

PROPOSAL PENGABDIAN MASYARAKAT

**UPAYA PENINGKATAN *SELF AWARENESS* MASYARAKAT PADA
KONDISI STUNTING DI WILAYAH PUSKESMAS PORONG SIDOARJO**



**Oleh
Muhammad Risya Rizki
NIDN. 0704098601**

**PRODI S1 ADMINISTRASI RUMAH SAKIT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)
YAYASAN RS. Dr. SOETOMO
SURABAYA
2023**

HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul Pengabdian Masyarakat : Upaya Peningkatan *Self Awareness* Masyarakat pada Kondisi Stunting di wilayah Puskesmas Porong Sidoarjo
2. Bidang Pengabdian Masyarakat : Manajemen Pelayanan Kesehatan, Pelayanan Publik
3. Ketua Pelaksana
 - a. Nama Lengkap : M Risya Rizki
 - b. Jenis Kelamin : Laki-laki
 - c. Disiplin Ilmu : Manajemen Pelayanan Kesehatan
 - d. Jabatan : Dosen Tetap
 - e. Fakultas / Jurusan : Administrasi Rumah Sakit
 - f. Alamat : Jl. Kalidami No.14-16 Surabaya
 - g. Telp / Faks : 031 – 5501776
 - h. Alamat Rumah : Jl. Gayung Kebonsari no.49 Surabaya
 - i. Telp : 081553306781
 - j. Surel : mrrizki49@gmail.com
4. Jumlah Anggota Abdimas : 2
5. Lokasi Kegiatan : Puskesmas Porong Sidoarjo
6. Jumlah Biaya : Rp. 2.000.000,-

Surabaya, 17 November 2023

Mengetahui,
Kaprodi S1 Adminitrasi RS



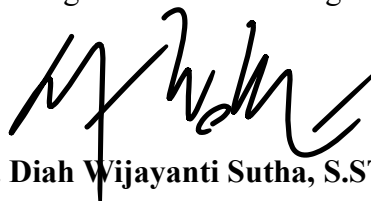
Serlly Frida Drastyana, S.KM., M.KL

Pelaksana



M Risya Rizki, S.KM., M.Kes

Mengetahui,
Ketua Bidang Penelitian dan Pengabdian Masyarakat



Dr. Diah Wijayanti Sutha, S.ST., M.Kes

KATA PENGANTAR

Segala puja dan puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan kesempatan melaksanakann program pengabdian masyarakat sebagai salah satu bentuk kegiatan Tri Darma Perguruan Tinggi. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak lepas dari bantuan, dukungan, bimbingan oleh berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Widi Astuti, drg., M.Kes selaku Ketua STIKES Yayasan RS. Dr. Soetomo.
2. Serlly Frida Drastyana, SKM., M.KLselaku Kaprodi S1 Administrasi RS STIKES Yayasan RS. Dr. Soetomo.
3. Dr. Diah Wijayanti Sutha, S.ST, M.Kes sebagai Kepala Bidang Penelitian danPengabdian Masyarakat STIKES Yayasan Rumah Sakit Dr. Soetomo.
4. Kepala Puskesmas Porong Sidoarjo dan masyarakat wilayah Puskesmas Porong Sidoarjo
5. Serta semua pihak, baik secara langsung maupun tidak telah turut membantu pelaksanaan kegiatan ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Besar harapan kami, semoga pengabdian masyarakat ini dapat memberikan manfaat. Terimakasih.

Surabaya, November 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
<i>1.1 Latar Belakang.....</i>	<i>1</i>
<i>1.2 Tujuan Umum</i>	<i>4</i>
<i>1.3 Tujuan Khusus</i>	<i>4</i>
<i>1.4 Manfaat</i>	<i>4</i>
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
<i>2.1 Puskesmas</i>	<i>5</i>
<i>2.1.1 Pengertian Puskesmas.....</i>	<i>5</i>
<i>2.1.2 Tujuan Puskesmas</i>	<i>6</i>
<i>2.1.3 Fungsi Puskesmas</i>	<i>6</i>
<i>2.2 Stunting.....</i>	<i>8</i>
<i>2.2.1 Definisi</i>	<i>8</i>
<i>2.2.2 Ciri dan Dampak Stunting.....</i>	<i>9</i>
<i>2.3 Self Awareness</i>	<i>11</i>
BAB 3 METODE KEGIATAN.....	15
<i>3.1 Sasaran Kegiatan</i>	<i>15</i>
<i>3.2 Waktu dan Lokasi Kegiatan.....</i>	<i>15</i>
<i>3.3Metode Kegiatan</i>	<i>15</i>
<i>3.4 Jadwal Kegiatan.....</i>	<i>15</i>
<i>3.5 Sumber dan Rencana Anggaran.....</i>	<i>17</i>
<i>3.6 Susunan Panitia.....</i>	<i>17</i>
DAFTAR PUSTAKA.....	18

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permasalahan gizi seperti stunting termasuk ke dalam Sustainable Development Goals (SDGs) nomor 2 (dua) yaitu menghapuskan segala bentuk malnutrisi. Salah satu indikator kesehatan program SDG adalah pemantauan status gizi balita berdasarkan umur, berat badan (BB), dan tinggi badan (TB). Pada balita stunting, hasil pemeriksaan antropometri tinggi badan berdasarkan umur lebih rendah.

Peraturan Presiden No. 72 tahun 2021 mendefinisikan stunting sebagai gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi dan infeksi berulang yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (2020), stunting didefinisikan sebagai pendek atau sangat pendek jika panjang atau tinggi badan seseorang berdasarkan usia kurang dari -2 standar deviasi (SD) pada kurva pertumbuhan WHO. Stunting disebabkan oleh kekurangan nutrisi, infeksi berulang atau kronis dalam 1000 HPK.

Stunting menjadi masalah yang sangat serius karena efeknya yang panjang yang memengaruhi kehidupan masyarakat dan negara secara keseluruhan. Saat dewasa, anak-anak yang mengalami stunting cenderung mengalami sakit-sakitan, penurunan kemampuan kognitif, perkembangan fungsi tubuh yang tidak seimbang, dan postur tubuh yang tidak ideal. Bayangkan anak yang stunting sering sakit. Oleh

karena itu, orang tua akan mengeluarkan uang untuk menjaga kesehatan anaknya. Hal ini pasti akan memengaruhi ekonomi keluarga. Pembiayaan kesehatan semakin terkuras. Selain itu, anak-anak yang sering sakit juga mengalami gangguan tumbuh kembang. Banyak faktor yang menyebabkan Stunting yaitu masalah sosial ekonomi yang rendah, kerawanan pangan (food insecurity), status gizi ibu ketika hamil, bayi dengan berat lahir rendah (BBLR), pola asuh anak, status gizi, sanitasi dan ketersediaan air.

Kesadaran diri (*self awareness*) masyarakat terhadap bencana menunjukkan sejauh mana pengetahuan dan pemahaman mengenai risiko. *Self-awareness* atau kesadaran diri merupakan kemampuan individu untuk bisa mengidentifikasi dan memahami dirinya secara utuh, baik dari sifat, karakter, emosi, perasaan, pikiran dan cara adaptasi dengan lingkungan. Menurut Goleman (1996), *self awareness* adalah kemampuan seseorang untuk mengetahui kekuatan, kelemahan, dorongan, nilai, dan dampaknya pada orang lain serta perhatian terus menerus terhadap batin seseorang, merefleksi diri, pikiran mengamati dan menggali pengalaman, termasuk emosi.

Di seluruh dunia, Organisasi Kesehatan Dunia mengestimasi prevalensi stunting, atau balita kerdil, sebesar 22%, atau 149,2 juta jiwa pada tahun 2020. Pada tahun 2022, prevalensi stunting di kalangan anak-anak di bawah lima tahun di Indonesia sebesar 31,8%, menempatkannya di urutan ke-10 di Asia Tenggara, menurut data Asian Development Bank. Kemudian pada tahun 2022, prevalensi stunting di Indonesia berhasil turun menjadi 21,6 persen, menurut data dari Kementerian Kesehatan.

Berdasarkan data dari unicef tahun 2021 di Indonesia 8% perempuan kekurangan berat badan dan 44 % kelebihan berat badan. Selama kehamilan dan menyusui kebutuhan akan zat gizi meningkat pesat hampir setengah (49%) ibu di Indonesia mengalami anemia, ibu yang memiliki anemia sebelum atau setelah kehamilan cenderung memiliki bayi dengan berat badan lahir rendah. Bayi-bayi ini lebih beresiko mengalami stunting.

Berdasarkan data dari aplikasi e-PPGBM (Elektronik-Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat) pada bulan timbang di Posyandu pada Februari 2023 stunting di Kabupaten Sidoarjo mencapai 5,3 persen atau sebanyak 4.986 balita terindikasi stunting. Kemudian, di bulan Agustus 2023 mencapai 3,4 persen atau sebanyak 5.026 balita terindikasi stunting (*republikjatim.com*, 2023). Jumlah stunting di Sidoarjo sebesar 23,9% dan di wilayah kerja puskesmas Porong sebesar 28%. Kecamatan Porong sendiri merupakan daerah yang terkena dampak Lumpur Lapindo, yang menyebabkan akses ke layanan kesehatan terganggu atau sulit; cakupan penimbangan bayi dan balita relatif rendah, yang menyebabkan intervensi sering terlambat dan tidak optimal; dan kurangnya pemahaman tentang kesehatan, terutama terkait dengan stunting (*Portal Website Pemerintah Kabupaten Sidoarjo*, 2023). Berdasarkan data tersebut menjadi landasan untuk pengabdian kepada masyarakat untuk dapat dilakukan kegiatan upaya peningkatan *self awareness* masyarakat untuk dapat menanggulangi kondisi stunting di puskesmas porong sidoarjo.

1.2 Tujuan Umum

Meningkatkan *self awareness* masyarakat untuk dapat menanggulangi kondisi stunting di puskesmas porong sidoarjo

1.3 Tujuan Khusus

1. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang stunting
2. meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya stunting
3. meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam menghitung resiko stunting dengan tabel z score

1.4 Manfaat

Setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul upaya peningkatan *self awareness* masyarakat pada kondisi stunting di puskesmas porong sidoarjo diharapkan masyarakat lebih waspada dan meningkatkan pengetahuan tentang stunting.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Puskesmas

2.1.1 Pengertian Puskesmas

Dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 128/MENKES/SK/2004 dijelaskan bahwa Puskesmas adalah Unit Pelaksana Teknis Dinas Kesehatan Kabupaten atau Kota yang bertanggung jawab menyelenggarakan pembangunan kesehatan di suatu wilayah kerja tertentu. Wilayah kerja Puskesmas meliputi wilayah kerja administratif, yaitu suatu wilayah kecamatan, atau beberapa desa/kelurahan di suatu wilayah kecamatan.

1. Unit Pelaksana Teknis

Sebagai Unit Pelaksana Teknis Dinas (UPTD) Kesehatan kabupaten atau kota, Puskesmas berperan menyelenggarakan sebagian dari tugas teknis operasional Dinas Kesehatan kabupaten atau kota dan merupakan unit pelaksana tingkat pertama serta ujung tombak pembangunan kesehatan di Indonesia.

2. Pembangunan Kesehatan

Pembangunan kesehatan adalah penyelenggaraan upaya kesehatan oleh bangsa Indonesia untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang optimal.

3. Pertanggungjawaban Penyelenggaraan

Penanggungjawab utama penyelenggaraan seluruh upaya pembangunan kesehatan di wilayah kabupaten atau kota adalah dinas kesehatan kabupaten

atau kota, sedangkan Puskesmas bertanggung jawab hanya untuk sebagian upaya pembangunan kesehatan yang dibebankan oleh dinas kesehatan kabupaten atau kota sesuai dengan kemampuannya.

4. Wilayah kerja

Secara nasional, standar wilayah kerja puskesmas adalah satu kecamatan. Tetapi apabila di satu kecamatan terdapat lebih dari satu Puskesmas, maka tanggung jawab wilayah kerja dibagi antar Puskesmas, dengan memperhatikan keutuhan konsep wilayah (desa atau kelurahan atau RW). Masing-masing Puskesmas tersebut secara operasional bertanggung jawab langsung kepada dinas kesehatan kabupaten atau kota.

2.1.2 Tujuan Puskesmas

Tujuan pembangunan kesehatan yang diselenggarakan oleh Puskesmas adalah mendukung tercapainya tujuan pembangunan kesehatan nasional yakni meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang yang bertempat tinggal di wilayah kerja Puskesmas agar terwujud derajat kesehatan yang setinggi-tingginya dalam rangka mewujudkan Indonesia sehat. Dan meningkatkan akses masyarakat terhadap pelayanan kesehatan rawat inap yang murah dan bermutu.

2.1.3 Fungsi Puskesmas

1. Pusat Penggerak Pembangunan Berwawasan Kesehatan

Puskesmas selalu berupaya menggerakkan dan memantau penyelenggaraan pembangunan lintas sektor termasuk oleh masyarakat dan dunia usaha di wilayah kerjanya, sehingga berwawasan serta mendukung pembangunan

kesehatan. Disamping itu Puskesmas aktif memantau dan melaporkan dampak kesehatan dari penyelenggaraan setiap program pembangunan di wilayah kerjanya.

2. Pusat Pemberdayaan Masyarakat

Puskesmas selalu berusaha agar perorangan terutama pemuka masyarakat, keluarga dan masyarakat, memiliki kesadaran, kemauan dan kemampuan melayani diri sendiri dan masyarakat untuk hidup sehat, berperan aktif dalam memperjuangkan kepentingan kesehatan termasuk sumber pembiayaannya, serta ikut menetapkan, menyelenggarakan, dan memantau pelaksanaan program kesehatan. Pemberdayaan perorangan, keluarga, dan masyarakat ini diselenggarakan dengan memperhatikan kondisi dan situasi, khususnya sosial budaya masyarakat setempat.

3. Pusat pelayanan kesehatan masyarakat primer

Pelayanan kesehatan masyarakat primer adalah pelayanan yang bersifat *public goods* dengan tujuan utama memelihara dan meningkatkan kesehatan serta mencegah penyakit tanpa mengabaikan penyembuhan penyakit dan pemulihan kesehatan. Pelayanan kesehatan masyarakat tersebut antara lain adalah promosi kesehatan, pemberantasan penyakit, penyehatan lingkungan, perbaikan gizi, peningkatan kesehatan keluarga, keluarga berencana, kesehatan jiwa masyarakat serta berbagai program kesehatan masyarakat lainnya.

4. Pusat pelayanan kesehatan perorangan primer

Puskesmas bertanggungjawab menyelenggarakan pelayanan kesehatan tingkat pertama secara menyeluruh, terpadu dan berkesinambungan. Pelayanan

kesehatan perorangan tingkat pertama yang menjadi tanggung jawab Puskesmas adalah pelayanan yang bersifat pribadi (*private goods*) dengan tujuan utama menyembuhkan penyakit dan pemulihan kesehatan perorangan, tanpa mengabaikan pemeliharaan kesehatan dan pencegahan penyakit.

2.2 Stunting

2.2.1 Definisi

Indeks panjang PB/U atau TB/U menggambarkan pertumbuhan panjang atau tinggi badan anak berdasarkan umurnya. Indeks ini dapat mengidentifikasi anak-anak yang pendek (*stunted*) atau sangat pendek (*severely stunted*), yang disebabkan oleh gizi kurang dalam waktu lama atau sering sakit. Anak-anak yang tergolong tinggi menurut umurnya juga dapat diidentifikasi. Anak-anak dengan tinggi badan di atas normal (tinggi sekali) biasanya disebabkan oleh gangguan endokrin, namun hal ini jarang terjadi di Indonesia (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020).

Stunting jika dikutip dari Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan. Sedangkan pengertian *stunting* menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes) adalah anak balita dengan nilai z-scorenya kurang dari -2.00 SD/standar deviasi (*stunted*) dan kurang dari -3.00 SD (*severely stunted*). Jadi dapat disimpulkan bahwa *stunting*

merupakan gangguan pertumbuhan yang dialami oleh balita yang mengakibatkan keterlambatan pertumbuhan anak yang tidak sesuai dengan standarnya sehingga mengakibatkan dampak baik jangka pendek maupun jangka panjang.

2.2.2 Ciri dan Dampak Stunting

Berikut ini adalah beberapa gejala stunting pada anak yang harus diwaspadai oleh para orangtua, diantaranya adalah (kemenkes.go.id, 2023):

1. Pertumbuhan tulang pada anak yang tertunda
2. Berat badan rendah apabila dibandingkan dengan anak seusianya
3. Sang anak berbadan lebih pendek dari anak seusianya
4. Proporsi tubuh yang cenderung normal tapi tampak lebih muda/kecil untuk seusianya.

Menurut Kemenkes RI, balita bisa diketahui stunting bila sudah diukur panjang atau tinggi badannya, lalu dibandingkan dengan standar, dan hasil pengukurannya ini berada pada kisaran di bawah normal. Seorang anak termasuk dalam stunting atau tidak, tergantung dari hasil pengukuran tersebut. Jadi tidak bisa hanya dikira-kira atau ditebak saja tanpa pengukuran. Selain tubuh yang berperawakan pendek dari anak seusianya, ada juga ciri-ciri lainnya yakni:

1. Pertumbuhan melambat.

Pertumbuhan yang tertunda terjadi ketika seorang anak tidak tumbuh dengan kecepatan normal sesuai usianya. Keterlambatan pertumbuhan juga bisa didiagnosis pada anak yang tinggi badannya dalam kisaran normal, tapi kecepatan pertumbuhannya melambat.

2. Wajah tampak lebih muda dari anak seusianya

3. Pertumbuhan gigi terlambat

Bayi terlambat tumbuh gigi juga bisa disebabkan oleh gangguan fisik pada gusi atau tulang rahang yang tidak memungkinkan gigi untuk muncul.

4. Performa buruk pada kemampuan fokus dan memori belajarnya.

Gangguan konsentrasi terutama pada anak bisa menimbulkan pengaruh negatif. Gangguan konsentrasi bisa mengganggu performa anak di sekolah. Mereka juga bisa kesulitan melakukan kegiatan sehari-hari. Anak juga kesulitan menangkap informasi secara detail. Tidak jarang gangguan konsentrasi juga berpengaruh pada cara berkomunikasi.

5. Usia 8 – 10 tahun anak menjadi lebih pendiam, tidak banyak melakukan kontak mata terhadap orang di sekitarnya

6. Berat badan balita tidak naik bahkan cenderung menurun.

Berat badan turun drastis merupakan salah satu tanda dari malnutrisi, yaitu kondisi ketika tubuh kekurangan nutrisi untuk menjalankan fungsinya. Berat badan anak turun biasanya disebabkan karena kalori yang terbakar dengan mudah, tidak makan makanan sehat, menderita penyakit, atau metabolisme tubuh rendah. Penurunan berat badan anak yang tak terduga dapat memiliki efek buruk pada kesehatan dan pertumbuhan anak secara keseluruhan.

7. Perkembangan tubuh anak terhambat, seperti telat menarche (menstruasi pertama anak perempuan).

8. Anak mudah terserang berbagai penyakit infeksi.

Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang harus ditangani secara serius. Indonesia adalah negara dengan prevalensi stunting kelima terbesar.

Balita/baduta (bayi dibawah usia dua tahun) yang mengalami stunting akan memiliki tingkat kecerdasan tidak maksimal, menjadikan anak menjadi lebih rentan terhadap penyakit dan di masa depan dapat berisiko pada menurunnya tingkat produktivitas. Pada akhirnya secara luas stunting akan dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan dan memperlebar ketimpangan.

2.3 Self Awareness

Secara harfiah, Self awareness (kesadaran diri) termasuk dalam ranah afektif, namun untuk mewujudkannya berkaitan dengan ranah kognitif dan psikomotorik (Flurentin, 2009). Kesadaran diri (self awareness) bukanlah perhatian yang secara berlebihan larut ke dalam emosi. Self awareness merupakan sikap mental yang mempertahankan refleksi diri bahkan di tengah badai emosi (Goleman, 2015). Kesadaran diri mewakili fenomena multidimensi yang kompleks yang terdiri dari berbagai self domain dan konsekuensi. Sebagai ilustrasi, orang bisa memikirkan masa lalu (otobiografi) dan masa depan (prospeksi). Demikian pula, seseorang bisa fokus pada emosi seseorang, pikiran, ciri kepribadian, preferensi, tujuan, sikap, persepsi, sensasi, niat, dan sebagainya (Morin, 2011).

Menurut Listyowati (2008), self awareness adalah keadaan dimana individu dapat memahami diri sendiri dengan setepat-tepatnya, yaitu kesadaran mengenai pikiran, perasaan, dan evaluasi diri. Individu yang memiliki self-awareness yang baik maka memiliki kemampuan mengontrol diri, yakni mampu membaca situasi sosial dalam memahami orang lain dan mengerti harapan orang lain terhadap dirinya. Self awareness atau kesadaran diri merupakan fondasi hampir semua unsur

kecerdasan emosional, langkah awal yang penting untuk memahami diri sendiri dan untuk berubah. Kesadaran diri adalah salah satu ciri yang unik dan mendasar pada manusia, yang membedakan manusia dari makhluk lainnya.

Menurut Goleman (1996), terdapat tiga aspek dalam kesadaran diri (self awareness) yaitu:

1. Kemampuan dalam mengenali emosi serta pengaruh dari emosi tersebut.

Individu dengan kecakapan ini akan mengetahui makna dari emosi yang mereka rasakan serta mengapa emosi tersebut terjadi, menyadari keterkaitan antara emosi yang dirasakan dengan apa yang dipikirkan, mengetahui pengaruh emosi mereka terhadap kinerja, serta mempunyai kesadaran yang dapat dijadikan pedoman untuk nilai-nilai dan tujuan-tujuan individu.

2. Kemampuan pengakuan diri yang akurat meliputi pengetahuan akan sumber daya batiniah,

kemampuan dan keterbatasan diri. Individu dengan kecakapan ini menyadari kelebihan dan kelemahan dirinya, menyediakan waktu untuk introspeksi diri, belajar dari pengalaman, dapat menerima umpan balik maupun perspektif baru, serta mau terus belajar dan mengembangkan diri. Selain itu individu juga menunjukkan rasa humor serta bersedia memandang diri dari banyak perspektif.

3. Kemampuan mempercayai diri sendiri dalam arti memiliki kepercayaan diri dan kesadaran yang kuat terkait harga diri serta kemampuan dirinya.

Individu dengan kecakapan ini berani untuk menyuarakan keyakinan dirinya sebagai cara untuk mengungkapkan eksistensi atau keberadaan

dirinya, berani mengutarakan pandangan yang berbeda atau tidak umum dan bersedia berkorban untuk kebenaran, serta tegas dan mampu membuat keputusan yang tepat walaupun dalam keadaan yang tidak pasti.

Menurut Goleman (1996), kesadaran diri atau self awareness pada individu dapat diketahui melalui beberapa indikator, antara lain yaitu sebagai berikut:

1. Mengenal perasaan dan perilaku diri sendiri.

Individu mampu mengenali perasaan apa yang sedang dirasakannya, mengapa perasaan itu muncul, perilaku apa yang dilakukan, serta dampaknya pada orang lain.

2. Mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Individu mampu mengenali atau mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan dirinya.

3. Mempunyai sikap mandiri.

Individu mempunyai sikap mandiri atau tidak bergantung pada orang lain yang menunjukkan adanya dorongan atau motivasi untuk melakukan sesuatu yang didasarkan pada keyakinan akan kemampuan diri sendiri.

4. Dapat membuat keputusan dengan tepat.

Individu mampu membuat atau mengambil keputusan dengan tepat khususnya yang berkenaan dengan perencanaan karier.

5. Terampil dalam mengungkapkan pikiran, perasaan, pendapat, dan keyakinan.

Individu memiliki keberanian dan kesadaran untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, pendapat, maupun keyakinan dirinya sendiri yang mencerminkan nilai-nilainya sendiri.

6. Dapat mengevaluasi diri.

Individu mampu memeriksa, menilai atau mengoreksi dirinya, belajar dari pengalaman, serta menerima umpan balik terkait dirinya dari orang lain.

BAB 3

METODE KEGIATAN

3.1 Sasaran Kegiatan

Sasaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu bayi dan balita terindikasi stunting wilayah kerja Puskesmas Porong Sidoarjo.

3.2 Waktu dan Lokasi Kegiatan

Hari/Tanggal : Rabu/ 06 Desember 2023

Pukul : 08.00 WIB – Selesai

Tempat : Puskesmas Porong

3.3 Metode Kegiatan

Metode yang dipilih untuk kegiatan penyuluhan dengan cara:

1. Presentasi materi penyuluhan sesuai dengan tujuan khusus kegiatan
2. Praktek membaca z score tinggi badab/ berat badan dan berat badan/ umur
3. Tanya jawab

3.4 Jadwal Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan dilaksanakan di Puskesmas Porong dengan mengundang ibu dan balita yang terindikasi stunting. Berikut ini jadwal pelaksanaan kegiatan Penyuluhan:

Tabel 3.1 Jadwal Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Puskesmas Porong

No.	Kegiatan	November 2023	
		Minggu I	Minggu II
1.	Persiapan, Perijinan/pemberitahuan		
2.	Persiapan Penyuluhan		
3.	Pelaksanaan Kegiatan		
4.	Evaluasi Kegiatan		
5.	Pembuatan Laporan		

Adapun tahap-tahap pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

1. Persiapan dan pemberitahuan meliputi:
 - a. Rapat persiapan panitia dan pembagian tugas
 - b. Pemberitahuan rencana kegiatan kepada Ketua Stikes Yayasan RS Dr. Soetomo dan permohonan ijin ke Puskesmas Sukodono
2. Persiapan penyuluhan
 - a. Penyusunan rencana/ jadwal pelaksanaan penyuluhan
 - b. Penentuan hari, tanggal, dan jam pelaksanaan kegiatan
3. Pelaksanaan kegiatan
 - a. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilaksanakan 1 hari selama 2 jam, mulai jam 08.00 sampai dengan jam 10.00
 - b. Jumlah peserta 30 orang, mahasiswa 2 orang
 - c. Semua peserta mendapatkan materi penyuluhan
4. Acara yang dilaksanakan : pembukaan, penyuluhan, tanya jawab dan penutup

3.5 Sumber dan Rencana Anggaran

Sumber dari STIKES Yayasan RS Dr. Soetomo = Rp. 2.000.000,- Rencana anggaran penyuluhan terdiri dari:

Tabel 3.2 Rencana Anggaran Kegiatan

No	Rincian	Biaya	
		Jumlah	Total
1.	Pembuatan proposal dan laporan		Rp. 600.000,-
2.	ATK		Rp. 200.000,-
3.	Panitia penyuluhan	3 org x Rp. 100.000	Rp. 300.000,-
4.	Souvenir	60 org x Rp. 15.000	Rp. 900.000,-
Total biaya			Rp. 2.000.000,-

3.6 Susunan Panitia

Penasehat : Kepala Bidang PPM STIKES Yayasan Rumah
Sakit Dr. Soetomo

Ketua : Muhammad Risya Rizki

Anggota : 2 mahasiswa

DAFTAR PUSTAKA

- Flurentin, Elia. (2009). Latihan Kesadaran Diri (Self Awareness) dan Kaitannya dengan Penumbuhan Karakter. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 9-11.
- Goleman, Daniel. (2015). *Emotional Intelligence: Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Kemenkes RI. 2022. *Kemenkes RI PETUNJUK TEKNIS Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal Untuk Balita Dan Ibu Hamil*. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/20230516_Ju knis_Tatalaksana_Gizi_V18.pdf.
- Morin, Alain. (2011). Self Awareness Part 1: Definition, Measures, Effects, Functions, and, Antecedents. *Social and Personality Psychology Compass*, 5 (10), 807-823.
- 4 Gejala Stunting yang Harus Diwaspadai*. (n.d.). Retrieved November 17, 2023, from <https://upk.kemkes.go.id/new/4-gejala-stunting-yang-harus-diwaspadai>
- Bukti Keseriusan Penanganan Bupati, Angka Kasus Stunting di Sidoarjo Turun 2,4 Persen*. (n.d.). Retrieved November 17, 2023, from <https://republikjatim.com/baca/bukti-keseriusan-penanganan-bupati-angka-kasus-stunting-di-sidoarjo-turun-2-4-persen>
- Portal Website Pemerintah Kabupaten Sidoarjo - Berita*. (n.d.). Retrieved November 17, 2023, from <https://www.sidoarjokab.go.id/berita/detail/1689295064/0#:~:text=Inovasi E-Rebon dan Kopi,Inovasi Pelayanan Publik Tahun 2023>