
Edukasi pencegahan *stunting* mulai dari remaja pada siswi SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali

Tanjung Anitasari Indah Kusumaningrum, Novyanti Setiyo Rini, Sabrina Cantika Putri Sandrana, Nanda Hani Nur Pertiwi

Department of Public Health, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Penulis korespondensi : Tanjung Anitasari Indah Kusumaningrum

E-mail : tanjung.anitasari@ums.ac.id

Diterima: 20 Agustus 2024 | Direvisi: 12 September 2024 | Disetujui: 13 September 2024 | © Penulis 2024

Abstrak

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi utama pada balita yang sampai saat ini belum teratasi. *Stunting* adalah masalah kesehatan yang menunjukkan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, sehingga tinggi badan anak tidak sesuai dengan umurnya. Sasaran pencegahan *stunting* tidak hanya pada ibu hamil dan anak balita, tetapi juga pada remaja. Perlunya pengetahuan tentang *stunting* dan pencegahannya pada remaja sebagai salah satu cara untuk menurunkan angka *stunting* di masa mendatang. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi mengenai *stunting* kepada remaja Siswa SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali sebagai upaya pencegahan *stunting*. Metode pelaksanaan program pengabdian ini yaitu penyuluhan dengan metode ceramah dan tanya jawab terhadap 42 siswa yang diawali dengan *pre-test*, penyampaian materi edukasi, lalu dilakukan diskusi interaktif tanya jawab, dan diakhiri dengan *post-test*. Hasil akhir yang didapatkan dari kegiatan pengabdian ini yaitu adanya peningkatan pengetahuan remaja mengenai *stunting* sebesar 1,86 poin dari sebelum edukasi. Hal ini menunjukkan pentingnya pendidikan kesehatan kepada remaja. Pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan. Pengetahuan yang diperoleh melalui pendidikan dapat mempengaruhi pemahaman dan keyakinan seseorang dalam melakukan upaya pencegahan *stunting*.

Kata kunci: edukasi kesehatan; remaja; *stunting*

Abstract

Stunting is one of the main nutritional problems in toddlers which has not yet been resolved. Stunting is a health problem that indicates failure to grow in children under five due to chronic malnutrition, so that the child's height does not match his age. The target of preventing stunting is not only pregnant women and toddlers, but also teenagers. There is a need for knowledge about stunting and its prevention in adolescents as one way to reduce stunting rates in the future. The aim of this service is to provide education about stunting to young students at Muhammadiyah 9 Middle School Ngemplak Boyolali as an effort to prevent stunting. The method for implementing this service program is counseling using a lecture and question and answer method for 42 students, starting with a pre-test, delivery of educational material, then an interactive question and answer discussion, and ending with a post-test. The final result obtained from this service activity was an increase in teenagers' knowledge about stunting by 1.86 points compared to before education. This shows the importance of health education for teenagers. Health education plays an important role in increasing knowledge. Knowledge gained through education can influence a person's understanding and confidence in making efforts to prevent stunting.

Keywords: adolescents; health education; stunting

PENDAHULUAN

Stunting adalah permasalahan yang juga menjadi perhatian di Indonesia dan dunia. Jumlah prevalensi *stunting* secara global masuk pada kategori tinggi yaitu berada antara 20%-30%. Sedangkan *stunting* di Indonesia mencapai pada angka 37,2% pada tahun 2023 (Riset Kesehatan Dasar, 2023). Data Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi *stunting* yang terjadi pada anak balita sebesar 30,8%, sedangkan pada anak usia sekolah 13-15 tahun prevalensi *stunting* sebesar 25,7% (Balitbangkes Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Stunting merupakan permasalahan gizi yang dapat mengancam kualitas hidup generasi muda (Siregar et al., 2023). *Stunting* menunjukkan kondisi gagal tumbuh pada anak balita yang disebabkan kekurangan gizi kronis, sehingga tinggi badan anak tidak sesuai dengan umurnya (Yuliam et al., 2023). Permasalahan *stunting* pada anak balita dan anak usia sekolah dapat dipengaruhi oleh faktor kesehatan lingkungan, perilaku penduduk, kesehatan reproduksi, pelayanan kesehatan, status ekonomi, dan status pendidikan (Asatuti et al., 2021).

Stunting memberikan dampak yang kurang baik dalam kehidupan. Dampak jangka pendek yaitu peningkatan angka kesakitan (morbiditas) serta kematian (mortalitas). Sedangkan dampak jangka panjang yaitu berupa perawakan tubuh yang pendek, penurunan pada kesehatan reproduksi, penurunan kapasitas otak, rendahnya tingkat produktifitas, serta menderita penyakit degeneratif (Novyasti et al., 2020).

Stunting secara umum dapat memperlambat perkembangan ekonomi, memperparah tingkat kemiskinan, dan memperbesar ketimpangan. Data internasional menunjukkan bahwa *stunting* dapat mengganggu pertumbuhan ekonomi dan menurunkan efisiensi pasar kerja, yang berdampak pada penurunan 11% dari GDP (*Gross Domestic Product*) dan pengurangan pendapatan pekerja dewasa sebesar 20%. Selain itu, *stunting* juga berpotensi memperluas ketimpangan, yang berakibat pada pengurangan 10% dari total pendapatan sepanjang hidup dan memicu siklus kemiskinan antar generasi. (TNP2K, 2017).

Sasaran pencegahan *stunting* tidak hanya pada ibu hamil dan anak balita, tetapi juga pada remaja (Natanael et al., 2022). Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang berlangsung pada usia 12-21 tahun untuk perempuan dan 13-22 tahun untuk laki-laki. Remaja, khususnya putri sebagai calon ibu perlu mempersiapkan diri untuk melahirkan generasi berkualitas. Pentingnya pemahaman tentang *stunting* dan cara pencegahannya pada remaja menjadi salah satu cara untuk mengurangi prevalensi *stunting* di masa depan (Asatuti et al., 2021).

Pencegahan peningkatan prevalensi *stunting* dapat dilakukan pada masa remaja (Rusilanti & Riska, 2021). Masa remaja adalah waktu yang paling efektif untuk mendapatkan pendidikan tentang *stunting* dan cara mencegahnya (Ekayanthi & Suryani, 2019). Pengetahuan *stunting* pada remaja akan meningkatkan terjadinya kelahiran generasi yang lebih baik (Natanael et al., 2022). Persiapan sejak dini oleh calon ibu untuk memahami masalah *stunting* adalah langkah yang dapat diambil. Mempersiapkan ibu dengan pengetahuan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK) adalah kunci dalam pencegahan *stunting* (Novyasti et al., 2020).

Pengetahuan menjadi variabel yang penting dalam menentukan seberapa besar penguasaan seseorang terhadap suatu informasi, khususnya *stunting*. Sehingga tingkat pengetahuan seorang individu ataupun kelompok perlu untuk diperhatikan guna menilai seberapa besar pengetahuan seseorang ataupun kelompok tersebut tentang *stunting* (Nipa et al., 2023). Siswi di SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali belum mendapatkan informasi mengenai bagaimana upaya pencegahan *stunting*. Berdasarkan hasil survei didapatkan bahwa 80% remaja putri di sekolah tersebut memiliki pengetahuan yang kurang mengenai *stunting*. Mitra menyampaikan bahwa diperlukan peningkatan pengetahuan siswi tentang *stunting* agar siswi lebih peduli kepada kesehatannya dan terlibat dalam upaya pencegahan *stunting* mulai dari dalam diri. Oleh karena itu, perlu dilakukan edukasi tentang *stunting* pada remaja. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi mengenai *stunting* kepada Remaja siswa SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali sebagai upaya pencegahan *stunting*. Manfaat dari edukasi ini adalah meningkatkan pengetahuan siswi mengenai apa

itu *stunting* dan bagaimana upaya pencegahan *stunting* sehingga siswi dapat lebih *aware* dan berperan dalam penanggulangan *stunting*.

METODE

Pra-Pelaksanaan

Sebelum pelaksanaan edukasi, tim terlebih dahulu melakukan koordinasi dengan SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak. Tim juga membuat media kesehatan berupa poster. Persiapan juga dilakukan terhadap instrumen untuk mengukur keberhasilan program edukasi.

Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada Rabu, 12 April 2023 di SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali. Sasaran pengabdian dipilih menyesuaikan dengan tujuan pengabdian yaitu untuk memberikan edukasi mengenai *stunting* kepada 42 remaja sebagai upaya pencegahan *stunting*. Maka dari itu sasaran pengabdian ini adalah remaja pada SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali.

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan menyajikan materi atau edukasi melalui ceramah disertai diskusi tentang pencegahan *stunting* melalui power point yang ditampilkan menggunakan proyektor dan LCD serta dengan menggunakan media promosi kesehatan berupa poster. Adapun materi edukasi yang diberikan yaitu meliputi pengertian *stunting*, faktor penyebab *stunting*, gejala *stunting* pada anak, dampak *stunting*, pencegahan *stunting*, pesan kunci pencegahan *stunting* pada remaja, serta peran remaja dalam pencegahan *stunting*. Sebelum kegiatan edukasi dilakukan, diawali dengan *pre-test* kemudian dilanjutkan dengan pemberian edukasi dan diskusi interaktif berupa tanya jawab. Setelah kegiatan penyuluhan selesai, dilanjutkan dengan *post-test* untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan pengetahuan setelah edukasi diberikan oleh tim pengabdian.

Pasca-Pelaksanaan

Setelah edukasi dan diskusi dilakukan kepada siswi. Tim melakukan analisis hasil evaluasi program penyuluhan. Analisis dilakukan terhadap hasil kuesioner sebelum edukasi (*pre-test*) dan setelah pemberian edukasi (*post-test*). Analisis ini dilakukan untuk mengetahui apakah edukasi yang telah dilakukan berhasil atau tidak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian edukasi pencegahan *stunting* dilakukan dengan melibatkan 42 peserta remaja putri atau siswi yang dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali pada Rabu, 12 April 2023. Kegiatan dimulai dengan pelaksanaan *pre-test* lalu dilanjutkan pemberian edukasi yang disampaikan dengan metode ceramah oleh tim pengabdian melalui media *powerpoint*. Setelah kegiatan edukasi selesai dilanjutkan diskusi interaktif berupa tanya jawab lalu diakhiri dengan memberikan *post-test*. Kegiatan *pre-test* dan *post-test* dilakukan guna mengevaluasi keberhasilan program. Dari hasil *pre-test* dan *post-test* kemudian didapatkan hasil:

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pengukuran Pengetahuan Siswi SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali tentang *Stunting* sebelum dan Setelah Edukasi

Kategori	Jumlah remaja	Nilai rata-rata		Persentase kenaikan
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	
Pengetahuan	42	8,14	10,00	0,22



Gambar 1. Kegiatan Edukasi Pencegahan *Stunting* di SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali (12 April 2023)



Gambar 2. Pengisian *Post-Test* oleh siswi di SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali (12 April 2023)

Dari pengerjaan *pre-test* dan *post-test* oleh remaja didapatkan hasil yang dapat dilihat pada Tabel 1, yaitu pada *pre-test* didapatkan nilai rata-rata keseluruhan adalah 8,14. Sedangkan pada *post-test* didapatkan nilai rata-rata keseluruhan adalah 10,00. Dari hasil *pre-test* dan *post-test* didapatkan adanya kenaikan rata-rata nilai pada pengetahuan remaja sebesar 0,22%. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan remaja telah meningkat dari sebelum adanya edukasi dibandingkan dengan setelah adanya edukasi.

Sebelum dilakukan pengabdian dengan penyuluhan ini didapatkan bahwa masih ada siswi yang belum mengetahui mengenai *stunting* dan pencegahannya. Siswi juga masih kurang pemahamannya mengenai perannya dalam pencegahan *stunting*. Setelah edukasi kepada siswi selesai diperoleh peningkatan pengetahuan siswi pada kedua item tersebut.

Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu pendidikan. Pendidikan merupakan salah satu faktor internal yang memengaruhi pengetahuan. Dengan adanya

Edukasi pencegahan *stunting* mulai dari remaja pada siswi SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali

pendidikan maka akan mempermudah seseorang dalam menerima informasi, sehingga dari informasi yang didapatkan tersebut seseorang akan memahami cara untuk mencegah kejadian *stunting* (Naulia et al., 2021).

Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang terhadap *stunting*. Peningkatan pengetahuan terjadi karena adanya kemauan dalam diri untuk mengikuti dan mengetahui upaya pencegahan *stunting*. Hal ini sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Arsyati Asri, 2019).

Pengetahuan yang diperoleh mampu memunculkan pemahaman dan keyakinan terhadap seseorang untuk melakukan upaya pencegahan *stunting*. Adanya pendidikan kesehatan tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga berpengaruh pada sikap seseorang untuk mencegah terjadinya *stunting* (Ali et al., 2017).

Hasil penelitian terdahulu menyatakan bahwa tingkat pengetahuan seseorang yang rendah merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi terjadinya *stunting* pada anak balita. Setelah diberikan pendidikan kesehatan, maka seseorang akan memiliki wawasan mengenai *stunting*, penyebab, serta pencegahannya (Aridiyah et al., 2015).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian yang telah dilakukan, kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan remaja tentang *stunting* dengan rata-rata nilai pengetahuan sebelum edukasi sebesar 8,14 dan nilai rata-rata setelah edukasi sebesar 10. Terdapat kenaikan rata-rata pengetahuan sebesar 0,22%. Kenaikan nilai rata-rata ini merupakan hasil dari edukasi kesehatan. Pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan. Pengetahuan yang diperoleh melalui pendidikan dapat mempengaruhi pemahaman dan keyakinan seseorang dalam melakukan upaya pencegahan *stunting*.

Saran dari kegiatan yang telah dilakukan yaitu dengan melanjutkan kegiatan edukasi dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang *stunting*, disarankan untuk melanjutkan dan meningkatkan program edukasi ini melalui pengembangan materi edukasi yang dapat diperluas untuk mencakup topik-topik terkait lainnya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS) yang telah mendukung dan memfasilitasi keberlangsungan pengabdian, serta kepada Siswa SMP Muhammadiyah 9 Ngemplak Boyolali yang sudah bersedia menjadi mitra pengabdian.

DAFTAR RUJUKAN

- Ali, Z., Saaka, M., Adams, A. G., Kamwininaang, S. K., & Abizari, A. R. (2017). The effect of maternal and child factors on *stunting*, wasting and underweight among preschool children in Northern Ghana. *BMC Nutrition*, 3(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s40795-017-0154-2>
- Aridiyah, Farah, O., & Rohmawati, N. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian *Stunting* pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan. *Jurnal Pustaka Kesehatan*, 3(1), 1–9.
- Arsyati Asri, M. (2019). Pengaruh Penyuluhan Media Audiovisual Dalam Pengetahuan Pencegahan *Stunting* Pada Ibu Hamil Di Desa Cibatok 2 Cibungbulang. In *PROMOTOR Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat* (Vol. 2, Issue 3). <http://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/PROMOTOR>
- Asatuti, N. B., Sumardi, R. N., Ngardita, R., & Lusiana, S. A. (2021). *Pemantauan Status Gizi Dan Edukasi Gizi Pada Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Stunting*.
- Balitbangkes Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018*.
- Natanael, S., Putri, N. K. A., & Adhi, K. T. (2022). Persepsi Tentang *Stunting* Pada Remaja Putri Di Kabupaten Gianyar Bali. *Penel Gizi Makan*, 45(1), 110.
- Naulia, R. P., Hendrawati, H., & Saudi, L. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemenuhan Nutrisi Balita *Stunting*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(02), 95–101. <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i02.903>

- Nipa, Y., Anabanu, Y. M., Sandia, K. N., & Lurum, G. D. (2023). Pengetahuan Remaja Tentang *Stunting*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(1), 1–5. <https://doi.org/10.62017/jkmi>
- Novyasti, R., Indriani, M., Rahayu, F., & Firdaus. (2020). Eduwhap Remaja Siap Cegah *Stunting* Dalam Wadah Kumpul Sharing Remaja . *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 1–8.
- Riset Kesehatan Dasar. (2023). *Data Riset Kesehatan* .
- Rusilanti, & Riska, N. (2021). Pengaruh Pelatihan Tentang Pemilihan Makanan Sehat Untuk Mencegah Terjadinya *Stunting* Melalui Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan*2, 8(2), 1–11. <http://doi.org/10.21009/JKKP.082.06>
- Siregar, T., Yuliannisa, M., Harahap, F. Z., Toga, H., Harahap, L., Soraya, H., Siregar, W., Pane, H., Haviza, H. H., Siregar, L. A., Siregar, A., Pasaribu, P. D., Meida, R., Lubis, S. A., Blacius Sipahutar, V., Siregar, W., Rambe, Y. F., & Ritonga, N. (2023). *Penyuluhan Tentang Pencegahan Stunting Pada Remaja Di SMK N 1 Batang Toru*.
- TNP2K. (2017). 100 Kabupaten/Kota Priorotas Untuk Intervensi *Stunting*. *Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan*.
- Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P. (2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah *Stunting* pada Kelas Ibu Hamil. In *Jurnal Kesehatan* (Vol. 10, Issue 3). Online. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Yuliam, T. H., & Mariyani. (2023). Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Pencegahan *Stunting* 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 4(2), 190–198. <https://doi.org/10.36590/kepo.v4i2.684>