

STRATEGI PENURUNAN STUNTING MELALUI SOSIALISASI DAN DEMONSTRASI MEMASAK OLAHAN IKAN LELE HASIL BUDIDAYA AQUAPONIK SKALA RUMAH TANGGA

S. Kusumarini¹, E. Pangestuti², S.A.H. Putri¹, A.N. Janah³, N.I. Aprilia⁴, E.L. Prastiwi⁵, N.N. Safitri⁶, M.B.H. Fazri⁷, F.R. Hafizh⁸

ABSTRAK

Stunting merupakan permasalahan global yang mempengaruhi perkembangan kognitif dan tumbuh kembang anak-anak. Prevalensi stunting di Kabupaten Lamongan masih tinggi yaitu, 27,5% di tahun 2022 berdasarkan Survei Status Gizi Nasional (SSGI). Faktor resiko terjadinya stunting yaitu, asupan protein yang kurang. Upaya penurunan stunting dilakukan melalui program gemar makan ikan dan optimalisasi budidaya ikan lele dengan aquaponic skala rumah tangga. Ikan lele dipilih karena memiliki kandungan protein mencapai 18,7%. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang stunting, menjelaskan nilai gizi ikan lele, dan mendemonstrasikan pembuatan makanan tambahan dari ikan lele hasil budidaya aquaponic skala rumah tangga. Program dilaksanakan pada Juni-Agustus 2023 di Desa Gebangangkrik, Kecamatan Ngimbang, Kabupaten Lamongan. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan metode Komunikasi Informasi Edukasi (KIE) dan *Focus Group Discussion* (FGD) terhadap ibu-ibu kader PKK di Desa Gebangangkrik, Kecamatan Ngimbang, Kabupaten Lamongan. Hasil kegiatan ini mampu meningkatkan skor rata-rata pengetahuan ibu-ibu kader PKK sebesar 40%. Kegiatan demonstrasi memasak dapat memberikan pengalaman secara langsung kepada kader PKK terkait cara pengolahan ikan lele yang tepat. Sejumlah 20 ibu PKK mempraktekan teknik pengolahan ikan lele dari hasil budidaya aquaponic yang ekonomis dan ramah lingkungan sebagai makanan tambahan untuk balita. Peningkatan konsumsi ikan untuk penurunan stunting juga memperoleh dukungan dari pemerintah Desa.

Kata kunci : Aquaponik, Balita, Ikan lele, Stunting, Sosialisasi

ABSTRACT

Stunting is a global problem that affects cognitive development and children's growth and development. The prevalence of stunting in Lamongan Regency is still high, 27.5% in 2022, based on the National Nutrition Status Survey (SSGI). The risk factor for stunting is insufficient protein intake. Efforts to reduce stunting are carried out through the fish-eating program and optimizing catfish cultivation using aquaponics on a household scale. Some people chose Catfish because it has a protein content of up to 18.7%. This community service activity aims to increase knowledge about stunting, explain the nutritional value of Catfish, and demonstrate

¹ Departemen Kedokteran Hewan, Fakultas Kedokteran Hewan, Universitas Brawijaya, Jalan Veteran, Malang, 65145,+62, shellykusuma224@ub.ac.id

² Departemen Administrasi Bisnis, Fakultas Ilmu Administrasi, Universitas Brawijaya, edriana_fia@ub.ac.id

³ Pendidikan Kedokteran Hewan, Fakultas Kedokteran Hewan, Universitas Brawijaya, selinaamalita08@student.ub.ac.id

⁴ Program Studi Administrasi Publik, Fakultas Ilmu Administrasi Publik, Universitas Brawijaya, ihzapr@student.ub.ac.id

⁵ Program Studi Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Brawijaya evilianaprstw@student.ub.ac.id

⁶ Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Brawijaya Nabilansn18@student.ub.ac.id

⁷ Program Studi Bahasa Jepang, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Brawijaya heykal1020@student.ub.ac.id

⁸ Program Studi Agrobisnis Perikanan, Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan, Universitas Brawijaya fahmiraffa@student.ub.ac.id

Submitted: 25 September 2023

Revised: 7 Desember 2023

Accepted: 12 Desember 2023

making additional food from Catfish produced by aquaponic cultivation on a household scale. The program was conducted in June-August 2023 in Gebangangkrik Village, Ngimbang District, Lamongan Regency. This program was implemented using the Communication Information Education and Focus Group Discussion (FGD) methods for PKK mothers in Gebangangkrik Village, Ngimbang District, Lamongan Regency. The implementation results showed that knowledge of PKK mothers increased by 40%. Therefore, cooking activities can provide direct experience to PKK regarding the proper way to process Catfish. A total 20 of PKK mothers practice techniques for processing Catfish from household-scale aquaponic that are economical and environmentally friendly as additional food for toddlers. Increasing fish consumption to reduce stunting also receives support from the village government.

Keywords: Aquaponic, Toddlers, Catfish, Stunting, Socialization

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi pertumbuhan balita yang tidak sesuai dengan rentang usia yang diharapkan. Stunting merupakan permasalahan gizi yang bersifat kronis pada balita di bawah usia 5 tahun khususnya pada 1000 hari pertama kehidupan (Astuti et al., 2023). Kondisi ini ditandai dengan gangguan tumbuh kembang, yaitu tinggi badan balita lebih rendah atau lebih pendek dari standar usianya (Marsaoly et al., 2021; Indriani, 2022). Gangguan tumbuh kembang anak ini disebabkan oleh berbagai kondisi seperti kurangnya asupan gizi, konsumsi nutrisi yang tidak seimbang, kondisi kesehatan yang buruk, gizi ibu sebelum dan selama kehamilan rendah, dan infeksi yang berulang (Komalasari et al., 2020; Marsaoly et al., 2021). Bayi dan balita yang mengalami kegagalan pertumbuhan, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) berpotensi tinggi mengalami gangguan perkembangan kognitif, motorik dan hambatan metabolik (Fitri, 2018; Komalasari et al., 2020).

Berdasarkan hasil survei status gizi Indonesia tahun 2022, prevalensi stunting di Jawa timur pada tahun 2022 mengalami penurunan sebanyak 19.2%. Akan tetapi, prevalensi stunting di kabupaten Lamongan menunjukkan angka yang cukup tinggi yaitu, 27.5%. Angka stunting tersebut masih terpaut jauh dari target pemerintah pada tahun 2024 yaitu, 14% (Kemenkes, 2023). Upaya yang dapat dilakukan untuk menanggulangi masalah stunting adalah meningkatkan pengetahuan terkait stunting, optimalisasi pemberian ASI eksklusif, peningkatan ekonomi masyarakat, penguatan peran posyandu, perbaikan sanitasi lingkungan, kesadaran pemberian makanan pendamping ASI, pendidikan parenting yang tepat, dan mengikis budaya tabu makanan pada ibu hamil, ibu menyusui dan balita yang masih sering dijumpai. (Marsaoly et al., 2021; Qodrina and Sinuraya, 2021).

Keterlibatan Universitas dalam mendukung program percepatan penanggulangan stunting di Kabupaten Lamongan didasari oleh Peraturan Bupati Lamongan nomor 7 tahun 2019 tentang Percepatan Pencegahan Stunting Terintegrasi dan Peraturan Presiden nomor 72 tahun 2021. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat Universitas Brawijaya yaitu, KKN-Mahasiswa Membangun Desa (MMD) di fokuskan di Desa Gebangangkrik, kecamatan Ngimbang, kabupaten Lamongan. Mayoritas masyarakat desa berprofesi sebagai petani. Berdasarkan hasil survei pada awal Juni 2023, terdapat 165 balita yang tersebar pada 4 dusun. Hasil pendataan juga menunjukkan angka stunting masih cukup tinggi, terpantau dari tinggi badan anak kurang dari -2 SD *median growth chart*. Selain itu, belum optimalnya pemberdayaan wanita dalam kegiatan sosial ekonomi desa dinilai menjadi permasalahan utama dan kesadaran masyarakat terhadap peningkatan kualitas kesehatan pada balita dan anak-anak masih rendah.

Berdasarkan masalah di atas maka disusun program penurunan stunting berbasis kemandirian ekonomi masyarakat desa melalui budidaya ikan lele berbasis aquaponic skala rumah tangga. Kombinasi ikan lele yang memiliki kandungan protein tinggi yaitu, 18,7 % dan kaya kandungan leusin dan lisin sangat diperlukan untuk pertumbuhan anak-anak (Apriyana, 2014). Hasil budidaya sayuran seperti selada, kangkung, dan bayam juga kaya akan mineral dan vitamin yang dibutuhkan

anak dimasa pertumbuhan. Lebih lanjut, tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu ibu PKK dan kader kesehatan tentang stunting, pemenuhan gizi optimal melalui kegiatan sosialisasi dan menciptakan lingkungan ekonomi yang mandiri dengan melakukan budidaya Akuaponik yang hasilnya dapat diolah menjadi makanan pendamping ASI.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan metode kualitatif eksploratif untuk menggali lebih banyak faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya stunting di Desa Gebangangkrik, kecamatan Ngimbang, kabupaten Lamongan (Kusumarini R *et al.*, 2021). Pendekatan ini dinilai efektif untuk menggali informasi terkait pengetahuan, sikap dan perilaku parenting, penerapan pola makan, status sosial-ekonomi, dan pola pemberian makanan tambahan pada balita. Kegiatan wawancara dan diskusi melibatkan ibu PKK dan kader kesehatan sebagai subjek yang terlibat langsung dalam pengabdian masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat di laksanakan pada 3 Juni – 25 September 2023.

Pengabdian masyarakat yang memfokuskan pada penurunan stunting berbasis kemandirian ekonomi masyarakat desa melalui budidaya ikan lele berbasis aquaponic dikenalkan melalui kegiatan sosialisasi dan *Focus Group Discussion* (FGD). Kegiatan sosialisasi dilaksanakan secara luring di balai desa Gebangangkrik. Sosialisasi dilaksanakan dengan metode presentasi yang disampaikan oleh pakar dari Universitas Brawijaya. Materi sosialisasi diberikan dalam bentuk booklet dan menjelaskan terkait bahaya stunting, faktor-faktor penyebab stunting, ciri-ciri anak yang mengalami stunting, pencegahan stunting, kebutuhan zat gizi harian, gizi yang terkandung pada lele dan bayam serta aneka olahan lele. Kegiatan FGD diikuti oleh ibu PKK dan kader kesehatan sejumlah 20 orang yang tersebar pada 4 dusun dan didampingi oleh mahasiswa KKN-MMD. Pengukuran tingkat pengetahuan terkait stunting dikelompokkan menjadi tiga yaitu, baik (80-100), sedang (60-79) dan kurang (0-59) (Astuti, Wirdati and Rusmitasari, 2023).

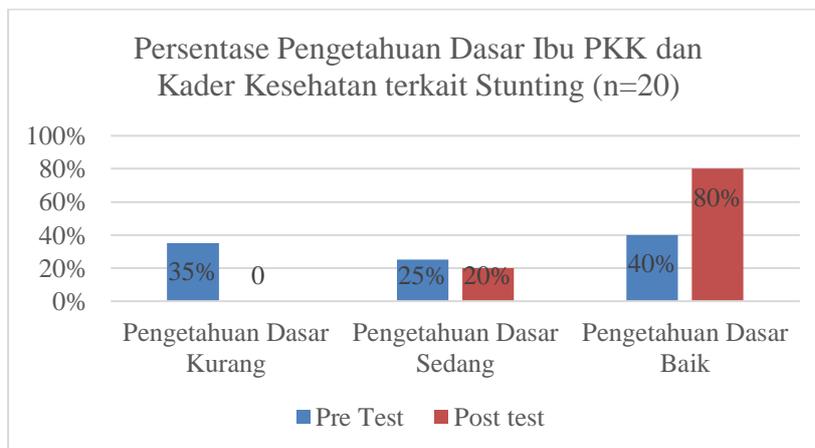
Melihat bahwa masyarakat setempat dari segi sosial-ekonomi masih bergantung pada hasil pertanian maka dilakukan workshop pembuatan sistem aquaponic yang dihadiri oleh kader kesehatan dan karang taruna desa. Sistem aquaponic cocok dilakukan dalam pemenuhan sustainability dan memberdayakan ibu rumah tangga (Krastanova *et al.*, 2022). Peningkatan partisipasi kader PKK yang merupakan ujung tombak perubahan di masyarakat dilakukan dengan melibatkan segala bentuk aktivitas budidaya aquaponic dalam skala rumah tangga yaitu, pengelolaan air dan irigasi, pembenihan, pemberian pakan, management kesehatan dan pemanenan. Kegiatan demonstrasi memasak olahan ikan lele dan sayuran hasil budidaya aquaponic juga dilakukan bersama kader PKK. Melalui kegiatan demonstrasi ibu PKK dan kader dapat memperoleh pengalaman secara langsung (Jupri *et al.*, 2022). Olahan masakan sehat berbahan dasar ikan lele dan sayuran dapat diinovasikan menjadi scallop lele dan pepes lele kemudian dilanjutkan dengan pemberian makanan tambahan pada balita. Evaluasi dilakukan dengan post test untuk melihat tingkat pemahaman ibu PKK.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat sosialisasi dan demonstrasi memasak olahan ikan lele hasil budidaya aquaponic skala rumah tangga di Desa Gebangangkrik, Kecamatan Ngimbang, Kabupaten Lamongan berjalan dengan lancar. Kegiatan sosialisasi dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2023 dihadiri 20 orang ibu PKK dan kader kesehatan di balai desa. Sebelum melaksanakan kegiatan sosialisasi peserta mengisi pre test. Hal ini dimaksudkan untuk mengukur ke dalaman pengetahuan mereka akan materi yang akan disampaikan (Effendi *et al.*, 2020; Astuti, Wirdati and Rusmitasari, 2023). Selanjutnya peserta akan mengikuti rangkaian kegiatan yaitu, sosialisasi, workshop

pembuatan dan pendampingan budidaya aquaponic, demonstrasi memasak olahan ikan dan sayur hasil budidaya dan evaluasi.

Berasarkan hasil pemetaan terdapat 165 balita di Desa Gebangangkrik yang tersebar pada 4 dusun yaitu, dusun jeruk (60 balita), dusun Kumprit (19 balita), dusun Ngangkrik kidul (44 balita), dan Ngangkrik lor (42 balita). Pada masing-masing dusun dipilih 5 orang ibu PKK dan kader Kesehatan sehingga total peserta yang mengikuti kegiatan sosialisasi dan pendampingan budidaya aquaponic adalah 20 orang peserta. Hasil pre test yang diikuti oleh 20 orang tersebut menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dasar terkait stunting, 8 orang peserta (40%) dalam kategori baik, sedangkan 5 orang peserta (25%) dalam kategori sedang, dan 7 peserta (35%) dalam kategori kurang **Gambar 3.1**. Melalui hasil pre test diperoleh hasil bahwa ibu PKK dan kader Kesehatan belum mengetahui dampak multisectoral yang dapat terjadi apabila balita mengalami stunting. Contohnya di sektor ekonomi, dan SDM sebagai bagian dari masa depan bangsa, kecerdasan kualitas kesehatan anak akan terancam. Stunting merupakan salah satu indikator keberhasilan kesejahteraan, pendidikan, dan pendapatan masyarakat. Oleh karena itu, penting dilakukan sosialisasi (**Gambar 3.2**) untuk menguatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu PKK dan kader kesehatan yang merupakan garda terdepan pendobrak perubahan perilaku di masyarakat (Yuwanti, Mulyaningrum and Susanti, 2021). Penguatan pengetahuan peserta dilakukan dengan sosialisasi dan FGD. Untuk memudahkan peserta dalam memahami materi maka dibuat booklet bergambar dan dibagikan kepada seluruh peserta. Hal ini mendapat respon positif dan meningkatkan antusiasme peserta **Gambar 3.3**. Melalui media booklet kader Kesehatan akan lebih mudah dalam mensosialisasikan keberlanjutan kegiatan KIE pada ibu balita lainnya.



Gambar 3.1. Persentase Pengetahuan Dasar Ibu PKK dan Kader Kesehatan tentang Stunting melalui pre test



Gambar 3.2. Sosialisasi Bahaya Stunting dan Pemenuhan Gizi Seimbang kepada ibu PKK dan kader Kesehatan



Gambar 3.3. Booklet yang diberikan kepada ibu PKK dan kader kesehatan pada saat sosialisasi perbaikan gizi untuk melawan stunting dan hasil workshop budidaya aquaponic dengan ikan lele dan sayur bayam

Kegiatan workshop budidaya aquaponic dilakukan pada 16 Juli 2023, peserta dikenalkan teknik budidaya aquaponic menggunakan ember plastik. Tempat budidaya aquaponic dan media tanam disiapkan terlebih dahulu, kemudian benih sayur disemai sedangkan benih lele diberikan kepada peserta setelah diaklimatisasi baru dapat dipindah dalam ember (**Gambar 3.2**). Budidaya dilakukan selama 2 bulan. Hasil budidaya ikan lele skala rumah tangga memperoleh berat panen 46 kg. Meskipun peserta baru pertama kali melakukan budidaya aquaponic namun, mereka tampak aktif bertanya kepada fasilitator yaitu, Mahasiswa KKN-MMD terkait kendala yang sering dihadapi dan management pemeliharaan.

Pasca panen dilakukan kegiatan demonstrasi memasak olahan ikan lele, masyarakat dapat belajar cara mempersiapkan hidangan yang sehat dan bergizi dari ikan lele. Kegiatan dilakukan dengan praktik langsung, peserta cenderung untuk mencoba resep-resep yang bisa dihidangkan di rumah. Hal ini dapat mempengaruhi perubahan positif dalam pola konsumsi dan berpotensi mencegah stunting melalui peningkatan asupan nutrisi. Melalui demonstrasi memasak olahan ikan lele, masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan teoritis tentang nutrisi, tetapi memiliki keterampilan praktis dalam mempersiapkan hidangan ekonomis, sehat dan mempertahankan nilai gizi selama proses pemasakan dilakukan (Haryani dkk., 2021). Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa mayoritas masyarakat menggantungkan hidup dari Bertani. Oleh karena itu, faktor kesejahteraan sosial dan ekonomi menjadi penyebab tidak langsung yang paling sering ditemukan di berbagai negara berkembang disusul dengan tingkat pendidikan orang tua yang mempengaruhi pengetahuan asupan nutrisi optimal untuk perkembangan anak (Kusumarini *et al.*, 2020; Qodrina and Sinuraya, 2021). Melalui kegiatan ini terjadi peningkatan pengetahuan terhadap stunting sebesar 40% dalam kategori baik. Seluruh peserta (n=20) memperoleh hasil baik dengan rata-rata nilai 90. Berdasarkan hasil evaluasi keaktifan dan partisipasi peserta juga masuk dalam kategori aktif-partisipatif dinilai melalui keberhasilan dalam budidaya aquaponic dan menciptakan inovasi olahan berbahan dasar ikan. Kegiatan ini memiliki implikasi penting bagi program pencegahan stunting di Desa Gebangkririk.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan di kategori baik sebanyak 40% dari sebelumnya. Para peserta yaitu ibu-ibu PKK dan kader kesehatan sangat antusias dan aktif selama pelaksanaan kegiatan dengan sering mengajukan pertanyaan dan turut membuat olahan inovasi berbahan dasar ikan dan sayuran. Hal ini menjadi awal yang baik dalam upaya penurunan angka stunting pada anak-anak melalui perbaikan gizi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Kepala Desa Gebangangkrik, Kecamatan Ngimbang, Kabupaten Lamongan yang telah memberkan izin, fasilitas, dan mendukung penuh pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat KKN-MMD tahun 2023 Universitas Brawijaya sehingga kegiatan berjalan baik dan lancar. Selanjutnya ucapan terima kasih kepada seluruh ibu PKK dan kader kesehatan serta karang taruna yang telah berpartisipasi dan sangat antusias dalam pelaksanaan program. Terima kasih atas dukungan LPPM Universitas Brawijaya yang telah mendanai kegiatan ini dengan nomor kontrak 899.55/UN10.C20/2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyana, I. (2014). Pengaruh Penambahan Tepung Kepala Ikan Lele (*Clarias sp*) Dalam Pembuatan Cilok Terhadap Kadar Protein Dan Sifat Organoleptiknya. *Unnes Journal of Public Health*. Vol. 3, pp. 1–9.
- Astuti, R. Ismi, Elya W, and Heni, R. (2023). Sosialisasi Stunting Balita Pada Ibu PKK RT 03 RW 02 Tegalkangkung Kedungmundu Kota Semarang. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*. Vol. 2, pp. 36–39.
- Effendi, I., Ummi, M. B., Rita, W. and Muhammad, Arif W. (2020). Perberdayaan Ibu Rumah Tangga Melalui Bakso dan Nuget Ikan Bersama Lazismu Pekanbaru. *Journal of Rural and Urban Community Empowerment*. Vol. 2, pp. 63–68.
- Fitri, L. (2018). Hubungan BBLR dan Asi Eksklusif dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Lima Puluh Pekanbaru. *Jurnal Endurance*. Vol. 3, pp. 131-137.
- Haryani, S. Astuti, A. P. Sari, K. (2021). Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat Dengan Komunikasi Informasi Dan Edukasi Di Wilayah Desa Candirejo Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*. Vol 4, pp. 30–39.
- Indriani, Et.al. 2022. Prevalence and Affecting Factors of Stunting in Toddlers in Bandar Lampung City , Indonesia.” *American Journal of Humanities and Social Sciences Research (AJHSSR)*. Vol. 6, pp. 52–57.
- Jupri, A., Emma Sucianawati., Gusti Ayu Dwi Novia Ardina., Eka Sunarwidi P., Tapaul Rozi., Pahmi Husain. (2022). Cegah Stunting Dengan Penerapan Pola Hidup Bersih Dan Sehat Di Desa Penedagandor Kecamatan Labuhan Haji Kabupaten Lombok Timur.” *Alamtana: Jurnal Pengabdian Masyarakat Unw Mataram*. Vol. 3, pp. 101–106.
- Kemenkes. 2023. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. *Kemenkes*: 1–7.
- Komalasari, K, Esti Supriati, Riona Sanjaya, and Hikmah Ifayanti. 2020. Faktor-Faktor Penyebab Kejadian Stunting Pada Balita. *Majalah Kesehatan Indonesia*. Vol. 1, pp. 51–56.
- Krastanova, M., Ivo Sirakov., Sofiya Ivanova-Kirilova., Dobry Yarkov and Petya Orozova. (2022). Aquaponic Systems: Biological and Technological Parameters. *Biotechnology and Biotechnological Equipment*. Vol. 36, pp. 305–316.
- Kusumarini R, Shelly, Salma Salas Sholekhah, Fane Vandania, and Indana Lazulfa. 2021. Gambaran Pengetahuan Dan Penerapan Personal Hygiene Siswa Dalam Upaya Mencegah Infeksi Soil Transmitted Helminth (STH). *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat*. Vol. 4, pp. 134–143.
- Kusumarini R, Shelly, Salma Salas Sholekhah, Fane Vandania, and Indana Lazulfa. (2020). Determination of Elementary School Students Knowledge of Soil-Transmitted Helminth Infection with Study of Personal Hygiene Behavior in Lamongan District, East Java, Indonesia. *Veterinary Practitioner*. Vol. 21, pp. 479–83.
- Marsaoly, Osnawati H., Nurwijayanti Nurwijayanti, Rahmania Ambarika, and Sri Kardjati Maria. (2021). Analysis of the Causes of Stunting in Toddlers in the Work Area of Gandasuli Community Health Center South Halmahera Regency North Maluku (Qualitative Study). *Journal for Quality in Public Health*. Vol. 4, pp. 314–328.
- Qodrina, Hafida Aulia, and Rano Kurnia Sinuraya. (2021). Faktor Langsung Dan Tidak Langsung Penyebab Stunting Di Wilayah Asia: Sebuah Review. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes* Vol. 12, pp. 361–365.
- Yuwanti, Yuwanti, Festy Mahanani Mulyaningrum, and Meity Mulya Susanti. (2021). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Stunting Pada Balita Di Kabupaten Grobogan.” *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*. Vol. 10, pp. 74-84.