

## PEMBERDAYAAN KELOMPOK GIZI REMAJA CEGAH STUNTING NUTRIHERO

Febrina Sulistiawati<sup>1\*</sup>, Muhammad Zoher Hilmi<sup>2</sup>, Mukminah<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Ilmu Gizi, Universitas Nahdlatul Ulama NTB, Indonesia

<sup>2</sup>Pendidikan Sosiologi, Universitas Nahdlatul Ulama NTB, Indonesia

<sup>3</sup>Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Nahdlatul Ulama NTB, Indonesia

[r\\_feбри@yahoo.co.id](mailto:r_feбри@yahoo.co.id)<sup>1</sup>, [mzoherhilmi1990@gmail.com](mailto:mzoherhilmi1990@gmail.com)<sup>2</sup>, [mukminah145@gmail.com](mailto:mukminah145@gmail.com)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

**Abstrak:** *Stunting* hingga saat ini masih menjadi perhatian pemerintah. *Stunting* dapat dicegah sejak masa remaja, pada fase kehidupan dengan rasa ingin tahu yang tinggi sehingga nantinya dapat berperan sebagai agen perubahan yang dapat membantu mencegah kejadian *stunting*. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan peran santri sebagai *role model* dan edukator bagi teman sebaya dalam pencegahan *stunting*. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pelatihan bagi Kelompok Gizi Remaja “Nutrihero” dilanjutkan dengan praktek edukasi oleh anggota Nutrihero kepada santri lainnya. Mitra dalam pengabdian ini adalah 31 santri perwakilan kelas VII-IX Madrasah Tsanawiyah dan kelas X-XII Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Tarbiyatul ‘Uluum Al-Islamiyah Hadil Ishlah Bilebante, Lombok Tengah. Evaluasi kegiatan didapatkan melalui kuesioner tingkat pengetahuan sebelum dan setelah edukasi, serta praktek edukasi dari anggota Nutrihero kepada teman sebayanya. Dari kegiatan ini didapatkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan santri dimana tingkat pengetahuan dengan kategori baik dari 10% menjadi 55%. Selain itu, anggota Nutrihero telah mampu mengedukasi teman sebayanya menggunakan media KIE.

**Kata Kunci:** Pengetahuan; Remaja; *Stunting*; Nutrihero.

**Abstract:** *Stunting* is still a concern for the government. *Stunting* can be prevented since adolescence, in the phase of life with high curiosity so that later it can play a role as an agent of change that can help prevent *stunting*. This service aims to increase the knowledge and role of santri as role models and educators for peers in preventing *stunting*. The method used in this activity is training for the Youth Nutrition Group “Nutrihero” followed by educational practices by Nutrihero members to other students. The partners in this service were 31 students representing classes VII-IX of Madrasah Tsanawiyah and classes X-XII of Madrasah Aliyah of Tarbiyatul ‘Uluum Al-Islamiyah Hadil Ishlah Islamic Boarding School in Bilebante, Central Lombok. Evaluation of the activity was obtained through a questionnaire on the level of knowledge before and after education, as well as the practice of education from Nutrihero members to their peers. From this activity, it was found that there was an increase in santri knowledge where the level of knowledge in the good category increased from 10% to 55%. In addition, Nutrihero members have been able to educate their peers using IEC media.

**Keywords:** Knowledge; Adolescent; *Stunting*; Nutrihero.



#### Article History:

Received: 06-09-2023

Revised : 06-10-2023

Accepted: 13-10-2023

Online : 01-12-2023



This is an open access article under the  
CC-BY-SA license

## A. LATAR BELAKANG

Prevalensi *stunting* di beberapa kabupaten/kota di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) terbilang masih cukup tinggi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018, angka kejadian *stunting* secara nasional sebesar 30,8% sementara di Provinsi NTB mencapai 33,49% (Kesehata, 2018). *Stunting* dapat dicegah sejak masa remaja, dimana mereka berada pada fase kehidupan dengan rasa ingin tahu yang tinggi sehingga merupakan kelompok prioritas untuk diberikan edukasi. Dengan diberikan edukasi sejak dini, remaja dapat berperan sebagai agen perubahan yang dapat membantu mencegah kejadian *stunting* di lingkungan sekitarnya. Remaja merupakan salah satu kelompok sasaran dalam intervensi gizi spesifik untuk percepatan penurunan *stunting*. Intervensi gizi yang menyoasar remaja dapat memutus siklus permasalahan gizi dan kemiskinan serta memberikan manfaat positif terhadap perekonomian dan kesehatan negara (Nuryani & Paramata, 2021). Remaja membawa harus memiliki perilaku hidup yang sehat, status gizi yang baik, dan menghindari terjadinya pernikahan dini (Mitra & Nurlisis, 2018).

Salah satu intervensi yang dilakukan untuk pencegahan *stunting* adalah melalui pendekatan pemberdayaan (Trisilawati & Shaluhiyah, 2022). Beberapa kegiatan pemberdayaan masyarakat menunjukkan hasil yang baik untuk pencegahan *stunting* (Irawan et al., 2023); (Aisyaroh et al., 2023); (Sakti & Sumiaty, 2022); (Laili & Andriani, 2019). Pemberdayaan masyarakat di pondok pesantren merupakan upaya untuk memfasilitasi agar warga pondok pesantren mampu mengenal masalah yang dihadapi serta merencanakan dan melakukan upaya pemecahannya dengan memanfaatkan potensi sesuai situasi, kondisi dan kebutuhan setempat (Kesehatan, 2013). Dengan pembentukan kelompok gizi remaja dimana anggotanya adalah para santri diharapkan mereka mampu menjadi agen perubahan berdasarkan asas kemandirian dan kebersamaan.

Dari hasil pengamatan pendahuluan yang dilakukan di Pondok Pesantren Tarbiyatul 'Uloom Al-Islamiyah Yayasan Hadil Ishlah Desa Bilebante Kabupaten Lombok Tengah, pengetahuan para santri mengenai pencegahan *stunting* masih rendah. Selain itu, media komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) serta sarana Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) juga sangat minim. Oleh karena itu, perlu dilakukan edukasi mengenai pentingnya pecegahan *stunting* sejak dini melalui pembentukan kelompok remaja dan penyediaan media KIE.

Kegiatan pengabdian Handayani et al. (2022) menunjukkan bahwa kegiatan pemberdayaan remaja dapat memberikan penyegaran terkait pencegahan *stunting*. Hasil pengabdian Simbolon et al. (2022) menunjukkan terjadi Peningkatan pengetahuan setelah kegiatan pendampingan remaja dalam upaya pencegahan *stunting*. Remaja menjadi sasaran penting dalam pencegahan *stunting* melalui upaya-upaya pencegahan *stunting* sejak dini.

Berdasarkan hasil penelitian dan pengabdian tersebut, tim pengabdian menawarkan beberapa solusi permasalahan sebagai salah satu langkah pencegahan *stunting* yakni : (1) Membentuk Kelompok Gizi Remaja Cegah *Stunting* “Nutrihero” dengan anggota perwakilan santri dari setiap kelas VII-IX (Madrasah Tsanawiyah atau setingkat SMP) dan kelas X-XII (Madrasah Aliyah atau setingkat SMU) yang nantinya akan menjadi edukator bagi teman sebayanya; (2) Meningkatkan pengetahuan anggota kelompok gizi dengan memberikan edukasi pencegahan *stunting* sejak dini; dan (3) Menyediakan materi KIE terkait gizi seimbang, kesehatan reproduksi remaja, 1000 Hari Pertama Kehidupan, serta pengadaan peralatan PHBS untuk seluruh santri pondok pesantren. Tujuan yang ingin dicapai dengan rangkaian kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan, kemandirian serta partisipasi aktif santri dalam upaya pencegahan *stunting* sejak dini.

## B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini merupakan program Pemberdayaan Kemitraan Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan oleh Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat sejak bulan April hingga September 2023. Mitra yang terlibat dalam kegiatan ini adalah Pondok Pesantren Tarbiyatul ‘Uluum Al-Islamiyah Yayasan Hadil Ishlah Desa Bilebante Kabupaten Lombok Tengah dengan melibatkan 31 santri sebagai anggota Kelompok Gizi Remaja Nutrihero. Untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh mitra maka dilakukan rangkaian kegiatan pengabdian meliputi:

### 1. Persiapan kegiatan

- a. Persiapan tim pengabdian terkait survey lokasi kegiatan dan perizinan dengan mitra.
- b. *Focus group discussion* (FGD) dengan mitra (Ketua Yayasan, Ketua Pondok Pesantren, Kepala Madrasah Tsanawiyah dan Aliyah serta perwakilan ustadz dan ustadzah).

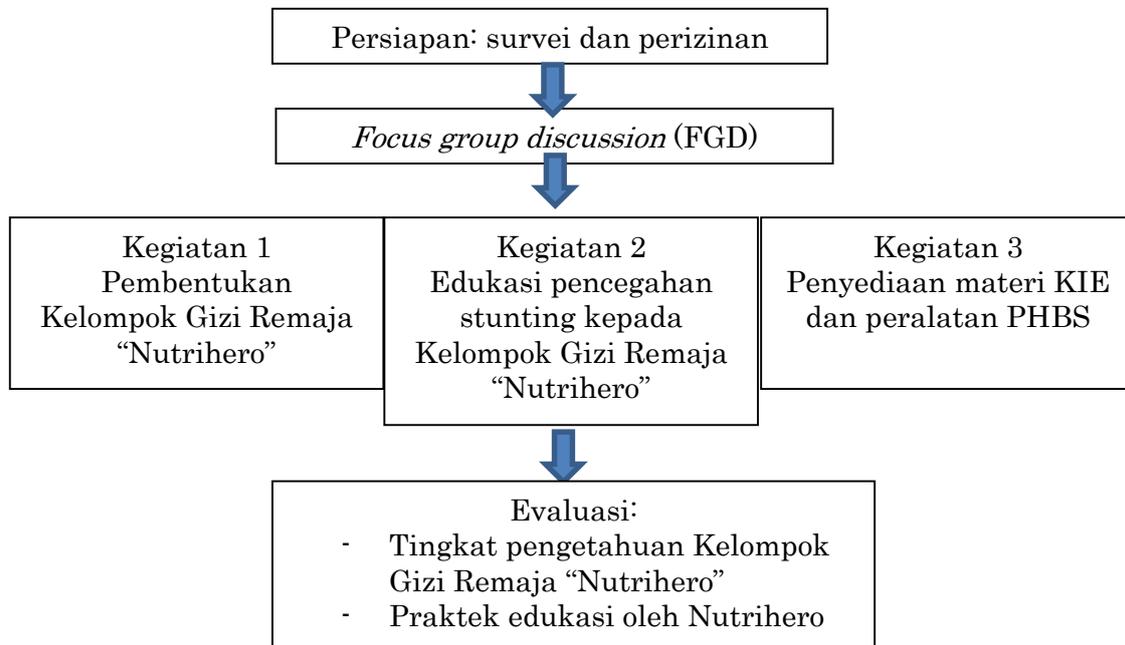
### 2. Kegiatan Pengabdian

- a. Pembentukan Kelompok Gizi Remaja Cegah *Stunting* “Nutrihero”.
- b. Edukasi pencegahan *stunting* kepada Kelompok Gizi Remaja “Nutrihero”.
- c. Penyediaan materi Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) terkait pencegahan *stunting* serta pengadaan peralatan PHBS untuk santri.

### 3. Evaluasi kegiatan

- a. Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan kuesioner pre dan post test tingkat pengetahuan anggota Kelompok Gizi Nutrihero.
- b. Praktek edukasi langsung oleh Kelompok Gizi Nutrihero kepada teman-temannya di kelas masing-masing.

Keberhasilan program yang direncanakan adalah meningkatnya pengetahuan Kelompok Gizi Nutrihero serta kemampuan anggota Nutrihero dalam mengedukasi teman sebayanya. Kegiatan ini akan tetap dipantau oleh tim pengabdian minimal satu semester sekali. Secara rinci, langkah pelaksanaan kegiatan dapat dilihat pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Langkah Pelaksanaan Kegiatan PKM

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM ini telah terlaksana dengan baik atas kerjasama tim pengabdian dan mitra yang terlibat secara aktif pada setiap rangkaian kegiatan.

#### 1. Persiapan kegiatan

- a. Persiapan tim pengabdian terkait survei lokasi kegiatan dan perizinan dengan mitra.

Pada tahap persiapan, tim pengabdian melakukan survei terkait lokasi yang akan digunakan untuk kegiatan pengabdian sekaligus silaturahmi kepada Pimpinan Yayasan dan Pimpinan Pondok Pesantren terkait beberapa rangkaian kegiatan yang akan dilaksanakan. Setelah dilakukan diskusi diperoleh beberapa masukan dari mitra terkait lokasi dan waktu penyelenggaraan kegiatan.

- b. *Focus group discussion* (FGD) dengan mitra (Ketua Yayasan, Ketua Pondok Pesantren, Kepala Madrasah Tsanawiyah dan Aliyah serta beberapa perwakilan ustadz dan ustadzah untuk menganalisa permasalahan prioritas terkait pencegahan *stunting* di lingkungan pondok pesantren serta langkah-langkah efektif penyelesaian masalah tersebut.

Dari kegiatan FGD dengan beberapa Pimpinan Pondok Pesantren didapatkan permasalahan yang terjadi di pondok adalah kurangnya kesadaran santri mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Dengan adanya kegiatan pengabdian ini diharapkan santri lebih termotivasi untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan pondok pesantren.

## 2. Kegiatan Pengabdian

### a. Pembentukan Kelompok Gizi Remaja Cegah Stunting “Nutrihero”

Kelompok Gizi Remaja Nutrihero yang dibentuk beranggotakan 31 orang santri yang merupakan perwakilan dari kelas VII-IX Madrasah Tsanawiyah atau setingkat SMP dan kelas X-XII Madrasah Aliyah atau setingkat SMA.

### b. Edukasi pencegahan stunting kepada Kelompok Gizi Remaja “Nutrihero”

Edukasi kepada Kelompok Gizi Remaja Nutrihero dilakukan dengan metode Komunikasi Antar Pribadi (KAP) dengan narasumber dari Dinas Kesehatan Provinsi NTB. Beberapa materi yang disampaikan yaitu gizi seimbang, kesehatan reproduksi, 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Edukasi Kelompok Gizi Remaja Nutrihero

### c. Penyediaan materi KIE terkait pencegahan *stunting* serta pengadaan peralatan PHBS untuk santri

Untuk mendukung keberlanjutan edukasi oleh Kelompok Gizi Remaja Nutrihero diberikan roll banner, poster, leaflet dan buku-buku terkait gizi seimbang, isi piringku, anemia, kesehatan reproduksi remaja, 1000 HPK dan pentingnya PHBS. Selain itu, diberikan pula peralatan PHBS untuk santri pondok pesantren diantaranya tong komposter, penyaring air, peralatan kebersihan, peralatan mandi, serta alat ukur berat badan dan tinggi badan, seperti terlihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Materi KIE Terkait Pencegahan *Stunting*

### 3. Evaluasi kegiatan

Setiap kegiatan dilakukan evaluasi menggunakan form daftar hadir untuk menunjukkan antusiasme peserta serta kuesioner pre dan post test untuk menilai peningkatan pengetahuan anggota Kelompok Gizi Nutrihero setelah edukasi dilaksanakan. Karakteristik peserta kegiatan dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Santri

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	12	40
Perempuan	19	60
Total	31	100
Usia (tahun)		
13-15	16	52
16-18	15	48
Total	31	100

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa sebagian besar anggota Nutrihero berjenis kelamin perempuan (60%) dengan rentang usia terbanyak 13-15 tahun (52%). Adapun perubahan tingkat pengetahuan santri sebelum dan setelah edukasi dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Pengetahuan tentang Stunting

Pengetahuan	Pre test		Post test	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Baik	3	10	17	55
Cukup	12	39	14	45
Kurang	16	51	0	0
Jumlah	31	100	31	100

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan santri sebelum dan setelah dilakukan edukasi, dimana sebelum edukasi jumlah santri dengan pengetahuan kurang sebanyak 51% menjadi 0% setelah diedukasi, pengetahuan cukup meningkat dari 39% menjadi 45% dan pengetahuan baik meningkat dari 10% menjadi 55% setelah edukasi. Hal ini disebabkan karena tingginya antusias peserta mengikuti seluruh

rangkaian kegiatan dari awal hingga akhir. Peserta aktif mendengarkan dan berdiskusi terkait materi yang disampaikan. Beberapa hasil penelitian dan pengabdian menunjukkan pula hasil yang sama. Parinduri (2021); Wardhani et al. (2021); Putra et al. (2019); Pakhri & Sukmawati (2021) menyatakan bahwa edukasi gizi meningkatkan pengetahuan gizi remaja.

Praktek edukasi dilakukan oleh Kelompok Gizi Nutrihero kepada teman-temannya di kelas masing-masing. Dari hasil pengamatan terlihat bahwa Nutrihero telah mampu mengedukasi teman sebayanya. Nutrihero mampu menjelaskan pesan-pesan kunci pencegahan stunting kepada teman-temannya menggunakan media KIE diantaranya poster, roll banner, leaflet dan buku, seperti terlihat pada Gambar 4.



**Gambar 4.** Praktek Edukasi Kepada Teman Sebaya

#### **D. SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan kegiatan yang telah dilaksanakan dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan, kemandirian serta partisipasi aktif santri dalam upaya pencegahan *stunting* sejak dini. Peningkatan pengetahuan Nutrihero dengan persentase awal 10% menjadi 55% pada kategori baik. Selain itu, Nutrihero mampu menjadi edukator bagi teman sebayanya dengan menjelaskan pesan-pesan kunci pencegahan *stunting* menggunakan media KIE diantaranya poster, *roll banner*, leaflet dan buku.

Kegiatan ini diharapkan dapat terus berlanjut dengan keterlibatan aktif dari yayasan, lembaga-lembaga yang ada di pondok pesantren maupun pendampingan dari pihak puskesmas. Selain itu, perlu dilakukan pengabdian lanjutan untuk mengetahui tingkat keberhasilan anggota Nutrihero dalam menjalankan perannya sebagai *role model* dan edukator bagi teman sebayanya.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Tim pelaksana mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Riset, Teknologi dan Pengabdian Kepada Masyarakat (DRTPM) Kemdikbudristek sebagai penyandang dana pada skema hibah Pemberdayaan Kemitraan Masyarakat (PKM) Tahun Anggaran 2023, LPPM Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat, dan Pondok Pesantren Tarbiyatul 'Uluum Al-Islamiyah Hadil Ishlah Desa Bilebante serta seluruh pihak yang telah memfasilitasi kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan sangat baik.

## DAFTAR RUJUKAN

- Asmarudin Pakhri, Sukmawati, N. (2021). *Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Asupan Energi, Protein, dan Besi Pada Remaja*. nama jurnal? volume? issue? 39–43.
- Handayani, N., Indraswari, R., Shaluhiah, Z., & Kusumawati, A. (2022). Pemberdayaan Kader Remaja SANTUN (Sehat Anti Stunting) di Kecamatan Guntur Kabupaten Demak. *Journal of Public Health and Community Service*, 1(1), 55–59. <https://doi.org/10.14710/jphcs.2022.14034>
- Irawan, T., Zulfa, N. M., & Dkk. (2023). *Pencegahan Dan Penanggulangan Stunting Di Kelurahan Podosugih Kota Pekalongan Melalui Pemberdayaan Masyarakat*. 4(1), 27–32.
- Kesehata, B. P. dan P. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. <https://doi.org/978-602-373-118-3>
- Kesehatan, B. P. dan P. (2013). *Laporan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Khodijah Parinduri, S. (2021). Optimalisasi Potensi Remaja Putri Dalam Pencegahan Stunting Di Desa Wangunjaya Kecamatan Leuwisadeng Kabupaten Bogor. *Promotor*, 4(1), 23–29. <https://doi.org/10.32832/pro.v4i1.5518>
- Mitra, Nurlisis, U. R. (2018). Remaja Sebagai Agen Perubahan dalam Pencegahan Stunting Melalui Informasi Digital. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 3(1), 10–27.
- Noveri Aisyaroh<sup>1</sup>, Hanifatur Rosyidah<sup>2</sup>, Shinta Dwi Apriliana<sup>3</sup>, T. S. F. (2023). *Pemberdayaan Kader Posyandu Remaja Dalam Mendukung 8000 Hpk Dan Mencegah Stunting*. 5(2), 18–24.
- Nuryani, N., & Paramata, Y. (2021). Social and Behaviour Change Communication Strategy: Improving Adolescent Nutrition in Indonesia. In *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*.
- Putra, R. W. H., Supadi, J., & Wijaningsih, W. (2019). the Effect of Nutrition Education on Knowledge and Attitude About Anemia in Aldolescent. *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), 75–78.
- Putri Mulia Sakti, Sumiaty, H. (2022). *Pemberdayaan Remaja Melalui Program Terintegrasi Patujua Untuk Mencegah Stunting Di Sulawesi Tengah*. nama jurnal? 21(3), 30–36.
- Ratna Trisilawati, Zohroh shaluhiah, B. W. (2022). *Empowermen Approach as a Stunting Prevention Intervention Scoping Review*. 7(2), 475–482.
- Simbolon, D., Batbual, B., & Ratu Ludji, I. D. (2022). Pembinaan Perilaku Remaja Putri Dalam Perencanaan Keluarga Dan Pencegahan Anemia Melalui Pemberdayaan Peer Group Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Media Karya Kesehatan*, 5(2), 162–175. <https://doi.org/10.24198/mkk.v5i2.36716>
- Uliyatul Laili dan Ratna Ariesta Dwi Andriani. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Iptek*, 5(1), 8–12. <https://doi.org/10.59025/js.v2i1.54>
- Wardhani, D. A., Nissa, C., & Setyaningrum, Y. I. (2021). Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Melalui Edukasi Gizi Menggunakan Media Whatsapp Group. *Jurnal Gizi*, 10(1), 31–37. <https://doi.org/10.26714/jg.10.1.2021.31-37>