

Upaya Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Stunting Pada Siswi Di SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah

Nurul Khairani^{1*}, Santoso Ujang Effendi², Suryani³

^{1,2,3}STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

*email: sue.effendi.69@gmail.com, 081368815899

Abstrak

Pengetahuan masyarakat terkait stunting masih kurang. 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. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswi tentang stunting. Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan menyampaikan edukasi tentang stunting pada siswi dengan metode ceramah dan diskusi. Kegiatan dilaksanakan tanggal 5 Agustus 2023 di SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah dengan jumlah peserta sebanyak 34 siswi. Kegiatan dievaluasi melalui pengisian kuesioner pretest dan posttest. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pengetahuan siswi tentang stunting mengalami peningkatan dari sebelum dan setelah dilakukan edukasi. Sebanyak 8 siswi (23,5%) berpengetahuan cukup dan 26 siswi (76,5%) berpengetahuan baik sebelum diberikan edukasi. Sebanyak 2 siswi (5,9%) berpengetahuan cukup dan 32 siswi (94,1%) berpengetahuan baik setelah dilakukan edukasi. Diharapkan kepada para siswi dapat melakukan upaya pencegahan stunting dengan menyebarkan pengetahuan tentang stunting kepada teman sebaya dan keluarganya.

Kata kunci: edukasi, stunting, pengetahuan, remaja puteri, siswi

Abstract

Public knowledge regarding stunting is still lacking. Teenagers are one of the main targets in efforts to control stunting. Teenagers are the closest generation before adults who will of course become parents in the future. This community service aims to increase female students' knowledge about stunting. The method for implementing community service is carried out by providing education about stunting to female students using lecture and discussion methods. The activity was held on August 5 2023 at SMAN 2 Central Bengkulu Regency with a total of 34 female students participating. Activities are evaluated through filling out pre-test and post-test questionnaires. The results of the activity show that female students' knowledge about stunting has increased before and after the education. A total of 8 female students (23.5%) had sufficient knowledge and 26 female students (76.5%) had good knowledge before being given education. A total of 2 female students (5.9%) had sufficient knowledge and 32 female students (94.1%) had good knowledge after the education. It is hoped that female students can make

efforts to prevent stunting by spreading knowledge about stunting to their peers and family.

Keywords: *adolescent girl, balanced nutrition, education, female students, knowledge*

DOI: <https://doi.org/10.52188/psnpm.v4i-1011>

©2024 Authors by Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon



PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi pertumbuhan dan perkembangan yang mengalami kegagalan karena kekurangan asupan zat gizi yang bersifat kronis, penyakit infeksi, dan pola asuh yang tidak maksimal (Achadi et al., 2020). Balita digolongkan *stunting* jika indeks tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 standar deviasi (AAC/SCN, 2000).

Dampak masalah gizi pada awal kehidupan berhubungan dengan perilaku, perkembangan kognitif, kemampuan belajar, kesehatan reproduksi, produktivitas, dan penyakit degeneratif ketika dewasa (Fikawati et al., 2017). Prestasi belajar yang buruk, pendapatan yang rendah, tinggi badan pendek, dan penyakit kronis ketika dewasa merupakan efek jangka panjang *stunting* pada dua tahun pertama kehidupan (Ali et al., 2017).

Stunting pada balita menjadi masalah gizi di dunia. Kurang lebih 161 juta balita di dunia mengalami *stunting*. Lima puluh persen balita *stunting* berada di benua Asia (de Onis & Branca, 2016). Prevalensi balita *stunting* di Indonesia sebesar 21,6% pada tahun 2022 sedangkan di Provinsi Bengkulu sebesar 19,8% (Kemenkes RI, 2022). Pada tahun 2023, prevalensi *stunting* pada balita di Provinsi Bengkulu sebesar 20,3% (Kemenkes RI, 2024). Pada tahun 2022, prevalensi *stunting* pada balita di Kabupaten Bengkulu tengah sebesar 21,2% yang masih di atas prevalensi kejadian *stunting* pada balita Provinsi Bengkulu (Kemenkes RI, 2022). Pada tahun 2023, prevalensi *stunting* pada balita di Provinsi Bengkulu sebesar 20,3% dan prevalensi di Kabupaten Bengkulu Tengah sebesar 23,2% ((Kemenkes RI, 2024). Prevalensi tersebut menunjukkan bahwa *stunting* menjadi masalah kesehatan masyarakat di Kabupaten Bengkulu Tengah dengan kategori tinggi (UNICEF, WHO, *World Bank* (2021).

Perempuan dengan malnutrisi menjadi salah satu akar terjadinya *stunting*. Perempuan dengan kebutuhan zat gizi yang tidak terpenuhi mengakibatkan berbagai permasalahan kesehatan seperti kekurangan energi kronis (KEK). 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, & Suryani, (2022).

Sekitar 25% remaja berusia 13-18 tahun mengalami *stunting* atau pendek. 95% bertubuh kurus, 16% remaja mengalami kegemukan dan obesitas. Selain itu sekitar 25% remaja putri mengalami anemia. Masa remaja adalah jendela kesempatan kedua yang berdampak kepada lintasan perkembangan (termasuk pertumbuhan dan perkembangan kognitif), membentuk kebiasaan masa depan dan mengimbangi beberapa pengalaman masa kanak-kanak yang buruk, kesempatan kedua setelah anak usia dini. Oleh sebab itu perlu perhatian khusus terhadap remaja (Matahari, & Suryani, (2022).

Pengetahuan masyarakat terkait *stunting* masih kurang. 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 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. Hal ini harus

dilakukan bersama sebagai upaya untuk menjadikan masyarakat Indonesia sehat, sejahtera, dan produktif (Millati et al., 2021),

Remaja putri adalah calon ibu untuk generasi penerus bangsa. Remaja yang berpengetahuan baik dapat menjadi agen pencegah stunting yang dapat disebarkan kepada teman sebayanya sehingga dapat memutus mata rantai stunting. Kemenkes RI (2011) menyatakan bahwa upaya pencegahan stunting melalui remaja putri sebagai sasaran penting dapat dilakukan dengan cara merencanakan keluarga yang baik, mencegah anemia dan Kurang Energi Kronik (KEK), serta memahami upaya-upaya pencegahan stunting sejak dini.

Edukasi gizi pada remaja merupakan salah satu upaya percepatan penurunan stunting dengan sasaran remaja. Sekolah memegang peranan penting dalam memperhatikan kesehatan remaja putri sehingga nantinya dapat menjadi calon ibu yang sehat dan siap menghasilkan generasi yang bebas stunting (Khairani et al, 2023). Edukasi kesehatan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui pemberian informasi dan pembelajaran dari petugas kesehatan. Penekanan konsep edukasi kesehatan lebih pada upaya merubah perilaku sasaran edukasi agar berperilaku sehat terutama pada aspek kognitif (pengetahuan dan pemahaman) sehingga pengetahuan peserta atau sasaran edukasi kesehatan sesuai dengan yang diharapkan oleh pemberi edukasi kesehatan (Arsyad, 2018).

Hasil wawancara dengan Kepala Sekolah dan beberapa guru SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah pada tanggal 04 Januari 2023, mereka mengungkapkan bahwa fungsi Unit Kesehatan Sekolah (UKS) berjalan secara optimal terutama terkait dengan aspek pendidikan kesehatan dan pelayanan kesehatan. Edukasi stunting belum pernah dilakukan sebelumnya di SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah.

Hasil pengukuran status gizi yang dilakukan oleh tim pengabdian pada tanggal 21 Juli 2023 menunjukkan bahwa berdasarkan pengukuran lingkaran lengan atas (LILA), terdapat 9 siswi (26,0%) berisiko kekurangan energi kronis (KEK) dan 26 siswi (74,0%) tidak berisiko KEK. Hasil pengukuran status gizi berdasarkan IMT/U menunjukkan bahwa ada 3 siswi (9,0%) berstatus gizi kurang, 27 siswi (77,0%) berstatus gizi baik, 1 siswi (3,0%) berstatus gizi *overweight*, dan 4 siswi (11,0%) berstatus gizi obesitas. Hasil pengukuran status gizi berdasarkan TB/U menunjukkan bahwa 5 siswi (14%) berstatus gizi pendek dan 30 siswi (86,0%) berstatus gizi normal.

Berdasarkan latar belakang tersebut, tim pengabdian berinisiatif melaksanakan pengabdian kepada masyarakat berupa kegiatan “Upaya Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Stunting pada Siswi di SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan siswi tentang stunting sehingga siswa melakukan pencegahan stunting dan menyebarluaskan pengetahuan tentang stunting kepada keluarga dan teman sebayanya.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan adalah pemberian edukasi stunting kepada siswi dalam upaya peningkatan pengetahuan tentang stunting. Tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di aula SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah pada hari Sabtu, 5 Agustus 2023. Tim pengabdian terdiri dari 6 orang dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat dan 3 orang mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat semester IV tahun akademik 2022/2023. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah *Netbook*, LCD, *Microphone*, dan Kuesioner. Kuesioner terdiri dari 15 pertanyaan. Adapun sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswi kelas XII tahun akademik 2022/2023 SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah yang berjumlah 34 siswi.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan 5 tahap, yaitu:

1. Tahap yang pertama adalah koordinasi dengan pihak sekolah pada tanggal 06 Juli 2023

- untuk merencanakan persiapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
2. Tahap kedua adalah persiapan materi edukasi, kuesioner, dan peralatan.
 3. Tahap ketiga adalah pelaksanaan *pre test* untuk mengetahui pengetahuan siswi tentang stunting sebelum dilakukan edukasi.
 4. Tahap keempat adalah pelaksanaan edukasi. Pelaksanaan edukasi menggunakan metode ceramah dan tanya jawab. Materi stunting terdiri dari pengertian, dampak, faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stunting, dan upaya pencegahan stunting.
 5. Tahap yang kelima adalah evaluasi (*post test*) untuk mengetahui pengetahuan siswi setelah diberikan edukasi. Evaluasi (*post test*) dilakukan menggunakan kuisisioner sebelum penutupan kegiatan. Hasil evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat mengenai edukasi tentang stunting tersebut dibandingkan antara nilai *pre test* dan nilai *post test* tentang pengetahuan peserta sehingga dapat dilihat keberhasilan edukasi kesehatan yang telah dilakukan. Data hasil evaluasi kegiatan dianalisis secara deskriptif. *Software* yang digunakan adalah SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 05 Agustus 2023 pukul 09.00-11.00 WIB. Kegiatan didahului dengan acara pembukaan yang terdiri dari sambutan dari perwakilan tim pengabdian. Selanjutnya sambutan dari kepala SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah sekaligus membuka kegiatan pengabdian serta foto bersama. Kegiatan juga dihadiri oleh 3 orang guru, 1 orang guru sekaligus pembina unit kesehatan sekolah (UKS).



Gambar 1. Koordinasi dengan Kepala SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah

Setelah acara pembukaan seluruh peserta diwajibkan untuk menyelesaikan kuesioner *pre test* selama 15 menit. Hasil *pre test* pengetahuan siswi tentang stunting sebelum edukasi dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Pengetahuan Siswi *Pre Test*

No.	Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
1	Cukup	8	23,5
2	Baik	26	76,5
	Jumlah	34	100,0

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 34 siswi di SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah, terdapat 8 siswi (23,5%) berpengetahuan cukup dan 26 siswi (76,5%) berpengetahuan baik.

Setelah remaja melakukan pengisian kuesioner *pre test* kemudian para peserta diberikan materi melalui edukasi stunting dalam bentuk ceramah dan diskusi selama 45 menit. Kegiatan

ini berjalan dengan lancar dan interaktif. Sebelum sesi diskusi, dilakukan *ice breaking* berupa senam peregangan selama 10 menit agar siswi lebih bersemangat dan aktif dalam sesi selanjutnya.



Gambar 2. Pelaksanaan Pembukaan Kegiatan , *Pre Test* dan Edukasi Stunting

Diskusi dilakukan dengan cara memberikan kesempatan kepada siswi untuk bertanya kepada tim pengabdian. Siswi sangat antusias dalam bertanya kepada tim pengabdian. Peserta yang aktif menjawab pertanyaan dari tim pengabdian dan aktif bertanya diberikan *door prize* untuk menyemangati siswi.



Gambar 3. Pelaksanaan Diskusi, *Ice Breaker*, Pembagian Hadiah, dan Foto Bersama

Setelah diskusi selesai, selanjutnya dilaksanakan pengisian post test selama 15 menit. Hasil post test siswi dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Pengetahuan Siswi *Post Test*

No.	Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
1	Cukup	2	5,9
2	Baik	32	94,1

Jumlah	34	100,0
--------	----	-------

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 34 siswi di SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah, terdapat 2 siswi (5,9%) berpengetahuan cukup dan 32 siswi (94,1%) berpengetahuan baik.

Berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* terlihat bahwa terdapat penambahan jumlah siswi yang berpengetahuan baik sebanyak 6 siswi yaitu jumlah siswi yang berpengetahuan baik dari 26 siswi menjadi 32 siswi. Siswi yang berpengetahuan cukup mengalami penurunan dari 8 siswi menjadi 2 siswi. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi stunting yang telah dilaksanakan berdampak positif terhadap pengetahuan siswi.

Dengan adanya edukasi kepada remaja di sekolah, maka remaja mampu memahami pengertian dari stunting, penyebab stunting, cara pencegahan stunting, dan peran remaja dalam mencegah stunting (Zakyanpri et al, 2024). Penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang stunting. Materi tentang stunting dapat dipahami oleh remaja putri ditandai dengan jawaban yang sesuai dari pertanyaan yang diberikan selama proses diskusi. Remaja putri diharapkan dapat menerapkan perilaku yang dapat meningkatkan kesehatannya untuk mencegah stunting sejak dini dan dapat menyebarkan informasi terkait pencegahan dan penanganan stunting (Muchtari et al, 2023).

Saputri, Handayani, & Trisnowati (2022) menyatakan bahwa terjadi peningkatan pemahaman yang signifikan pada remaja putri mengenai stunting setelah mendapatkan edukasi melalui media flipchart. Media flipchart yang didesain dengan visual menarik dan informasi yang terstruktur, mampu menyampaikan pesan secara jelas dan mudah dipahami oleh audiens.

KESIMPULAN

Edukasi kesehatan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah meningkatkan pengetahuan siswi tentang stunting. Antusiasme siswi dapat dilihat pada sesi tanya jawab dan selama pelaksanaan kegiatan edukasi ini berjalan sangat baik. Diharapkan kepada siswi dapat menerapkan upaya pencegahan stunting dalam kehidupan sehari-hari dan menyebarkan pengetahuan tersebut kepada teman sebaya dan keluarganya. Pihak sekolah melalui UKS dapat secara berkala melakukan edukasi stunting kepada siswi lainnya yang belum mengikuti kegiatan ini. Saran bagi tim pengabdian lainnya dapat melakukan edukasi stunting dengan menggunakan metode lainnya selain ceramah, yaitu menggunakan *leaflet*, lembar balik, permainan, dan media sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- ACC/SCN. 2000. 4th Report on The World Nutrition Situation throughout The Life Cycle. Geneva : ACC/SCN.
- Achadi, E. L., Achadi, A., & Aninditha, T. (2020). *Pencegahan Stunting: Pentingnya Peran 1000 Hari Pertama Kehidupan*. Raja Grafindo Persada.
- Arsyad. (2018). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Pada Murid Kelas IV Dan V SD. *Media Kesehatan Gigi*, Vol. 17 No. 1 : 61-72.
- 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(31), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s40795-017-0154-2>

- de Onis M, Branca F. Childhood stunting: A global perspective. *Matern Child Nutr.* 2016; 12: 12–26. <https://doi.org/10.1111/mcn.12231> PMID: 27187907.
- Fikawati, S., Syafiq, A., & Veratamala, A. (2017). *Gizi Anak dan Remaja (I)*. RajaGrafindo PErsada. <https://www.rajagrafindo.co.id/produk/gizi-anak-dan-remaja/>
- Khairani, N., Effendi, S. U., Suryani, Suryani, N. A., Desiana, N., Yulianti, E. P., Puspita, D., Putra, H. B. Upaya Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Gizi Seimbang pada Siswi di SMAN 2 Kabupaten Bengkulu Tengah. *Prosiding Hari kesehatan Nasional ke 59*. Bengkulu: IAKMI Pengda Bengkulu.
- Kemenkes RI. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2022). *Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia 2022*. Jakarta: Kemenkes RI
- Matahari, R., & Suryani, D. (2022). *Peran Remaja dalam Pencegahan Stunting*. Yogyakarta: K-Media.
- Millati, N. A., Kirana, T. S., Ramadhani, D. A., Alveria, M., Oktaviana, H., Situmorang, B. K., Marpaung, R. A. R., Wijaya, C. N., Subardi, I., Chang, T. C., Purwanto, M. G., Munthe, D. R., Ulli, I., K, S. M., Chaniago, W. M., & Putra, I. A. (2021). *Cegah Stunting Sebelum Genting (A. Dharmawan (ed.); 1st ed.)*. KPG (Kepustakaan Populer Gramedia).
- Muchtar, F. (2023). Edukasi Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi pada Remaja Putri di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe. *Pedamas (Pengabdian kepada Masyarakat)*, 1(2), 266–274. Retrieved from: <https://pekatpkm.my.id/index.php/JP/article/view/41>
- Muchtar, P. F., Rejeki, S., Elvira, I., & Hastian. (2023). Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2): 138-144. DOI: [10.34312/ljpm.v2i2.21400](https://doi.org/10.34312/ljpm.v2i2.21400).
- Parinduri, S. K. (2021). Optimalisasi Potensi Remaja 62 Putri Dalam Pencegahan Stunting. 4(1), 23–29.
- Saputri, M. E., Handayani, L., & Trisnowati, H. . (2024). Efektivitas Edukasi Pencegahan Stunting Dengan Media Flipchart Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri. *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 4756–4766. DOI: <https://doi.org/10.31004/Prepotif.V8i3.33019>
- UNICEF Indonesia. (2021). *Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja di Indonesia*
- UNICEF, WHO, World Bank. (2021). *Levels and Trends in Child Malnutrition: Key Findings of The 2021 Edition of The Joint Child Malnutrition Estimates*. Geneva: WHO. Retrieved from: <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb>.
- Zakiyanpri, W., Lailiyah, S., Armando, G., Salsabila, R., Theresa, S., Anggita, P., Arofatus, A., Silmi, A. Z., Rahma, N., & Salsabila, D. (2024). Edukasi kepada Remaja untuk Mencegah Terjadinya Stunting dari Faktor Kesehatan saat Masa Remaja di SMAN 1 Banyuwangi. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 4(3), 603–610. <https://doi.org/10.54082/jamsi.1151>