

PENINGKATAN KESEHATAN REMAJA MENYONGSONG KELUARGA SEHAT DAN ZERO STUNTING DENGAN YUK CAFÉ DI DESA CIKAHURIPAN

Yanyan Mulyani¹⁾, Elis Susilawati¹⁾, Denni Fransiska Helena¹⁾,
I Gusti Agung Ayu Hari Triandini¹⁾, Herlina Husein¹⁾

¹⁾Universitas Bhakti Kencana, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

Corresponding author : I Gusti Agung Ayu Hari Triandini
E-mail : ayu.hari@bku.ac.id

Diterima 06 April 2023, Direvisi 01 Mei 2023, Disetujui 01 Mei 2023

ABSTRAK

Stunting merupakan bentuk kegagalan pertumbuhan (*growth faltering*) akibat defisiensi nutrisi kronis yang berlangsung selama sejak anak berada dalam kandungan hingga usia anak 24 bulan. Faktor risiko *stunting* antara lain pernikahan dini dan kurangnya gizi pada calon ibu. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan terhadap risiko bahaya pernikahan dini tersebut yang menjadi salah satu faktor penyebab *stunting* serta memberikan informasi pentingnya konsumsi tablet Fe untuk pencegahan anemia pada 22 orang remaja putri di Desa Cikahuripan. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu ceramah meliputi penyuluhan atau sosialisasi pencegahan pernikahan dini untuk mencegah *stunting* serta pentingnya konsumsi Fe dilanjutkan dengan demonstrasi mengonsumsi bersama tablet Fe oleh remaja wanita dengan mempopulerkan konsep Yuk CaFe (Yuk Cegah Anemia dengan Tablet Fe). Kegiatan pengabdian masyarakat berhasil meningkatkan pengetahuan remaja terhadap risiko bahaya pernikahan dini tersebut yang menjadi salah satu faktor penyebab *stunting* dan dapat mengajak remaja untuk teratur mengonsumsi tablet Fe untuk mencegah anemia. Seluruh peserta kegiatan telah mengetahui pentingnya konsumsi tablet Fe dan ikut berpartisipasi aktif dalam mengonsumsi tablet Fe untuk pencegahan anemia. Diperlukan kegiatan sejenis yang dapat menarik perhatian remaja dalam menyongsong generasi bebas *stunting* ke depannya.

Kata kunci: *stunting*; pernikahan dini; keluarga; Yuk CaFe.

ABSTRACT

Stunting is a form of growth failure (*growth faltering*) due to chronic nutrient deficiency which lasts from the time the child is in the womb until the child is 24 months old. Risk factors for stunting include early marriage and malnutrition in expectant mothers. The purpose of this community service activity is to increase knowledge of the risks of the early marriage which is one of the factors causing stunting and to provide information on the importance of consuming Fe tablets to prevent anemia in 22 young women in Cikahuripan Village. The method used in this activity was lectures including counseling or socialization on prevention of early marriage to prevent stunting and the importance of Fe consumption followed by demonstrations of consuming Fe tablets together by young women by popularizing the concept of Yuk CaFe (Let's Prevent Anemia with Fe Tablets). Community service activities have succeeded in increasing adolescents' knowledge of the dangers of early marriage which is one of the factors causing stunting and can encourage adolescents to regularly consume Fe tablets to prevent anemia. All activity participants knew the importance of consuming Fe tablets and actively participated in consuming Fe tablets to prevent anemia. Similar activities are needed that can attract the attention of adolescents in welcoming the future generation free from stunting.

Keywords: *stunting*; early marriage; family; Yuk cafe

PENDAHULUAN

Stunting adalah bentuk kegagalan pertumbuhan (*growth faltering*) yang diakibatkan oleh defisiensi nutrisi kronis yang berlangsung selama lama sejak anak didalam kandungan hingga anak berusia 24 bulan (Mitra, 2015). Keadaan ini membuat tinggi badan seseorang lebih pendek dibandingkan dengan tinggi badan

orang lain yang sebaya pada usia dengannya (Tentama et al., 2018).

Stunting dapat terjadi dimulai pada janin masih dalam kandungan dan baru terlihat saat anak berusia dua tahun. *Stunting* yang telah terjadi bila tidak diimbangi dengan *catch-up growth* (tumbuh kejar) yang berdampak pada menurunnya pertumbuhan, masalah

stunting yaitu masalah kesehatan pada masyarakat yang berhubungan dengan meningkatnya risiko kesakitan, kematian dan adanya hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental (Rahmadhita, 2020).

Stunting memiliki dampak yang bisa dikatakan cukup serius bagi jangka pendek maupun jangka panjang. Dampak jangka pendek yaitu diantaranya adalah adanya peningkatan morbiditas dan mortalitas pada anak, perkembangan kognitif, motorik dan verbal pada anak tidak optimal, lalu ada peningkatan pembiayaan pada kesehatan. Sedangkan dampak jangka panjang yaitu diantaranya adalah postur tubuh yang tidak optimal, atau bisa dikatakan lebih pendek pada tinggi badan normal pada usiannya, gangguan pada metabolik, penurunan fungsi imun, peningkatan risiko obesitas, penyakit degeneratif, lalu menurunkan kesehatan pada system reproduksi, kapasitas belajar atau kerja, produktivitas, dan performanya kurang optimal (Mutiara et al., 2019). *Stunting* tidak hanya menyebabkan dampak yang memiliki hambatan pada pertumbuhan fisik anak, namun juga menghambat perkembangan kognitif yang dapat mempengaruhi tingkat kecerdasan dan produktivitasnya. Selain itu, *stunting* meningkatkan kerentanan terhadap penyakit seperti penyakit jantung koroner, hipertensi, osteoporosis, berisiko obesitas dan *glucose tolerance*.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *stunting* diantaranya adalah penyakit infeksi, pemberian ASI eksklusif, inisiasi menyusui dini, dan pernikahan dini yang sampai saat ini masih menjadi perhatian masyarakat luas (Windasari et al., 2020). Menurut pendapat dari (Fitriahadi, 2018) menjelaskan bahwa 60% usia muda pada ibu hamil berisiko tinggi terhadap terjadinya penyakit *stunting*. Dengan demikian kesimpulan bahwa 2:3 ibu hamil yang berusia 20 tahun kebawah berpotensi sangat besar dengan angka kejadian *stunting* pada anaknya (Permatasari, 2022). Masalah pada balita pendek menggambarkan adanya masalah gizi kronis, dipengaruhi dari kondisi ibu atau calon ibu, masa janin, dan masa bayi atau balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita.

Pengetahuan gizi pada remaja sebagai calon ibu dapat ditingkatkan melalui berbagai sumber, salah satunya yaitu media sosial. Media sosial adalah media yang sangat efektif dalam mempromosikan kesehatan pada remaja di tatanan komunitas. Selain sebagai sumber mempromosikan social media juga dapat menghubungkan populasi dengan layanan kesehatan yang bersifat konfidensial dan aman.

Pengendalian pernikahan dini sudah diatur dalam undang-undang. Namun, perlu adanya sosialisasi ke remaja. Salah satu aturan pada perundang-undangan yang mengatur tentang pernikahan dini adalah UU No.1, Pasal 7 (1) tahun 1974, yang menyatakan bahwa pernikahan diperbolehkan ketika seorang pria berusia 19 tahun dan seorang wanita berusia 16 tahun. Adapun UU No. 16 Republik Indonesia Tahun 2019 menjelaskan bahwa memperbolehkan menikah yaitu 19 bagi usia laki-laki dan perempuan. Pernikahan dini adalah suatu tahapan dimana seseorang dituntut lebih dewasa dari tahapan sebelum menikah. Tahap kedewasaan ini adalah bagian dari kesiapsiagaan baik dari segi mental maupun segi psikologisnya. Hal ini menimbulkan problematika pada kesehatan yaitu salah satunya adalah *stunting*. Munculnya pernikahan dini yaitu disebabkan oleh beberapa hal. Pertama adanya faktor dari orang tua atau perjodohan. Tujuan dari orang tua tersebut dalam menjodohkan anaknya umumnya menjauhkan dari hal-hal negatif seperti misalnya pergaulan bebas yang sedang menjadi buah bibir di kalangan remaja saat ini. Kedua, adanya faktor ekonomi. Ketiga, adanya faktor hamil diluar pernikahan (Permatasari, 2022). Faktor dari pernikahan dini yaitu disebabkan karena pergaulan bebas yang semakin tidak terkontrol, penggunaan alat komunikasi yang tidak bijak, pendidikan rendah juga faktor dari pernikahan dini tersebut (Maudina, 2019). Beberapa dampak negatif yang ditimbulkan dari pernikahan dini yaitu: faktor penghambat terjadinya proses pendidikan dan pembelajaran, infeksi pada kandungan dan kanker mulut rahim, emosi yang masih labil, gejala darah muda dan cara piker yang belum matang. Faktor ekonomi merupakan salah satu penyebab terjadinya pernikahan dini, yaitu tidak ada biaya untuk melanjutkan sekolah menyebabkan mereka berfikir lebih baik menikah dari pada menganggur. Selain itu terdapat juga karena adanya faktor sosial atau lingkungan dan pendidikan. Pernikahan dini memberikan dampak baik dari segi kesehatan, pendidikan dan kemiskinan (Khaerani, 2019). Terdapat beberapa faktor pernikahan dini yang meliputi faktor pendidikan, faktor ekonomi, dan faktor pergaulan bebas. Dampak yang terjadi akibat pernikahan dini yang meliputi dampak positif yang terdiri dari segi ekonomi dan segi agama. Sedangkan dampak negatif yang dilihat dari segi mental, pendidikan dan segi kesehatan (Hadiono, 2018). Masyarakat umumnya telah memahami hukum pernikahan dini baik hukum dalam perspektif Islam maupun hukum negara. Selain itu masyarakat juga

cenderung tidak setuju dengan adanya pernikahan dini karena dianggap memiliki banyak sekali dampak negatif yang dirasakan khususnya bagi pelaku pernikahan dini. Perlu adanya sanksi yang tegas bagi masyarakat yang melanggar karena ini bertujuan untuk ketertiban dalam kehidupan bermasyarakat serta mencegah terjadinya dampak negatif pernikahan dini (Syfa et al., 2022). Perkawinan usia pada anak akan menimbulkan dampak negatif bagi tumbuh kembang anak dan dapat menyebabkan tidak terpenuhinya hak dasar anak seperti hak atas perlindungan dari diskriminasi dan kekerasan, hak kesehatan, hak pendidikan, hak sipil anak dan hak sosial anak.

Pencegahan pada pernikahan dini bisa dimulai dari rumah dan menjadikan orang tua sebagai sumber informasi sekaligus menjadikan orang tua sosok yang dicari oleh remaja saat dia mengalami masalah-masalah baik fisik maupun psikologis dalam perubahan perkembangannya. Upaya untuk mencegah pernikahan dini telah dilakukan oleh Kepala Kantor Urusan Agama antara lain melakukan; sosialisasi walaupun masih bersifat insidental, penyebabnya yaitu adalah salah satunya faktor anggaran atau dana. Sosialisasi ini dilakukan oleh KUA sasarannya ke majelis taklim, melalui suatu nasihat perkawinan dan melalui khotbah pernikahan. Untuk koordinasi bisa dengan kecamatan, kegiatan-kegiatan kepemudaan terkait dengan pernikahan dini juga masih bersifat insidental.

Kepala Bidang Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Dinsos P3A Kabupaten Sumedang mengungkapkan, berdasarkan data dari Kementerian Agama Kabupaten Sumedang pada tahun 2020 ada 1281 kasus pernikahan di bawah usia 21 tahun pada laki-laki dan sebanyak 662 kasus pernikahan pada perempuan di bawah usia 19 tahun. Peningkatan jumlah pernikahan dini pada perempuan akhir-akhir ini membawa masalah antara lain : risiko penyakit seksual meningkat, risiko kekerasan seksual meningkat, risiko tingkat sosial dan ekonomi yang rendah serta risiko kehamilan yang meningkat. Kehamilan usia dini bukanlah hal yang mudah dan cenderung lebih berisiko. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan sosialisasi pernikahan dini sekaligus pemeriksaan fisik dan pemberian tablet Fe pada remaja dalam rangka pencegahan generasi *stunting* di Desa Cikahuripan. Diharapkan kegiatan ini dapat bermanfaat dalam pencegahan pernikahan dini di desa tersebut dan menyadarkan remaja putri sedari dini akan pentingnya pemenuhan gizi (konsumsi tablet Fe untuk mencegah anemia).

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan kegiatan edukasi khususnya pada remaja yang dilaksanakan di Desa Cikahuripan, Kecamatan Cimanggung, Kabupaten Sumedang dengan responden sebanyak 22 orang. Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan pada 07 Agustus 2022. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dan demonstrasi. Proses kegiatan diawali dari persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Alur kegiatan ini adalah dimulai dengan pemeriksaan kesehatan, pembagian kuesioner *pre-test* dan dilanjutkan dengan sosialisasi dan penyuluhan bahaya pernikahan dini yang berpotensi besar adanya penyakit *stunting*, pemeriksaan fisik dan pemberian tablet Fe pada remaja dalam rangka pencegahan generasi *stunting*. Selanjutnya sebagai evaluasi diberikan *post-test*.

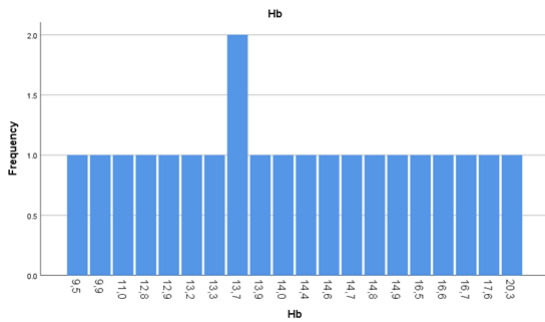
HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hari Minggu, 07 Agustus 2022 telah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema "Peningkatan Kesehatan Remaja Menyongsong Keluarga Sehat dan *Zero Stunting*" di Desa Cikahuripan, Kecamatan Cimanggung, Kabupaten Sumedang. Dengan adanya kegiatan ini maka kelompok kami melakukan beberapa pemeriksaan kesehatan dengan hasil yang terlampir di bawah ini.

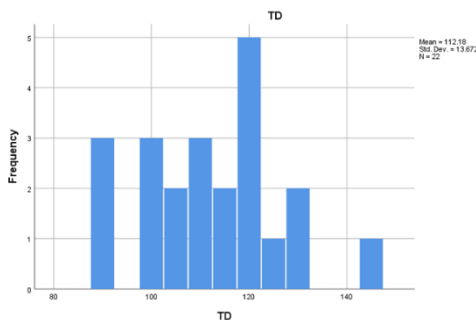
Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Fisik Responden Remaja Wanita Peserta Program

Descriptive Statistics

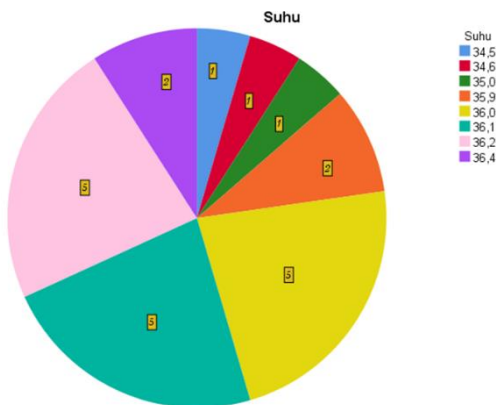
	N	Mini mum	Maxi mum	Mean	Std. Deviation
TD	22	90	143	112.18	13.672
Hb	21	9.5	20.3	14.238	2.4925
Suhu	22	34.5	36.4	35.918	.5188
Jumlah Remaja Wanita	22	1	2	1.86	.351
Valid (listwise)	21				



Gambar 1. Grafik Hasil Pemeriksaan Hb (Hemoglobin) Responden Remaja Wanita Peserta Program



Gambar 2. Grafik Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah Responden Remaja Wanita Peserta Program



Gambar 3. Grafik Hasil Pemeriksaan Suhu Tubuh Responden Remaja Wanita Peserta Program

Berdasarkan pemeriksaan kesehatan yang telah dilakukan kelompok kami, didapatkan hasil untuk pemeriksaan suhu badan pada remaja desa tersebut yaitu normal, pada hasil pemeriksaan tekanan darah didapatkan hasil normal, dan pada pemeriksaan Hb didapatkan hasil bahwa remaja di desa tersebut memiliki kadar Hb yang melebihi batas normal dan ada yang kurang dari batas normal. Dikarenakan hasil dari pemeriksaan Hb menunjukkan kesenjangan

dari batas normal maka kelompok kami membuat inovasi yaitu Yuk CaFe (Yuk Cegah Anemia dengan Tablet Fe). Inovasi tersebut kami lakukan dengan cara membagikan tablet Fe kepada remaja di Desa Cikhuripan, lalu kami dan para remaja mendokumentasikan kegiatan tersebut dengan meminum tablet Fe secara bersamaan dalam rangka pencegahan anemia pada remaja. Terdapat peningkatan pengetahuan remaja setelah kegiatan penyuluhan dari awalnya kategori cukup menjadi baik.



Gambar 4. Dokumentasi Pemeriksaan Tekanan Darah dan Hb Responden Remaja Wanita Peserta Program



Gambar 5. Pembagian Tablet Fe kepada Responden Remaja Wanita Peserta Program



Gambar 6. Kegiatan Meminum Tablet Fe Bersama Responden Remaja Wanita Peserta Program

Remaja berperan penting dalam sosialisasi pencegahan pernikahan dini dan *stunting* (Noviasty et al., 2020). Efektivitas komunikasi interpersonal memberi kontribusi pengaruh besar terhadap pengetahuan remaja, dan memberi kontribusi pengaruh terhadap

sikap remaja dalam upaya pencegahan pernikahan dini (Verawati, Bahfiarti T, Farid M, 2020). Kader remaja perlu dibentuk dalam pencegahan pernikahan dini dan *stunting* (Handayani, N., Indraswari, R., Shaluhiah, Z., & Kusumawati, 2022). Pelaksanaan sosialisasi bahaya pernikahan dini di sekolah berpengaruh pada peningkatan pemahaman siswa/i mengenai bahaya pernikahan dini dan risiko berdampak *stunting* (Metasari et al., 2022). Upaya intervensi berbasis keluarga (*family empowerment*) dapat menjadi salah satu langkah yang efektif dalam membantu pemerintah menurunkan prevalensi kasus *stunting* (Handika, 2020).

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berhasil meningkatkan pengetahuan remaja terhadap risiko bahaya pernikahan dini tersebut yang menjadi salah satu faktor penyebab *stunting*. Seluruh peserta kegiatan telah mengetahui secara baik pentingnya konsumsi tablet Fe dan ikut berpartisipasi aktif dalam mengkonsumsi tablet Fe untuk pencegahan anemia. Oleh karena itu, dengan adanya penyuluhan kesehatan yang telah kami berikan, kami berharap kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran remaja akan kesehatan dan agar rajin mengkonsumsi tablet Fe untuk menjaga kadar Hb agar tetap normal. Diharapkan kegiatan pengabdian masyarakat sejenis dapat terus diadakan dan dikemas dengan lebih menarik lagi dalam mengondisikan konsep acara yang akan dibawakan kepada masyarakat dan memberikan dampak yang baik dan diterima oleh masyarakat sehingga menjadi perubahan yang positif bagi generasi kedepannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada LPPM Universitas Bhakti Kencana yang telah mendanai kegiatan pengabdian masyarakat ini, masyarakat Desa Cikahuripan serta tim KKN mahasiswa Universitas Bhakti Kencana kelompok 17.

DAFTAR RUJUKAN

Fitriahadi, E. (2018). Hubungan Tinggi Badan Ibu dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24 -59 Bulan. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 15–24. <https://ejournal.unisayogya.ac.id/index.php/jkk/article/view/545>

Hadiono. (2018). Pernikahan Dini dalam Perspektif Psikologi Komunikasi. *Jurnal Darussalam*, 9(2), 385–397. <https://ejournal.iaida.ac.id/index.php/darussalam/article/view/237>

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://ejournal2.undip.ac.id/index.php/jphcs/article/view/14034>

Handika, D. O. (2020). Keluarga Peduli Stunting Sebagai Family Empowerment Strategy Dalam Penurunan Kasus Stunting di Kabupaten Blora. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(4), 685–692. <https://journal.unilak.ac.id/index.php/dinamisia/article/view/3981>

Khaerani, S. N. (2019). Faktor Ekonomi Dalam Pernikahan Dini pada Masyarakat Sasak Lombok. *Qawwam*, 13(1), 1–13. <https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/qawwam/article/view/1619>

Maudina, L. D. (2019). Dampak Pernikahan Dini bagi Perempuan. *Jurnal Harkat: Media Komunikasi Gender*, 15(2), 89–95. <https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/psga/article/view/13465>

Metasari, A. L., Mufida, Y. I., Aristin, S. I., Dwilucky, B. A., Wulandari, A. T., Agustina, N., & Fahrudin, T. M. (2022). Sosialisasi Bahaya Pernikahan Dini Sebagai Upaya Konvergensi Pencegahan Stunting di SMA Negeri 1 Ngoro. *Jurnal Budimas*, 4(2), 1–6. <https://jurnal.stie-aas.ac.id/index.php/JAIM/article/view/5422>

Mitra. (2015). Permasalahan Anak Pendek (Stunting) dan Intervensi untuk Mencegah Terjadinya Stunting (Suatu Kejadian Kepustakaan). *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(6), 254–261. <https://jurnal.htp.ac.id/index.php/keskom/article/view/85>

Mutiara, H., Apriliana, E., Suwandi, J. F., & Utami, N. (2019). Screening Pertumbuhan Anak, Edukasi tentang Stunting serta Pelatihan Pemantauan Pertumbuhan Anak pada Orang Tua Siswa Sekolah Dasar Negeri di Provinsi Lampung dalam Upaya Meningkatkan Derajat Kesehatan Anak Indonesia. *JPM Ruwa Jurai*, 4(1), 36–41. http://repository.lppm.unila.ac.id/22105/1/PKM_Screening_Tumbang_HM.pdf

Noviasty, R., Indriani, M., Rahayu, F., & Firdaus. (2020). Eduwhap Remaja Siap Cegah Stunting Dalam Wadah Kumpul Sharing Remaja. *Logista Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 494–501.

<http://logista.fateta.unand.ac.id/index.php/logista/article/view/458>

- Permatasari, C. (2022). Pernikahan Usia Dini dan Risiko Terhadap Kejadian Stunting pada Baduta di Puskesmas Kertek 2, Kabupaten Wonosobo. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 6(1), 31–37. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia/article/view/51282>
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225–229. <https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH/article/view/253>
- Syfa, N. A., Noor, T., & Mustofa, T. (2022). Persepsi Masyarakat Terhadap Hukum Pernikahan Dini dan Dampaknya di Kecamatan Telukjambe Timur Karawang. *Jurnal Al-Ulum*, 9(1), 45–56. <https://journal.uim.ac.id/index.php/alulum/article/view/1105>
- Tentama, F., Deflores, H. D. L., Wicaksono, A. E., & Fatonah, S. F. (2018). Penguatan Keluarga sebagai Upaya Menekan Angka Stunting dalam Program Kependudukan, Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga (KKBPK). *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(113–120). <http://journal2.uad.ac.id/index.php/jpmua/article/view/546/pdf>
- Verawati, Bahfiarti T, Farid M, M. S. (2020). Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Dalam Upaya Pencegahan Pernikahan Dini di Kabupaten Mamuju. *BIGES JUKES*, 12(1), 54–63. <https://www.ejurnal.biges.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/163>
- Windsari, D. P., Syam, I., & Kamal, L. S. (2020). Faktor Hubungan dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Tamalate Kota Makassar. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 5(1), 27–34. <https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/an/article/view/193>