliputi perizinan ke Kepala Sekolah MTs Ukhuwah Islamiyah, penyesuaian jadwal kegiatan dengan pihak sekolah, permintaan sasaran kegiatan, pengajuan peminjaman sarana dan prasarana, persiapan alat dan bahan, serta pembuatan kuesioner pengetahuan untuk *pre-test* dan *post-test*. Tahap persiapan dilakukan satu minggu sebelum tahap pelaksanaan kegiatan.
- b. Tahap Pelaksanaan
Tahap kedua kegiatan yaitu pelaksanaan yang meliputi rangkaian aktivitas berikut: pembukaan acara dengan perkenalan dan salam pembuka “PRINTING: Hidup Bersih Hempas Stunting”, pengerjaan *pre-test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal siswa, menyanyi bersama lagu “Cuci Tangan Hempas Stunting”, praktik Emo-Demo pertama (BONAMI), diikuti penyampaian kesimpulan, praktik Emo-Demo kedua (LASKUMA), diikuti penyampaian kesimpulan, menyanyi dan praktik bersama lagu “7 Langkah Cara Mencuci Tangan”, pengerjaan *post-test* untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan siswa, dan yang terakhir yaitu sesi dokumentasi serta penutup.
- c. Tahap Analisis Data
Data dari kuesioner *pre-test* dan *post-test* sebanyak 10 soal pilihan ganda masing-masing anak. Hasil kemudian dianalisis menggunakan uji *Paired Sample T-Test*. Analisis ini bertujuan mengevaluasi perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah kegiatan Emo-Demo mengenai PHBS dan stunting. Hasil analisis akan menjadi indikator keberhasilan kegiatan dalam

meningkatkan kesadaran siswa terhadap PHBS .

Pengukuran Keberhasilan Kegiatan

Keberhasilan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) diukur berdasarkan perubahan tingkat pengetahuan siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan stunting sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi dan Emo-Demo. Pengukuran dilakukan menggunakan kuesioner berisi 10 soal pilihan ganda melalui metode *pre-test* dan *post-test*. Data yang diperoleh dianalisis secara kuantitatif menggunakan uji *Paired Sample T-Test* untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah kegiatan. Kegiatan dinyatakan berhasil apabila terdapat peningkatan skor pengetahuan siswa serta perbedaan yang signifikan secara statistik ($p < 0,05$) setelah pelaksanaan kegiatan.

HASIL dan PEMBAHASAN

Peningkatan Pengetahuan Siswa Terkait Dampak Negatif Mandi di Sungai dan Pentingnya Mencuci Tangan dengan Sabun serta Air Mengalir Kegiatan edukasi Emo-Demo PRINTING “PHBS Remaja Anti Stunting” telah dilaksanakan di MTs Ukhuwah Islamiyah, Curahdami, Bondowoso pada Sabtu, 7 Desember 2024. Peserta kegiatan terdiri dari 18 Siswa kelas VIII dengan 8 putra dan 10 putri. Materi edukasi yaitu penerapan PHBS pada remaja sebagai upaya pencegahan stunting dan disesuaikan pada modul Emo-Demo “Cegah Stunting pada Remaja” yang disusun oleh mahasiswa kelas A semester V program studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember tahun 2024. Hasil dari kegiatan edukasi yang dilaksanakan yakni pemahaman remaja tentang dampak negatif mandi di sungai terhadap kesehatan tubuh dan pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun dengan air mengalir sebelum makan efektif membersihkan kotoran dan kuman di tangan sebagai topik permainan edukasi Emo-Demo PRINTING.

Kegiatan ini diawali dengan melakukan koordinasi bersama kepala sekolah MTs Ukhuwah Islamiyah terkait persiapan kegiatan meliputi tempat, jadwal, sarana prasarana, dan peserta. Pelaksanaan kegiatan dimulai dari pengisian lembar kehadiran dan pengerjaan *pre-test* (Gambar 1). Tes ini dilakukan sebelum penyampaian materi yang memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa baik penguasaan materi peserta tentang PHBS. Selanjutnya, pelaksanaan Emo-Demo PRINTING dibagi menjadi 2 permainan yakni “BONAMI (Boneka Nakal Mandi di Sungai)” dan “LASKUMA (Lada Sabun Kuman Marah)”.



Gambar 1 . Pengerjaan *Pre-Test*



Gambar 2 . Pengerjaan *Post-Test*

Tujuan dari Emo-Demo tersebut adalah (1) Remaja dapat memahami bahwa air sungai mengandung kuman dan bakteri yang menyebabkan penyakit infeksi dan meningkatkan risiko stunting, (2) Remaja dapat memahami bahwa mencuci tangan dengan sabun efektif membersihkan kotoran dan kuman di tangan. Pesan kuncinya yaitu (1) Timbulnya kesadaran remaja akan dampak negatif mandi di sungai terhadap kesehatan tubuh, (2) Cucilah tangan pakai sabun dengan air mengalir sebelum makan. Emo-Demo PRINTING diawali dengan salam PRINTING “Hidup Bersih, Hempas Stunting” dan menyanyikan lagu “Cuci Tangan Hempas Stunting” supaya menambah semangat peserta. Berikut lirik lagu “Cuci Tangan Hempas Stunting” dengan nada “Kalau Kau Suka Hati”:

Kalau kau mau bersih, cuci tangan (oke)
Kalau kau mau sehat, cuci tangan (yes)
Hilangkan kuman-kuman, Sabun jadi andalan (2x)
Tak lupa air bersih digunakan (2x)

Pelaksanaan Emo-Demo “BONAMI (Boneka Nakal Mandi di Sungai)” secara rinci yakni menggunakan peralatan berupa 2 boneka, glitter, pasir, air secukupnya, roti tawar, 1 piring plastik, 2 baskom, dan 1 sendok. Edukator akan bercerita bahwa terdapat 2 remaja yang memiliki kebiasaan berbeda

yaitu Bomi (Boneka Mandi Bersih) selalu mandi di rumah menggunakan air bersih dan Bona (Boneka Nakal) suka mandi di sungai. Kemudian, edukator akan menuangkan glitter sebagai air bekas orang mencuci pakaian dan pasir sebagai air bekas orang buang air besar yang diaduk menjadi satu dengan menceritakan bahwa air sungai sebenarnya tercemar karena terdapat banyak aktivitas yang dilakukan di sungai. Kemudian pelaksana meminta dua peserta untuk memerankan Bomi dan Bona dengan memegang boneka yang ada. Peserta Bona akan memasukkan boneka pada baskom pertama berisi air yang telah diberikan glitter dan pasir seolah-olah seperti anak yang sedang mandi di sungai. Peserta Bomi memasukkan boneka pada baskom kedua berisi air bersih seolah-olah anak yang mandi di kamar mandi. Kemudian kedua peserta tersebut akan mengambil roti tawar menggunakan boneka ditangan mereka. Roti tawar yang dipegang oleh peserta Bona akan kotor karena glitter dan pasir seperti kuman menempel pada makanan akibat mandi di sungai dan roti tawar yang dipegang peserta Bomi akan bersih. Selanjutnya, roti tawar yang sudah dipegang peserta Bona akan ditawarkan kepada siswa lain untuk dimakan, maka akan timbul perasaan jijik dari siswa tersebut. Pelaksanaan Emo-Demo BONAMI diakhiri dengan meminta siswa lain yang menonton untuk membandingkan roti tawar pada peserta Bomi dan Bona serta kesimpulan dari permainan ini.

Pelaksanaan Emo-Demo “LASKUMA (Lada Sabun Kuman Marah)” secara rinci yakni menggunakan peralatan berupa lada bubuk, sabun cair, air secukupnya, dan 1 baskom. Edukator meminta perwakilan 2 peserta untuk mempraktikkan permainan LASKUMA. Peserta pertama diminta menuangkan lada bubuk ke dalam baskom berisi air, yang diibaratkan sebagai kuman. Selanjutnya, edukator meminta peserta untuk memasukkan jarinya ke dalam air yang telah bercampur lada, lalu menanyakan perasaan mereka seandainya lada tersebut benar-benar adalah kuman. Peserta kedua diminta untuk mencelupkan tangannya terlebih dahulu ke dalam sabun, kemudian memasukkan jarinya ke baskom yang berisi air dan lada. Hasilnya, lada bubuk di permukaan air bergerak menjauhi jari yang telah terkena sabun. Hal ini menggambarkan bagaimana sabun memberikan efek perlindungan dengan mengusir kuman, sekaligus menunjukkan pentingnya mencuci tangan dengan sabun sebagai langkah efektif dalam menjaga kebersihan dan kesehatan untuk mencegah stunting. Selain itu, edukator juga memberikan penjelasan tentang cara mencuci tangan yang benar dengan menerapkan 7 langkah sesuai panduan dari Kementerian Kesehatan. Langkah-langkah tersebut meliputi mencuci bagian depan dan belakang telapak tangan, sela-sela jari, kuku-kuku, buku-buku jari, ibu jari atau jempol, dan pergelangan tangan. Untuk mempermudah pemahaman peserta, edukator mengajarkan cara mencuci tangan sambil menyanyikan lagu yang disertai gerakan, sehingga peserta dapat mengikuti dengan lebih interaktif dan menyenangkan. Pelaksanaan Emo- Demo LASKUMA diakhiri dengan meminta peserta lain yang untuk memberikan kesimpulan dari permainan ini.



Gambar 3 . Emo-Demo BONAMI



Gambar 4 . Emo-Demo LASKUMA

Sebelum kegiatan edukasi berakhir maka peserta diwajibkan untuk mengerjakan *post-test* (Gambar 2). Tes ini dilakukan setelah penyampaian materi dan pelaksanaan permainan Emo-Demo PRINTING yang bertujuan untuk mengukur seberapa jauh pemahaman peserta tentang PHBS melalui kegiatan kali ini. Berikut hasil analisis nilai *pre-test* dan *post-test* peserta remaja.

Tabel 1. Hasil Uji Paired Sample T-Test

Pair Pre-Test – Post-Test					
Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	t	df	Sig. (2-tailed)
-23.88889	14.60817	3.44318	-6.938	17	.000

Uji Paired Sample T-Test menggunakan SPSS menunjukkan angka signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test*. Nilai signifikansi (2-tailed) $p = 0.000 < 0.05$ sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh bermakna setelah dilakukan edukasi Emo-Demo. Berikut hasil skor *pre-test* dan *post-test* yang telah dijawab oleh remaja:

Tabel 2. Hasil Skor Pre-test dan Post-test

No	Pertanyaan	Jawaban			
		Pre-test		Post-test	
		Benar	Salah	Benar	Salah
1.	Apa tujuan utama mencuci tangan dengan sabun?	50%	50%	100%	0%
2.	Apa yang harus dilakukan setelah mencuci tangan?	60%	40%	100%	0%
3.	Apa yang dimaksud dengan mencuci tangan yang benar?	45%	65%	95%	5%
4.	Apa akibat jika kita tidak mencuci tangan dengan benar?	25%	75%	80%	20%
5.	Kapan waktu yang paling tepat untuk mencuci tangan?				
6.	Ada berapa langkah cuci tangan yang benar dan baik ?	45%	55%	90%	10%
7.	Apakah air sungai boleh digunakan untuk mencuci tangan, mandi atau minum?	35%	65%	90%	10%
8.	Apakah air sungai tetap boleh digunakan meskipun terlihat jernih?	40%	60%	90%	10%
9.	Apa dampak jangka panjang jika terus menggunakan air yang tidak bersih?	55%	45%	100%	0%
10.	Kenapa kita harus mencuci tangan dengan sabun setelah memakai air sungai?				
	Rata-Rata	30%	70%	80%	20%

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa terjadi peningkatan terhadap pengetahuan responden dalam penelitian ini yaitu remaja terkait PHBS. Peningkatan dapat dilihat dari skor rata-rata jawaban benar pada saat dilakukan *pre-test* yaitu sebesar 40,5% dan meningkat menjadi 89,5% pada saat dilakukan *post-test* setelah diberikan edukasi menggunakan metode Emo-Demo. Kegiatan Emo-Demo ini mendapatkan hasil yakni peningkatan skor pengetahuan dari sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Selain itu, peningkatan skor pengetahuan ini memberikan dampak yang positif terhadap pengetahuan peserta mengenai dampak negatif mandi di sungai dan pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun dengan air mengalir.

Pada pertanyaan yang diberikan saat *pre-test* dan *post-test* terdapat beberapa pertanyaan seperti

langkah mencuci tangan dan apakah air sungai boleh digunakan walaupun terlihat jernih menunjukkan peningkatan. Peserta belum mengetahui langkah-langkah mencuci tangan yang benar dan banyak yang menjawab bahwa air sungai yang terlihat bersih aman digunakan untuk mandi. Setelah pemberian edukasi Emo-Demo, terjadi peningkatan sebesar 65% terkait langkah-langkah mencuci tangan yaitu peserta memahami bahwa terdapat 7 langkah mencuci tangan yang baik dan benar serta peningkatan 45% pemahaman siswa bahwa air sungai yang jernih tetap mengandung kuman dan tidak bersih sehingga tidak dapat digunakan untuk mandi.

Pada pelaksanaan Emo-Demo tidak hanya melibatkan komunikasi 1 arah saja, melainkan komunikasi 2 arah yakni baik dari edukator dan peserta berperan aktif sehingga metode pelaksanaan interaktif pun berjalan. Keaktifan peserta dapat dilihat dari keikutsertaan peserta dalam permainan dan antusiasme peserta dalam memberikan kesimpulan pada setiap permainan. Hal ini mampu memberikan perubahan positif bagi pelaksana dan sasaran kegiatan. Selain itu, kegiatan Emo-Demo ini mampu menyadarkan remaja betapa pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat seperti tidak mandi di sungai dan mencuci tangan menggunakan sabun serta air mengalir sebelum makan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fildzah Karunia (2021) di Kota Malang dengan sasarannya adalah remaja putri dari hasil monitoring dan evaluasi menunjukkan bahwa pemberian materi menggunakan media beragam, salah satunya yaitu lagu dan metode Emo-Demo dapat meningkatkan pengetahuan remaja karena mengikutsertakan banyak panca indra manusia serta melibatkan perasaan remaja (Putri, 2022).



Gambar 5. Modul Emo-Demo PRINTING



Gambar 6. Modul Emo-Demo PRINTING

Modul Emo-Demo “Cegah Stunting Pada Remaja” (Gambar 5 dan 6) merupakan keberlanjutan dari edukasi Emo-Demo tentang upaya-upaya yang harus dilakukan pada remaja untuk mencegah terjadinya stunting di masa mendatang. Dalam modul Emo-Demo tersebut mengajarkan remaja untuk belajar betapa pentingnya perubahan perilaku dari PHBS dan pola makan sejak remaja perlu diperhatikan. Harapannya yaitu remaja dapat menerapkan pola makan yang benar, rajin sarapan, perilaku hidup bersih dan sehat, serta rutin minum tablet tambah darah dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya pencegahan stunting.

KESIMPULAN

Kegiatan *Emotional Demonstration* Penerapan PHBS pada Remaja sebagai Upaya Pencegahan Stunting (PRINTING) terdiri dari dua tahapan utama, yaitu edukasi tentang dampak negatif mandi di sungai terhadap kesehatan dan pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun. Metode yang digunakan adalah ceramah dan Emo-Demo, dengan sasaran 18 siswa kelas VIII di MTs Ukhuwah Islamiyah, Kecamatan Curahdami. Tahapan kegiatan meliputi persiapan (perizinan, penyesuaian jadwal, dan pembuatan kuesioner), pelaksanaan (*pre-test*, permainan Emo-Demo "BONAMI" dan "LASKUMA", *post-test*), dan analisis data menggunakan uji *Paired Sample T-Test*. Hasil menunjukkan peningkatan skor rata-rata pengetahuan siswa dari 40,5% menjadi 89,5%. Kegiatan ini disimpulkan mampu meningkatkan kesadaran remaja dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya pencegahan stunting.

SARAN

Saran yang diberikan adalah siswa diharapkan dapat menerapkan PHBS seperti tidak mandi di sungai dan rutin mencuci tangan menggunakan sabun untuk mencegah infeksi dan menurunkan risiko stunting. Modul Emo-Demo juga diharapkan dapat digunakan secara berkelanjutan untuk edukasi serupa di masa mendatang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Kepala Sekolah MTs Ukhuwah Islamiyah, Kecamatan Curahdami, yang telah memberikan izin lokasi dan mendukung terlaksananya kegiatan, serta kepada seluruh siswa kelas VIII yang berpartisipasi aktif selama pelaksanaan kegiatan Emo-Demo ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, A. R., Nasrullah, M. E., Sismanto, A., & Wati, N. (2023). Edukasi pola hidup bersih dan sehat pada remaja Desa Jabi Kecamatan Napal Putih. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(1), 54-62.
- Cono, E. G. (2021). Hubungan Riwayat Penyakit Infeksi dengan Status Gizi Pada Balita Usia 12-59 Bulan di Puskesmas Oepoi Kota Kupang. *Chmk Health Journal*, 5(1), 236-241.
- Dhefiana, T., Suhelmi, R., & Hansen, H. (2023). Hubungan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) orang tua dengan kejadian stunting di Kelurahan Air Hitam Kota Samarinda. *Sanitasi: Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 16(1), 20-28.
- Komariah, M., Mediawati, A. S., Yulianita, H., & Setyorini, D. (2023). Pencegahan stunting melalui sosialisasi dan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Desa Sukamanah. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(11), 4621-4634.
- Lina, L., Sukmadewi, M., Kasad, K., Alchalidi, A., & Helmi, A. (2024). Upaya Pencegahan Stunting Secara Dini pada Remaja Putri di Desa Seulah Baru Kecamatan Langsa Lama. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(1), 140-149.
- Ningtyias, F. W., Adi, D. I., Safitri, D. K., Pratiwi, C., Zulvita, E. A., Mufidah, A. M., & Laili, K. F. (2023). Pengenalan modul emo-demo cuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir pada siswa sekolah dasar di Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember. *PROMOTIF: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(2), 73-85.
- Nuryati, T., Handayani, H., & Karlina, E. A. (2023). Edukasi Mp-Asi Cegah Stunting Dengan Metode Emo-Demo Cemilan Sembarangan Di Posyandu Balita. *J-Abdi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(10), 6779-6790.
- Pebrjadi, D., Fitriangga, A., & Putri, E. A. (2013). Hubungan Antara Penggunaan Air Sungai dan Kejadian Diare Pada Keluarga yang Bermukim di Sekitar Sungai Kapuas Kelurahan Siantan Hilir Pontianak. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 3(1), 1-23.
- Rosita, A., Dahrizal, D., & Lestari, W. (2021). Metode Emo Demo Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Raflesia*, 3(2), 11-22.
- Sari, R. P., & Agustin, K. (2023). Analisis Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Penyakit Infeksi Pada Anak Balita Di Posyandu Wilayah Puskesmas Colomadu I. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14(1), 171-178.
- Sari, R. P., & Agustin, K. (2023). Analisis Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Penyakit Infeksi Pada Anak Balita Di Posyandu Wilayah Puskesmas Colomadu I. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14(1), 171-178.
- Subhan, M. A. (2024). Efektivitas Penerapan Metode Edukasi Emodemo Terhadap Sikap dan Pengetahuan PHBS Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Diare di SMPN 12 Tambun Selatan. *Jurnal Promosi Kesehatan Mandiri*, 2(1), 9-16.
- Syarifudin, R. O. (2021). Perubahan Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun pada Remaja setelah dilakukan Emotional Demonstration. *Universitas Ngudi Waluyo*.
- Widiastuty, L., Ekasari, R., Syahrir, S., & Adnan, Y. (2020). Sumber dan Kondisi Fisik Air Bersih dengan Kejadian Diare di Wilayah Kerja Puskesmas X Kabupaten Pinrang. *HIGIENE*, 6(3).
- Yudhayanti, V. D., Zakiyyah, M., & Suhartin, S. (2024). Analisa Faktor-Faktor Penyebab Stunting: Tinjauan Terbaru untuk Pemahaman yang Lebih Baik di Desa Besuk Kecamatan Klabang Kabupaten Bondowoso. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 4(2), 650-666.
- Zakiah, L., Awalia, M., Putri, E., Nurhayati, S., Ardiani, T., & Nabila, W. (2024). Peningkatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Intervensi Pencegahan Kejadian Stunting Di Rw 03 Desa Sirnagalih Kecamatan Tamansari Kabupaten Bogor Tahun 2024. *NUSANTARA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 17-25.
- Zakiyyah, M., Natalia, M. S., & Ekasari, T. (2020). Pengaruh Emo Demo Terhadap Pemberian Menu MP ASI Pada BADUTA. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(1), 42-47. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v7i1.536>