



Journal of Human And Education
Volume 4, No. 3, Tahun 2024, pp 245-249
E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876
Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

Upaya Pencegahan Stunting Pada Remaja Melalui Edukasi Dan Pemberian Tablet FE

Fenni Valianda Amelia Ramadhan^{1*}, Putri Agus Febriyani²

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Vokasi, Universitas Indonesia Maju

Email: ramadhanamelia207@gmail.com^{1*}

Abstrak

Kelompok usia remaja termasuk pada golongan yang rentan mengalami masalah kesehatan, khususnya remaja putri yang dapat mempengaruhi periode kehidupan selanjutnya dimana remaja putri akan menjadi ibu, salah satunya stunting. (Pratiwi, R. M., 2021) Menurut laporan Studi Status Gizi Indonesia Kementerian Kesehatan, prevalensi stunting di Indonesia turun dari 27,7% pada tahun 2019, 24,4% pada tahun 2021, menjadi 21,6% pada tahun 2022 dengan mayoritas terjadi pada anak usia 3-4 tahun sebanyak 6%. Namun angka ini masih belum sesuai dengan standar WHO yang menargetkan kurang dari 20%. (Lestari, 2023). Untuk itu, pemerintah berusaha menurunkan angka stunting menjadi 17% pada tahun 2023 dan 14%. Menurut Profil Indonesia tahun 2022 Remaja yang mendapatkan tablet FE di DKI Jakarta hanya sekitar 63,5% (Kemenkes RI, 2022b). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan peran dan sikap remaja terhadap pencegahan stunting. Hasil kegiatan menunjukkan pengetahuan dalam kategori baik meningkat menjadi 46.7%, kategori cukup baik menjadi 46.7% dan kategori kurang baik menjadi 6.6% dan sikap dalam kategori baik menjadi 70%, kategori cukup baik menjadi 30% dan kategori kurang baik menjadi 0%. Penulis menyarankan pengabdian masyarakat untuk melakukan pencegahan stunting sejak dini agar meminimalisir angka kejadian stunting.

Kata Kunci: *Remaja, Gizi, Stunting*

Abstract

The teenage age group is a group that is vulnerable to experiencing health problems, especially teenage girls, which can affect the next period of life where teenage girls will become mothers, one of which is stunting. (Pratiwi, R.M., 2021) According to the Ministry of Health's Indonesian Nutritional Status Study report, the prevalence of stunting in Indonesia fell from 27.7% in 2019, 24.4% in 2021, to 21.6% in 2022 with the majority occurring in children aged 3-4 years as much as 6%. However, this figure is still not in accordance with WHO standards which targets less than 20%. (Lestari, 2023). For this reason, the government is trying to reduce the stunting rate to 17% in 2023 and 14%. According to the Indonesian Profile in 2022, only around 63.5% of teenagers received FE tablets in DKI Jakarta (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2022b). This activity aims to increase the role and attitudes of teenagers towards stunting prevention. The results of the activity showed that knowledge in the good category increased to 46.7%, the quite good category became 46.7% and the less good category became 6.6% and attitudes in the good category became 70%, the quite good category became 30% and the less good category became 0%. The author suggests community service to prevent stunting from an early age in order to minimize the number of stunting incidents.

Keywords: Adolescents, Nutrition, Stunting

PENDAHULUAN

Kondisi kehamilan seorang perempuan dipengaruhi oleh status gizi sebelum konsepsi yang sangat ditentukan oleh status gizi pada periode usia remaja dan dewasa sebelum hamil atau saat masa wanita usia subur (Siswanti *et al.*, 2022)..Kelompok usia remaja termasuk pada golongan yang rentan mengalami masalah Kesehatan, khususnya remaja putri yang dapat mempengaruhi periode kehidupan selanjutnya dimana remaja putri akan menjadi ibu, salah satunya stunting. (Pratiwi, R. M., 2021) Stunting merupakan bentuk gagalnya pertumbuhan pada balita ditandai dengan tubuh pendek yang merupakan dampak akumulasi dari ketidakcukupan zat gizi yang berlangsung mulai kehamilan hingga usia dua tahun. (Kuwa *et al.*, 2021) Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018), stunting merupakan kondisi dimana panjang atau tinggi badan balita yang kurang jika dibandingkan dengan umur (Puspasari, 2021)..

WHO mengestimasi prevalensi balita stunting di seluruh dunia sebesar 22,3% atau sebanyak 148,1 juta jiwa pada 2022. (RI, 2024). Menurut laporan Studi Status Gizi Indonesia Kementerian Kesehatan, prevalensi stunting di Indonesia turun dari 27,7% pada tahun 2019, 24,4% pada tahun 2021, menjadi 21,6% pada tahun 2022 dengan mayoritas terjadi pada anak usia 3-4 tahun sebanyak 6%. Namun angka ini masih belum sesuai dengan standar WHO yang menargetkan kurang dari 20%.(Lestari, 2023) Untuk itu, pemerintah berusaha menurunkan angka stunting menjadi 17% pada tahun 2023 dan 14%. Menurut Profil Indonesia tahun 2022 Remaja yang mendapatkan tablet FE di DKI Jakarta hanya sekitar 63,5% (Kemenkes RI, 2022b)

Stunting dapat terjadi pada 1000 hari pertama kehidupan setelah pembuahan dan berhubungan dengan banyak faktor, termasuk status sosioekonomi, asupan makanan, infeksi, status nutrisi kehamilan, penyakit infeksi, kekurangan micronutrient dan lingkungan (who, 2018). Berdasarkan siklus kehidupan perempuan dengan malnutrisi menjadi salah satu akar terjadinya stunting. Perempuan dengan kebutuhan nutrisi yang tidak terpenuhi mengakibatkan berbagai permasalahan kesehatan seperti KEK atau bahkan secara kasat mata tidak memiliki masalah namun kurang secara nutrisi. Meski siklus remaja terlihat jauh dengan kejadian stunting kenyataannya banyak kasus stunting dimulai saat fase remaja sebelum menjadi ibu, seperti: anemia pada remaja putri karena kekurangan hemoglobin terutama saat menstruasi yang tidak segera diatasi, faktor ekonomi, pola makan dan diet yang tidak tepat. (Matahari *et al.*, 2022)

Remaja merupakan salah satu sasaran utama dalam upaya pengendalian stunting. Remaja adalah generasi terdekat sebelum dewasa yang tentunya akan menjadi orangtua di masa yang akan datang. Oleh karena itu mengajak para remaja agar lebih aktif berkontribusi terhadap upaya pencegahan stunting menjadi penting untuk dilakukan. Para remaja atau mahasiswa tidak hanya sekedar tahu dan mengerti mengenai stunting untuk dirinya pribadi, tapi sekaligus menjadi agen perubahan yang mampu menyebarkan informasi stunting lebih luas lagi kepada lingkungan sekitarnya. Ini harus dilakukan bersama sebagai upaya untuk menjadikan masyarakat Indonesia sehat, sejahtera, dan produktif (Millati *et al.*, 2021). Salah satu bentuk partisipasi tenaga kesehatan dalam pelaksanaan upaya kesehatan bagi remaja bertujuan untuk memupuk kebiasaan hidup sehat agar memiliki pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk melaksanakan prinsip hidup sehat (Parinduri, 2021)

Pemerintah telah mengambil langkah-langkah signifikan dalam menangani stunting, ada tiga intervensi utama yang ditujukan untuk mencegah stunting pada perempuan salah satunya memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) kepada remaja putri melalui program aksi gizi. Selain itu, juga dilakukan aktivitas fisik dan konsumsi makanan bergizi seimbang. selain intervensi tersebut, juga dilakukan pengukuran untuk memantau efektivitas program dan mendapatkan data yang akurat. Pengukuran kadar hemoglobin (HB) dalam darah dilakukan untuk remaja putri yang mendapat TTD. (Lestari, 2023) Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan peran dan sikap remaja terhadap pencegahan stunting. melalui edukasi pencegahan stunting dan pemberian tablet FE.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Universitas Indonesia Maju Jakarta selama Periode Mei 2024. Target dalam kegiatan ini adalah mahasiswa kebidanan 30 Peserta. Metode pengabdian yang dilakukan dalam kegiatan ini yaitu: a) Melakukan pengambilan data di Universitas Indonesia Maju, b) Penyuluhan edukasi pencegahan stunting pada peserta disampaikan langsung, Kegiatan ini dilakukan untuk mengukur pengetahuan dan sikap remaja mengenai stunting dan memberikan tablet FE untuk pencegahan stunting pada remaja, c) Evaluasi yaitu mengukur pengetahuan dan sikap peserta sebelum dan setelah edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diawali dengan registrasi peserta PkM yang berjumlah 30 mahasiswi. Kegiatan selanjutnya melakukan pengecekan Hemoglobin remaja seperti pada gambar 4.1.



Gambar 4.1 Pengecekan Hemoglobin

Pada kegiatan ini remaja melakukan pengecekan Hemoglobin guna mengetahui apakah remaja anemia atau tidak. Hal ini sesuai dengan (Kemenkes RI, 2022a) Remaja putri mempunyai peran yang krusial dalam pencegahan stunting, karena remaja putri merupakan calon yang akan melahirkan generasi berikutnya sehingga remaja harus mempersiapkan baik secara fisik maupun psikologis. Secara fisik remaja putri dapat meningkatkan status kesehatannya seperti menghindari anemia serta menjaga agar IMT dalam keadaan normal sehingga remaja putri siap untuk memasuki periode kehamilan

Kegiatan selanjutnya melakukan penyuluhan tentang peran remaja dalam mencegah stunting dengan menjelaskan dalam bentuk pemberian booklet dan presentasi melalui power point seperti pada gambar 4.2



bertujuan untuk menambah pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan stunting. Hal ini sesuai dengan penelitian (Parwata and Izzah, 2022) Edukasi bagi remaja menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan pemahaman remaja. Edukasi dapat dilakukan dengan berbagai cara dan berbagai media. Hal ini sesuai dengan penelitian (Muhdar *et al.*, 2019) yang menggunakan media power point dan leaflet untuk edukasi pencegahan stunting.

Evaluasi pada kegiatan ini yaitu melakukan pretest dan posttest mengenai pengetahuan dan sikap remaja dalam mencegah stunting. Pengetahuan diukur dengan kuesioner yang berisi beberapa pertanyaan tentang sikap dan pengetahuan remaja mengenai stunting. Pengetahuan dan sikap peserta sebelum dan setelah kegiatan seperti pada tabel 4.1 dan 4.2.

Tabel 4.1 Pretest dan Postest Pengetahuan

Pengetahuan	Sebelum penyuluhan		Setelah penyuluhan	
	F	%	F	%
Baik	6	20	14	46.7
Cukup	16	53.3	14	46.7
Kurang	8	26.7	2	6.6
Jumlah	30	100	30	100

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 30 peserta, pengetahuan peserta sebelum diberikan edukasi mengenai stunting dalam kategori baik sebesar 20%, kategori cukup baik sebesar 53.3% dan kategori kurang baik sebesar 26.7%. Pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi mengenai stunting dalam kategori baik menjadi 46.7%, kategori cukup baik menjadi 46.7% dan kategori kurang baik menjadi 6.6%. Hal ini sesuai dengan penelitian (Admasari *et al.*, 2023) Pengetahuan remaja merupakan factor penting yang mempengaruhi sikap dalam pencegahan stunting sejak dini. Pengetahuan yang didasarkan dengan pemahaman akan menumbuhkan sikap positif dalam upaya pencegahan stunting.

Tabel 4.2 Pretest dan Postest Sikap

Sikap	Sebelum penyuluhan		Setelah penyuluhan	
	F	%	F	%
Baik	13	43.3	21	70
Cukup	7	23.3	9	30
Kurang	10	33.4	0	0
Jumlah	30	100	30	100

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 30 peserta, sikap peserta sebelum diberikan edukasi mengenai stunting dalam kategori baik sebesar 43.3%, kategori cukup baik sebesar 23.3% dan kategori kurang baik sebesar 33.4%. Sikap peserta meningkat setelah diberikan edukasi mengenai stunting dalam kategori baik menjadi 70%, kategori cukup baik menjadi 30% dan kategori kurang baik menjadi 0%. Hal ini sesuai dengan penelitian (Nasution and Manik, 2020) menemukan bahwa sikap responden yang baik juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan yang baik.

Kegiatan akhir, mahasiswa diberikan tablet Fe yang akan di konsumsi agar terhindar dari anemia yang menjadi salah satu penyebab terjadinya stunting seperti pada gambar 4.3. Hal ini sesuai dengan penelitian (Lestari *et al.*, 2023) upaya pemberian tablet zat besi (Fe) untuk remaja sebagai upaya untuk mencegah anemia sehingga angka stunting di Indonesia bisa diturunkan.



SIMPULAN

Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat adalah terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap pada remaja setelah diberikan edukasi mengenai pencegahan stunting pengetahuan dalam kategori baik menjadi 46.7%, kategori cukup baik menjadi 46.7% dan kategori kurang baik menjadi 6.6% dan sikap dalam kategori baik menjadi 70%, kategori cukup baik menjadi 30% dan kategori kurang baik menjadi 0%. Secara umum kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dan tujuan kegiatan sudah tercapai sepenuhnya. Penulis menyarankan pengabdian masyarakat untuk melakukan pencegahan stunting sejak dini agar meminimalisir angka kejadian stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada mahasiswa kebidanan Universitas Indonesia Maju yang telah bersedia menjadi peserta dalam kegiatan ini,

DAFTAR PUSTAKA

- Admasari, Y. *et al.* (2023) 'Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)', *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*, 7(1), pp. 73–81. Available at: <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/akper/article/view/20118>.
- Kemendes RI (2022a) 'Gizi dan Makanan', *Nutrition and Food Research*, 45(1), pp. 1–57.
- Kemendes RI (2022b) *Profil Kesehatan Indo-nesia, Pusdatin.Kemendes.Go.Id.* Available at: <https://www.kemendes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>.
- Kuwa, M.K.R. *et al.* (2021) 'Penyuluhan Stunting Kepada Ibu Balita di Desa Magepanda, Kecamatan Magepanda, Kabupaten Sikka', *JEdukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS):urnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), pp. 89–92.
- Lestari, N.K.Y. *et al.* (2023) 'Penerapan Program Penanggulangan Stunting : Pemberian Edukasi Dan Tablet Tambah Darah (TTD)', *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat (Aptekmas)*, 6, pp. 7–12.
- Lestari, T.R.. (2023) 'Stunting Di Indonesia: Akar Masalah dan Solusinya', *Info Singkat: Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual dan Strategis*, XV(14), pp. 21–25.
- Matahari, R. *et al.* (2022) *Peran Remaja Dalam Pencegahan Stunting*.
- Muhdar, M. *et al.* (2019) 'Peningkatan Pengetahuan Tentang Pencegahan Stunting Pada Wanita Usia Subur, Ibu Hamil Dan Ibu Balita Di Kecamatan Polinggona', *LOGISTA - Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(2), p. 142. Available at: <https://doi.org/10.25077/logista.3.2.142-148.2019>.
- Nasution, I.P.A. and Manik, B.S.I.G. (2020) 'Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Remaja tentang Kesehatan Reproduksi di SMK Negeri 8 Medan', *SCRIPTA SCORE Scientific Medical Journal*, 2(1), pp. 38–43. Available at: <https://doi.org/10.32734/scripta.v2i1.3424>.
- Parwata, N. and Izzah, N. (2022) 'Edukasi Dampak Pernikahan Dini Terhadap Kesehatan Reproduksi Remaja Wanita', ... *Community Empowerment for ...*, 2, pp. 8–13. Available at: <https://doi.org/10.33860/mce.v2i1.1491>.
- Pratiwi, R. M., A. (2021) 'Penyuluhan Kepada Remaja Puteri Di Dusun Kunden-Kamijoro Terkait PHBS, Gizi Seimbang Dan Anemia', *Pengabdian Masyarakat*, 2(1), pp. 39–47.
- Puspasari, H. (2021) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 1 – 24 Bulan', *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 6(10), p. 5061. Available at: <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v6i10.4363>.
- RI, K.K. (2024) 'Risksdas 2023', pp. 1–2.
- Siswanti, D.N. *et al.* (2022) 'Pencegahan Stunting Melalui Psikoedukasi Kepada Remaja', *Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat*, 2(1), pp. 64–67. Available at: <http://ojs.poltekkesmedan.ac.id/panmed/article/view/1449>.
- who (2018) *REDUCING STUNTING IN CHILDREN*.