



## PENCEGAHAN STUNTING DENGAN PERAN AKTIF REMAJAMELALUI EDUKASI DAN PENYULUHAN KESEHATAN REPRODUKSI DANGIZI DI SMPN N0.27 KEPULAUAN SELAYAR

### STUNTING PREVENTION WITH THE ACTIVE ROLE OF ADOLESCENTS THROUGH REPRODUCTIVE HEALTH AND NUTRITION EDUCATION AND COUNSELING AT SMPN N0.27 KEPULAUAN SELAYAR

Resky Devi Akib<sup>1</sup>, Nurjannah<sup>1</sup>, Fitriani<sup>1</sup>, Aryani<sup>1</sup>, Hamdiyah<sup>1</sup>, Arfiani Busman<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ITKES Muhammadiyah Sidrap, Indonesia

<sup>2</sup>STIKes Bina Bangsa Majene, Indonesia

\*Corresponden Email: [hamdiyahliyaaa@gmail.com](mailto:hamdiyahliyaaa@gmail.com)

#### ARTICLE INFO

##### Article history:

Received  
Revised  
Accepted  
Available online

##### Kata Kunci:

Stunting, Remaja, Edukasi,  
Penyuluhan, Kesehatan Reproduksi,  
Gizi

##### Keywords:

Stunting, Adolescents, Education,  
Counseling, Reproductive Health,  
Nutrition

#### ABSTRAK

Stunting merupakan permasalahan kesehatan yang berdampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia. Pencegahan stunting perlu dilakukan sejak dini, terutama pada remaja, mengingat mereka merupakan calon orang tua yang berperan dalam menentukan status gizi anak di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran aktif remaja dalam pencegahan stunting melalui edukasi dan penyuluhan kesehatan reproduksi serta gizi. Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif, melibatkan remaja sebagai responden utama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi dan penyuluhan yang dilakukan meningkatkan pengetahuan remaja

mengenai pentingnya kesehatan reproduksi, perencanaan kehamilan, serta asupan gizi yang optimal bagi ibu hamil dan anak. Selain itu, ditemukan bahwa keterlibatan aktif remaja dalam menyebarkan informasi ini kepada teman sebaya dan masyarakat dapat meningkatkan kesadaran kolektif dalam pencegahan stunting. Kesimpulannya, edukasi dan penyuluhan yang melibatkan remaja secara aktif menjadi strategi efektif dalam menurunkan risiko stunting di masa depan. Oleh karena itu, program pemberdayaan remaja dalam bidang kesehatan reproduksi dan gizi perlu terus dikembangkan untuk menciptakan generasi yang lebih sehat dan berkualitas.

#### ABSTRACT

Stunting is a health issue with long-term impacts on human resource quality. Stunting prevention needs to be carried out early, especially among adolescents, as they are future parents who play a crucial role in determining the nutritional status of their children. This study aims to analyze the active role of adolescents in preventing stunting through education and counseling on reproductive health and nutrition. The research method used is a descriptive study with a quantitative and

This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license.

Copyright © 2024 by Author. Published by Elfarazy Media Publisher



*qualitative approach, involving adolescents as the primary respondents. The results indicate that education and counseling improve adolescents' knowledge of the importance of reproductive health, pregnancy planning, and optimal nutritional intake for pregnant women and children. Additionally, it was found that the active involvement of adolescents in disseminating this information to their peers and the community can enhance collective awareness in preventing stunting. In conclusion, education and counseling that actively involve adolescents serve as an effective strategy to reduce the risk of stunting in the future. Therefore, adolescent empowerment programs in reproductive health and nutrition should continue to be developed to create a healthier and higher-quality generation.*

## PENDAHULUAN

Perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan (PerPres 2021). Prevalensi stunting (usia 5-12 tahun) di Indonesia berdasarkan data Riskesdas tahun 2010, 2013, dan 2018 berturut-turut sebesar 35,6%, 30,7% dan 23,6% (sangat pendek mencapai 6,7% dan pendek 16,9%). Prevalensi stunting (usia 13-15 tahun) di Indonesia berdasarkan data Riskesdas tahun 2010, 2013, dan 2018 berturut-turut sebesar 35,2%, 35%, dan 25,7%. Prevalensi stunting (usia 16-18 tahun) di Indonesia berdasarkan data Riskesdas tahun 2010, 2013, dan 2018 berturut-turut sebesar 31,2%, 31,4% dan 26,9%. Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 tercatat di Kalimantan Selatan sebesar 30% dan berdasarkan data Kabupaten/Kota ditemukan prevalensi stunting tertinggi di Kabupaten Banjar sebesar 40,2% (Kemenkes RI 2021).

Faktor penyebab stunting yaitu zat gizi ibu hamil harus terpenuhi, masalah pemberian ASI, pemberian makanan pendamping yang tidak memadai, dan status sosial ekonomi keluarga. Perilaku pencegahan stunting dapat dilakukan melalui intervensi spesifik atau kegiatan yang langsung mengatasi terjadinya stunting seperti asupan makanan, infeksi, status gizi ibu, dan kesehatan lingkungan. Selanjutnya intervensi sensitif atau upaya untuk mencegah dan mengurangi masalah gizi secara tidak langsung, yang biasanya dilakukan oleh sektor non kesehatan (WHO 2014). Salah satu cara yang dapat digunakan yaitu dengan memberikan edukasi gizi dan kesehatan reproduksi saat sebelum kehamilan untuk mencegah stunting. Dalam konteks Indonesia, stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan, khususnya pada anak-anak yang ibunya berusa remaja. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang ibunya tidak bekerja lebih mungkin mengalami stunting dibandingkan anak-anak yang ibunya bekerja. Selain itu, stunting juga dikaitkan dengan faktor sosial ekonomi, seperti pendapatan dan tingkat pendidikan, yang dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk mengakses makanan dan layanan kesehatan tertentu. Pertanyaan ini juga menyoroti pentingnya mengatasi stunting pada remaja melalui intervensi berbasis komunitas. Misalnya, sebuah penelitian di Indonesia menemukan bahwa intervensi berbasis masyarakat yang mencakup pendidikan dan konseling mengenai pencegahan stunting efektif dalam mengurangi kejadian stunting di kalangan remaja. Mengurangi stunting adalah bagian dari Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) (WHO. 2018). Di banyak negara, intervensi untuk menurunkan stunting telah dilakukan sejak masa kehamilan (Mistry, S.K.

2020 dan Dhaded, S.M. 2019). Ibu yang malang kesehatan reproduksi dan nutrisi selama kehamilan memiliki dampak seumur hidup terhadap kesehatan keturunannya (Titaley, C.R. 2019). Selain itu, praktik pemberian makan bayi dan anak yang tidak memadai, infeksi berulang, dan tidak memadai stimulasi psikososial pada 1.000 hari pertamakehidupan anak sangat berkontribusi terhadap terhambatnya pertumbuhan dan pengembangan (Uwiringiyimana, V. 2019 dan Millward, D.J. 2017).

Stunting mencerminkan pendeknya usia, merupakan penanda risiko kegagalan pertumbuhan, dan diukur dengan skor z tinggi badan menurut usia yang lebih dari 2 standar deviasi di bawah Standar Kesehatan Dunia Median Standar Pertumbuhan Anak Organisasi (WHO). Malnutrisi kronis ini berhubungan dengan banyak hal indeks gangguan fungsional, termasuk perkembangan kognitif dan fisik, gangguan metabolisme yang meningkatkan risiko penyakit degeneratif, dan perkembangan sosio-emosional. Ini serius Masalah kesehatan berdampak pada tingginya biaya pelayanan kesehatan suatu negara, oleh karena itu pencegahannya efektif diperlukan dalam mengurangi prevalensinya Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa stunting menurun terlalu lambat dari 32,4% pada tahun 2000 menjadi 21,3% pada tahun 2019. Yang mana dari ketiga wilayah tersebut stunting mempengaruhi 1 dari setiap 3 anak. Lambatnya perkembangan stunting juga terjadi di Indonesia dalam lima tahun terakhir, yaitu sebesar 37,2-30,8%. Angka stunting relatif tinggi berdasarkan kategori signifikansi kesehatan masyarakat WHO terhadap stunting (30-39%). Angka kejadian stunting di negara ini dipengaruhi oleh banyak faktor yang terdiri dari karakteristik anak (jenis kelamin anak, status menyusui, inisiasi menyusui dini, penyakit menular terutama diare dan ISPA, berat badan lahir), karakteristik rumah tangga (ukuran dan struktur keluarga), termasuk pendidikan ibu dan pengetahuannya tentang gizi dan kesehatan reproduksi, karakteristik rumah tangga dan perumahan, serta layanan kesehatan, dan komunitas (karakteristik tingkat lingkungan) gizi, dan sosio-demografi berpengaruh signifikan terhadap terjadinya stunting pada anak balita. Secara umum, penelitian-penelitian tersebut merekomendasikan intervensi terpadu sejak dini untuk mengurangi stunting di Indonesia, salah satunya melalui pendidikan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu hamil mengenai gizi dan kesehatan reproduksi dengan menggunakan pendekatan multisektoral.

Bukti ilmiah lainnya menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga ibu belum mengetahui tentang stunting, sehingga perlu dilakukan promosi dan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik ibu (Uwiringiyimana, V. 2019). Strategi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu mengenai gizi dan kesehatan reproduksi secara konsisten berkontribusi dalam mengurangi stunting pada anak di Indonesia. Sebagian besar ibu di negara ini adalah pengasuh utama bayinya dan menentukan pola makan, imunisasi, dan layanan kesehatan (Uwiringiyimana, V. 2019). Oleh karena itu, 39 metode pendidikan sebagai intervensi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu telah dilakukan berdasarkan teori perubahan perilaku. Penelitian tentang Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku telah mampu menilai keberhasilan suatu metode pendidikan dengan menerapkan desain penelitian pre-test dan

post-test seperti quasi eksperimental atau randomized trial. Interaksi antara pengetahuan, sikap, dan perilaku berpotensi menimbulkan hubungan timbal balik dan dinamis. Pengetahuan ibu mengenai gizi dan kesehatan reproduksi dapat mempengaruhi sikapnya mengenai topik tersebut, dan bagaimana sikap tersebut dapat mempengaruhi perilakunya. Perbaikan aspek-aspek tersebut sangat penting dilakukan pada masa kehamilan untuk menentukan kualitas hidup ibu dan bayinyaselanjutnya. Salah satu bukti ilmiah bahwa keberhasilan inisiasi menyusui dini dan pemberian ASI eksklusif dapat ditentukan oleh niat ibu untuk menyusui sejak masa kehamilannya. Aktivitas seksual remaja, khususnya seks pranikah sejak dahulu masih menjadi masalah ditengah kehidupan masyarakat Indonesia.

Berdasarkan data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017 yang dilakukan Badan Pusat Statistik (BPS), tercatat bahwa 80% wanita dan 84% pria menyatakan pernah berpacaran. Umur pertama kali berpacaran adalah pada usia 15-17 tahun, dengan persentase 45% wanita dan 44% pria. Kemudian, didapatkan temuan berupa ada 8% pria dan 2% wanita pernah melakukan hubungan seksual pertama kali pada usia 15-19 tahun. Persentase paling tinggi dilakukan pada umur 17 tahun, yaitu sebanyak 19%. Di antara remaja yang telah melakukan hubungan seksual tercatat 12% wanita mengalami kehamilan tidak diinginkan. Kemudian berdasarkan riset Komnas Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2016 yang dilakukan kepada para pelajar SMP dan SMA di 12 kota besar Indonesia, menghasilkan data berupa 76% responden perempuan dan 72,5% laki-laki telah berpacaran dan 16,5% diantaranya telah melakukan hubungan seksual. Dengan memberikan edukasi tentang kesehatan reproduksi kepada masyarakat khususnya remaja diharapkan remaja dapat memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksinya karena remaja putri adalah calon ibu yang akan melahirkan anak sehingga perlu menjaga kondisi dirinya agar tetap sehat sehingga mereka dapat menjadi remaja yang sehat dan siap untuk menjadi calon ibu yang sehat sehingga anak yang dilahirkan juga sehat sehingga stunting dapat dicegah.

## **METODE PENELITIAN**

Sasaran kegiatan diarahkan kepada anak remaja di Desa Barugaia Kelurahan Bontomanai Kabupaten Kepulauan Selayar. Metode kegiatan ini berbentuk penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi di SMP yang berada di Desa Barugaia Kelurahan Bontomanai Kabupaten Kepulauan Selayar. Yang dilaksanakan pada hari Senin tanggal 23 Desember 2024 Pukul 11.00 wita s/d Selesai di SMPN No. 27 Barugaia Kepulauan Selayar.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Masalah gizi remaja banyak terjadi karena perilaku gizi yang salah seperti ketidakseimbangan antara gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan serta kesehatan reproduksi bagi remaja. Kegiatan pendidikan kesehatan (penyuluhan) peningkatan pemahaman tentang pentingnya kesehatan reproduksi dan gizi remaja dan ibu hamil di Desa Barugaia Kelurahan Bontomanai Kepulauan Selayar telah dilaksanakan dengan baik. Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan, pemateri memperkenalkan diri terlebih dahulu kemudian mencoba menggali pengetahuan dasar

tentang kesehatan reproduksi dan gizi. Setelah menggali pengetahuandasar kemudian pemateri mulai membagikan leaflet terkait kesehatan reproduksi dan gizi pada ibu hamil dan remaja. Kemudian memaparkan materi pendidikan kesehatan mengenai kesehatan reproduksi dan gizi pada anak remaja dengan menggunakan leaflet dan PPT. Selama kegiatan penyuluhan berlangsung tampak peserta antusias dan memperhatikan isi materi penyuluhan.

Kegiatan pemberian materi berlangsung selama kurang lebih 45 menit dan di akhir sesi pemateri memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Didapatkan 3 pertanyaan dari peserta penyuluhan terkait isi materi yang dibawakan. Setelah menjawab pertanyaan dari peserta, pemateri melakukan evaluasi terkait pemberian materi yang telah disampaikan dengan cara memberikan pertanyaan dan memberi kesempatan kepada peserta untuk menjawab pertanyaan tersebut. Peserta yang mampu menjawab mendapatkan door prize sebagai tanda apresiasi dan setelah itu kegiatan penyuluhan ditutup oleh pemateri.

Berdasarkan hasil pengamatan dan pendataan yang telah dilakukan di lokasi KKN-T dengan perangkat desa, tokoh masyarakat, pemuda dan masyarakat pada umumnya baik secara formal serta data-data tertulis yang dilakukan di lapangan. Maka didapatkan gambaran permasalahan yaitu kurangnya pengetahuan remaja terhadap gizi dan kesehatan reproduksi untuk mencegah stunting di masa yang akan datang. Hal ini ditandai dengan masih ada beberapa remaja putri yang anemia dan tidak mengerti tentang gizi seimbang. Salah satu upaya yang sudah dilakukan tersebut adalah memberikan edukasi kepada remaja, namun masih terdapat remaja yang belum mengetahui tentang kebutuhan zat gizi dan kesehatan reproduksi dalam mencegah kejadian stunting. Sebagian besar remaja belum mengetahui apa itu stunting, pencegahan stunting dan kebutuhan gizi yang baik untuk pencegahan stunting bagi masyarakat terutama bagi remaja. Kurangnya pengetahuan remaja kaitannya dengan masalah kekurangan gizi yang dapat dilihat dari adanya kebiasaan yang salah dalam pemenuhan gizi. Oleh karena itu perlu dilakukan edukasi bagi remaja agar dapat mengetahui tentang gizi seimbang dan kesehatan reproduksinya untuk mencegah terjadinya stunting di kemudian hari.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan dan edukasi tentang gizi dan kesehatan reproduksi di SMPN no.27 kepulauan selayar target dalam kegiatan pengabdian masyarakat tentang penyuluhan dan edukasi tentang gizi dan kesehatan reproduksi di SMPN no.27 kepulauan selayar adalah siswa/siswi SMPN no. 27 yang berjumlah 72 orang dan terdiri dari 47 perempuan dan 30 laki-laki. Adapun jumlah murid yang hadir di sekolah dan orang tuanya hadir adalah 36 orang. Dari penyuluhan didapatkan luaran berupa peningkatan pemahaman dan pengetahuan siswa/siswi terkait pentingnya gizi dan kesehatan reproduksi pada remaja untuk mencegah stunting, serta laporan penyuluhan dan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dapat dilihat oleh pengabdian berdasarkan format penyuluhan yang diberikan





Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan bersama siswa

## KESIMPULAN

Kegiatan yang dilakukan diharapkan dapat membuat masyarakat mau mengikuti kegiatan optimalisasi tumbuh kembang anak mengenai kesehatan reproduksi dan gizi pada anak remaja. Tujuan dilaksanakan program pemantauan tumbuh kembang agar masyarakat lebih memahami tentang kesehatan reproduksi dan gizi pada anak remaja secara baik dan benar.

Kegiatan yang diberikan merupakan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi dan gizi pada remaja di SMPN No. 27 Desa Barugaia Kelurahan Bontomanai Kepulauan Selayar. Mengingat besarnya manfaat yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian pada Masyarakat ini, maka kegiatan pembinaan menyeluruh juga perlu dilaksanakan minimal 1 kali dalam 6 bulan agar dapat terus melakukan kontrol dan monitoring terhadap kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan sebelumnya. Serta memonitoring Gerakan 1 tablet tambah darah untuk remaja putri.

## DAFTAR PUSTAKA

Mochtar, Rustam. 2012. Sinopsis Obstetri : Obstetri fisiologi, Obstetri Patologi Jilid 1 Edisi 3. Jakarta : EGC. Prawirohardjo, Sarwono. 2010.

Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka sarwono Prawirohardjo. Joseph, H. K dan Nugroho. 2010.

Catatan Kuliah Ginekologi dan Obstetri (Obgyn). Yogyakarta: Nuha Medika. Dewi, N. V., & Sunarsih, T. 2011. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil. Jakarta Selatan: Salemba Medika.

<https://ejournal.malahayati.ac.id/index.php/PERAKMALAHAYATI/article/view/15102/pdf>

[https://repository.um-surabaya.ac.id/4325/1/5\\_PENYULUHAN\\_KEHAMILAN\\_BERESIKO\\_TINGGI.pdf](https://repository.um-surabaya.ac.id/4325/1/5_PENYULUHAN_KEHAMILAN_BERESIKO_TINGGI.pdf)

<file:///C:/Users/User/Downloads/184-Article%20Text-519-4-10-20210722.pdf>

<https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/mengenal-kehamilan-risiko-tinggi>

- Aram Dan Besser-Biron. (2021). Upaya Peningkatan Kesehatan. *Metallurgical AndMaterials Transactions A*, 30(8), 2221.
- Economics, P., Khaldoon, A., Ahmad, A., Wei, H., Yousaf, I., Ali, S. S., Naveed, M., Latif, A. S., Abdullah, F., Ab Razak, N. H., Palahuddin, S. H., TasneemSajjad, Nasir Abbas, Shahzad Hussain, Sabeehullah, A. W., Gulzar, M. A., Zongjun, W., Gunderson, M., Gloy, B., Rodgers, C., Orazalin, N., Mahmood, M., ...Ishak, R. B. (2020). Pemantauan Tumbuh Kembang Pada Bayi Dan Balita Tahun 2020. In *Corporate Governance (Bingley)* (Vol. 10, Issue 1).
- Soetjningsih. (2022). Tumbuh Kembang Anak.
- Suryati, B., Miradwiyana, B., & Arnis, A. (2022). Deteksi Dini Pertumbuhan Perkembangan Dan Pelatihan Bagi Guru Paud Dan Kader Pada Anak Pra Sekolah Di Wilayah Kerja Puskesmas Ragunan Jakarta Selatan. *Gemakes Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 38-41. <https://doi.org/10.36082/Gemakes.v2i1.524>
- Budi Santoso (2024). Dedikasi: Pengabdian Kepada Masyarakat Pendidikan Kesehatan Reproduksi Sebagai Penentu Pencegahan Stunting Pada Remaja Desa Kesek Kecamatan Labang
- Della Awalia Emylisa, Nany Suryani . (2023). Edukasi Gizi Seimbang Dan Kesehatan Reproduksi Melalui Media Whatsapp Terhadap Pengetahuan Remaja DalamUpaya Pencegahan Stunting. Available Online: <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizidietetik>
- Windiyani W, Sulawati S, R. T. (2021). Pengaruh Aplikasi Sdidtk Berbasis Android Terhadap Pelaksanaan Stimulasi Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak. *IlmuKepera*, 12(2), 292-297.
- Indra Myraldi, Muhyiatul Fadilah.,(2023). Kontribusi Persepsi Kesehatan Reproduksi Dan Penguasaan Materi Sistem Reproduksi Terhadap Literasi Stunting Siswa Sman 1 Tilatang kamang. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*