

## Pendidikan Kesehatan Pada Remaja Dalam Pencegahan Stunting Di Posyandu Remaja Slukatan

<sup>1</sup>Ari Setyawati, <sup>2\*</sup>Romdiyah, <sup>3</sup>Siti Khoiriyah, <sup>4</sup>Anindita Paramastuti Azuma

<sup>1</sup> Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sains Alqur'an

<sup>2</sup> Program DIII Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sains Alqur'an

<sup>3</sup> Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sains Alqur'an

<sup>4</sup> Program Studi DIII Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sains Alqur'an

Korespondensi: [diyahnajwa17@gmail.com](mailto:diyahnajwa17@gmail.com).

**Abstrak :** Stunting adalah kondisi gagal tumbuh yang disebabkan oleh kurang gizi kronis di 1000 HPK (Hari pertama Kehidupan) anak, yaitu sejak dalam kandungan hingga usia 2 tahun Pencegahan stunting dapat di mulai sejak calon ibu yaitu pada masa remaja. Pencegahan stunting dapat dilakukan sejak masa remaja sebagai calon ibu. Upaya pada remaja tersebut antara lain dengan asupan nutrisi yang bergizi dan pemberian tablet Fe pada saat menstruasi. Tujuan Kegiatan adalah memberikan pendidikan kesehatan pada remaja untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan stunting. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat diawali dengan cek kesehatan meliputi Tinggi Badan (TD), Hemoglobin (Hb), lingkaran lengan atas (LILA), Berat Badan (BB) dan Tinggi Badan (TB), setelah itu remaja mengikuti kegiatan Pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan tanya jawab, sebelum nya dilakukan pre tes dan setelah kegiatan selesai untuk mengukur pengetahuan remaja dilanjutkan post test dan pemberian tablet darah pada remaja putri yang sudah menstruasi. Sasaran pada kegiatan pengabdian ini adalah remaja di desa Slukatan. Hasil kegiatan pengetahuan remaja mengalami peningkatan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan rata-rata sebesar 81,5. Kesimpulan setelah dilakukan pendidikan kesehatan pengetahuan remaja meningkat dari 41 remaja. Remaja dapat berkontribusi dalam pencegahan stunting karena pengetahuan yang baik dan sikap yang positif. Tindak lanjut dari kegiatan ini yaitu melakukan monitoring dan evaluasi untuk kepatuhan minum tablet Fe dan pendidikan kesehatan tahap berikutnya tentang pernikahan dini dan kesehatan reproduksi pada remaja.

**Kata Kunci :** Remaja, pendidikan kesehatan, stunting

**Abstract:** Stunting is a condition of failure to thrive caused by chronic malnutrition in a child's 1000 HPK (first day of life), namely from the time they are in the womb until the age of 2 years. Prevention of stunting can start from the mother-to-be, namely during adolescence. Stunting prevention can be done from adolescence as a prospective mother. Efforts for teenagers include nutritious nutritional intake and giving Fe tablets during menstruation. The aim of the activity is to provide health education to teenagers to increase knowledge about stunting prevention. The implementation of community service activities begins with a health check including Height (BP), Hemoglobin (Hb), Upper Arm Circumference (MUAC), Weight (BB) and Height (TB), after that the teenagers take part in health education activities using lecture and question and answer methods, before that a pre-test is carried out and after the activity is finished to measure the teenagers' knowledge, it is continued post testing and giving blood tablets to teenage girls who are already menstruating. The targets for this service activity are teenagers in Slukatan village. The results of adolescent knowledge activities increased after being given health education with an average of 81.5. Conclusion: After health education was carried out, adolescent knowledge increased from 41 adolescents. Teenagers can contribute to stunting prevention because of good knowledge and positive attitudes. The follow-up to this activity is conducting mentoring and evaluation for compliance with taking Fe tablets and the next stage of health education regarding early marriage and reproductive health in adolescents.

**Keyword :** Teenagers, health education, stunting

## PENDAHULUAN

Baik buruknya suatu bangsa dimasa yang akan datang tergantung pada kondisi generasi muda saat ini. Remaja sehat merupakan salah satu aset penting untuk terwujudnya generasi bangsa yang berkualitas<sup>1</sup>. Kondisi remaja yang sehat menjadi salah satu factor yang dapat menurunkan angka kejadian stunting<sup>2</sup>. Stunting merupakan keadaan kurang gizi kronis di 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang menyebabkan gagal tumbuh ditandai dengan tubuh pendek atau sangat pendek<sup>3</sup>. Stunting dapat terjadi sejak dalam kandungan hingga usia 2 tahun. Pencegahan stunting dapat dilakukan sejak masa remaja sebagai calon ibu. Upaya pada remaja tersebut antara lain dengan asupan nutrisi yang bergizi dan pemberian tablet Fe pada saat menstruasi<sup>4</sup>.

Dampak jangka panjang yang terjadi apabila tidak dilakukan pencegahan stunting sejak dini dapat berpengaruh pada kondisi kesehatan yang kurang baik<sup>2</sup>. Selain itu, dapat berpengaruh dalam kurangnya prestasi akademik, produktifitas kerja yang kurang optimal, memiliki potensi penghasilan yang rendah dan tingkat kemiskinan meningkat<sup>5</sup>. Kasus stunting di Indonesia menempati urutan kedua di Asia Tenggara urutan kedua dan urutan keempat di dunia<sup>6</sup>. Pada tahun 2019 jesus stunting di Indonesia mencapai 27,67%. Target WHO angka kejadian stunting tidak melebihi dari 20%. Sebanyak 1,2 juta bayi dari 5 juta kelahiran bayi setiap tahun mengalami stunting. Bayi baru lahir dengan kondisi stunting yang dimulai sejak kehamilan sebanyak 23% dan 27,6% dari bayi yang lahir normal<sup>7</sup>. Pencegahan stunting dapat dimulai sejak calon ibu yaitu pada masa remaja. Periode perkembangan janin menyesuaikan dengan nutrisi ibu selama masa kehamilan. Apabila asupan nutrisi ibu kurang, maka perkembangan sel-sel organ janin kurang optimal dan dapat bersifat permanen sehingga menyebabkan masalah jangka Panjang<sup>8</sup>. Pemberian informasi yang benar tentang stunting pada remaja merupakan intervensi yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan tentang persiapan 1000 HPK sehingga dapat menurunkan risiko melahirkan anak dengan stunting<sup>9</sup>.

Pentingnya remaja putri sebagai calon ibu untuk mempersiapkan diri menghasilkan generasi yang berkualitas, perlu adanya peningatakan pengetahuan tentang gizi dalam pencegahan stunting. Upaya pencegahan stunting sejak dini dapat dipengaruhi oleh pengetahuan remaja sehingga akan terbentuk sikap dan perilaku remaja. Remaja yang mempunyai pengetahuan baik dan sikap yang positif dapat menjadikan seseorang untuk membentu perilaku dalam pencegahan stunting<sup>10</sup>. Tujuan pengabdian kepada Masyarakat adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting di masa remaja.

## METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dengan teknik ceramah dan tanya jawab secara langsung. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat "Pendidikan kesehatan pada remaja Remaja dalam pencegahan stunting" telah dilaksanakan pada Hari Kamis, 04 Juli 2024 jam 08.30- 11.00 WIB tempat di balai desa Sukatan dengan jumlah peserta 41 remajadilokasi Balai desa Slukatan. Dengan tahapan kegiatan sebagai berikut :

### 1. Tahap Persiapan

Tahapan Persiapan kegiatan ini dilakukan sebagai berikut: a). Survei dan observasi ke lapangan Kegiatan ini dilakukan dengan cara berkoordinasi dengan Bidan pembina wilayah Desa Slukatan yang sudah kerjasama dengan FIKES UNSIQ untuk gambaran remaja yang akan dilakukan penyuluhan kesehatan. Hal ini bermanfaat untuk melakukan analisis permasalahan yang benar-benar terjadi, sehingga nantinya dapat menghasilkan solusi atau pemecahan masalah yang sesuai. b) Penyusunan dan pengajuan proposal program pengabdian kepada masyarakat: Setelah mendapatkan data-data yang cukup dan mendukung permasalahan yang dialami oleh mitra dan penelusuran literature yang sesuai selanjutnya dilakukan penyusunan proposal. Proposal

pengabdian kepada masyarakat tentang pelatihan selanjutnya diajukan melalui UP3M Fakultas Ilmu Kesehatan UNSIQ Wonosobo untuk mendapatkan pendanaan. c) Sosialisasi program dengan mitra : Kegiatan ini dilaksanakan setelah proposal mendapatkan persetujuan dari FIKES UNSIQ. Kegiatan pelatihan ini dilakukan dengan mendatangi kepala Desa Slukatan dan bidan pembina wilayah untuk mendiskusikan rencana pelaksanaan program termasuk *time schedule*, tempat dan kegiatan terkait program yang akan dilaksanakan.

## 2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat "Pendidikan kesehatan pada remaja Remaja dalam pencegahan stunting" telah dilaksanakan pada Hari Kamis, 04 Juli 2024 jam 08.30- 11.00 WIB dengan jumlah peserta 41 remaja, bertempat di Balai Desa Slukatan Kecamatan Mojotengah, Kabupaten Wonosobo. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan cek Kesehatan seperti pengukuran tekanan darah, Berat badan (BB), Tinggi Badan (TB), Lingkar Lengan atas (LILA), Cek HB untuk remaja putri yang sudah menstruasi. Setelah selesai dilakukan pemeriksaan kesehatan remaja langsung masuk keruangan dibagi kuesioner untuk mengerjakan pretest. Kegiatan beikutnya memberikan Pendidikan Kesehatan dengan media power point tentang materi stunting dan dilanjut tanya jawab kepada audien Untuk mengevaluasi pengetahuan peserta tim mebagi Kembali kuesioner untk dilaksanakan postest. Setelah kegiatan selasai dilanjutkan pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja yang sudah menstruasi.

## 3. Pasca Pelaksanaan

Setelah Kegiatan selesai Menyusun laporan kegiatan dan tindak lanjut kegiatan berikutnya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendidikan kesehatan dilaksanakan di Balaidesa Desa Slukatan yang sasaran pada kegiatan ini adalah remaja yang berusia 10 -19 tahun yang berjumlah 41 remaja. Hasil posttes setelah diberikan pendidikan kesehatan menunjukkan meningkatkannya pengetahuan remaja dalam pencegahan stunting. Berdasarkan hasil nilai pretest rata-rata yaitu 70,4 dan pada nilai post tes didapatkan hasil rata-rata yaitu 81,5 Sehingga dari hasil tersebut mengalami peningkatan nilai sebesar 11.1 pengetahuan tentang pencegahan stunting pada remaja yang dilakukan pendidikan kesehatan mengalami peningkatan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan cek Kesehatan seperti pengukuran TD, BB, TB, LILA, Cek HB untuk remja putri yang sudah menstruasi. Selanjutnya melakukan pretest terlebih dahulu untuk mengukur pengetahuan peserta. Kemudian selanjutnya dengan memberikan materi dengan metode ceramah dan diskusi. Untuk mengukur pengetahuan remaja dilakukan evaluasi kegiaiatn dengan membagi kuesioner pada peserta. Setelah kegiatan selasai dilanjutkan pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja yang sudah menstruasi.

Komponen dalam masyarakat salah satunya adalah remaja. Masa perkembangan remaja yaitu reproduksi dimana remaja putri akan mengalami proses kehamilan sehingga harus siap organ reproduksinya. Peran remaja sangat dibutuhkan untu mencegah terjadinya stunting<sup>11</sup>. Faktor yang mempengaruhi perilaku dalam Kesehatan seseorang yaitu factor predisposisi. Seseseorang yang melakukan tindakan dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, keyakinan dan nilai sesuai teori Green Laurence<sup>12</sup>. Hasil penelitian oleh<sup>13</sup> menjelaskan bahwa metode ceramah dan berdiskusi pada remaja dinilai berhasil dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang stunting. Metode yang digunakan dalam Pendidikan Kesehatan sangat efektif sehingga remaja lebih memahami dan pengetahuannya meningkat<sup>14</sup>.

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada Masyarakat lancar dan sesuai target. Saran untuk remaja agar dapat berkontribusi langsung dalam pengetahuan dan pemahamannya terkait stunting. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh<sup>15</sup> yaitu remaja berkontribusi dalam pencegahan stunting. Sehingga untuk mencegah stunting dapat memberikan Pendidikan Kesehatan baik pada remaja atau calon pengantin<sup>16</sup>.



Gambar 1 dan 2. kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah terlaksana karena antusias remaja yang mengikuti dari awal sampai akhir. Program pengabdian kepada masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan remaja dalam pencegahan stunting secara baik dan benar. Kegiatan ini juga dapat dilakukan pada calon pengantin (catin) agar upaya pencegahan stunting dapat dilakukan secara dini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyampaikan ucapan terima kasih kepada Kepala Desa Slukatan dan Bidan pembina wilayah yang telah memberikan fasilitas yang diberikan. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memberi dukungan finansial terhadap kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini

## DAFTAR PUSTAKA

1. Maslikhah. Hubungan antara pengetahuan remaja tentang gizi remaja dengan perilaku pencegahan stunting. *J Ilmu Kebidanan dan Kesehat.* 2024;15 (01)(Januari):42–6.
2. Zakiyanpri, wafa; Syifa'ul Lailiyah2 GA et al. Edukasi kepada Remaja untuk Mencegah Terjadinya Stunting dari Faktor Kesehatan saat Masa Remaja di SMAN 1 Banyuwangi. *J Abdi Masy Indones.* 2024;4 (03)(Mei):603–10.
3. Alwi, M. A., Hamzah, H., & Lewa AF. Determinan dan Faktor Risiko Stunting pada Remaja di Indonesia: Literature Review. *J Ilm Gizi.* 2022;3(01)(Agustus):7–12.
4. Nor'Aini yuni dan UL. Penyuluhan Pemanfaatan Tablet Tambah Darah Sebagai Deteksi Dini Pencegahan Stunting Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Nalumsari. *Hikmah J Community Serv.* 2024;2 (01)(Februari):29–33.
5. Dewi A.P. Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita 24 – 36 Bulan di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Gadingrejo Kabupaten Pringsewu. 2019;
6. Safitri M. Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemeriksaan Status Gizi di Posyandu Aster Wanujoyo Lor. *Pros Semin Nas Progr Pengabd Masy.* 2022;6 (02)(Oktober):642–8.

7. BKKBN. KEBIJAKAN Dan strategi percepatan penurunan stunting di Indonesia. Kepala Pusat Pendidikan dan Pelatihan Kependudukan dan Keluarga Berencana. 2021.
8. Magarwati, Astuti. Pengetahuan ibu pola makan dan status gizi pada anak stunting usia 1-5 tahun di Kelurahan Bangetayu Kecamatan Genuk Semarang. *Indones J Nutr.* 2018;
9. Noviasty reni; et. a. Eduwhap remaja siap cegah stunting dalam wadah kumpul sharing remaja. *J Ilm Pengabd Kpd Masy.* 2020;4(2):494–501.
10. Admasari, Y. et. a. Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Putri Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (Hpk). *Judika (Jurnal Nusant Med.* 2023;7 (01)(April):73–81.
11. Matahari R dan dyah S. Peran remaja dalam pencegahan stunting. K-Media. Yogyakarta: K-Media; 2022.
12. Notoadmojo. Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta; 2018.
13. Muchtar, Febriana; Sri Rejeki2 , Ilian Elvira3 H. Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. *J Pengabd Masy Terintegrasi.* 2023;02 (02)(Agustus):138–44.
14. Witdiawati, Dadang Purnama E a. Pendidikan kesehatan tentang peran remaja dalam pencegahan stunting. *J Kreat Pengabd Kpd Masy.* 2024;7 (04)(April):1744–51.
15. Parinduri, Khodijah S. Optimalisasi potensi remaja putri dalam pencegahan stunting di Desa Wangunjaya Kecamatan Leuwisadeng Kabupaten Bogor. *J Mhs Kesehat Masy.* 2021;4(01)(Februari):23–9.
16. Natanael, S., Putri, N. K. A., & Adhi KT. Persepsi Tentang Stunting Pada Remaja Putri di Kabupaten Gianyar Bali. *Penelitian Gizi dan Makanan. J Nutr Food Res.* 2022;45 (01)(Oktober):1–10.