

Upaya Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Gizi Pada Remaja SMA di Ruang Lingkup RSDH, Desa Cipenjo, Kabupaten Bogor

Kartika Wandini¹, Annisa Nursita Angesti²

^{1,2}Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin

Correspondence author: kartikawandini@yahoo.co.id, Jakarta, Indonesia

DOI: <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v5i1.1368>

Abstrak

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh akibat balita mengalami kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama di 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Hal ini berdampak bagi tumbuh kembang balita baik jangka pendek maupun jangka panjang. Guna memutus mata rantai, peran serta dari berbagai pihak dalam upaya pencegahan stunting perlu segera disosialisasikan. Untuk itu diperlukan upaya pencegahan stunting sedini mungkin dengan melibatkan peran remaja sebagai agen perubahan. Program sosialisasi ini bertujuan untuk mengedukasi remaja agar mendapat bekal pemahaman mengenai pemenuhan gizi seimbang untuk mencegah kejadian stunting. Berbekal pemahaman yang dimiliki, remaja diharapkan mampu mengimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari dan menjadi generasi berkualitas bukan hanya untuk dirinya dan masa depannya, melainkan juga untuk lingkungan sekitarnya. Program sosialisasi ini dilakukan secara luring dengan metode pelaksanaan pre post test yang melibatkan 36 remaja yang berada di Wilayah Desa Cipenjo, Cileungsi, Kabupaten Bogor. Hasil post-tes menunjukkan, terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan remaja sebesar 1,28 poin. Agar pemahaman yang sudah didapat oleh para remaja semakin berdampak positif diperlukan adanya program edukasi yang berkelanjutan serta pendampingan terhadap peran yang dapat remaja lakukan di masyarakat.

Kata Kunci: Remaja, Stunting, Pengetahuan

Abstract

Stunting is a condition of failure to thrive due to under-fives experiencing chronic malnutrition and recurrent infections, especially in the first 1000 days of life. This condition, has an impact on the growth and development of underfive both in the short and long term. In order to break the chain, the participation of various parties in efforts to prevent stunting needs to be socialized immediately. For this reason, efforts to prevent stunting are needed as much as possible by involving the role of adolescents as agents of change. This outreach program aims to educate the adolescent have an understanding of fulfilling balanced nutrition to prevent stunting. Moreover, the adolescent are expected to be able to implement the knowledge in their daily lives and become a quality generation not only for themselves and their future, but also for their surroundings. This socialization program was carried out offline using the pre-post test method involving 36 adolescent in the Cipenjo Village Area, Cileungsi, Bogor. The results showed that there was an increase in the average adolescent knowledge score of 1.28 points. In order to implement the knowledge that has been obtained by adolescents to have a more positive impact, it is necessary to have an ongoing educational program as well as assistance regarding the adolescent's roles in society.

Keywords: Adolescent, stunting, knowledge

PENDAHULUAN

Permasalahan stunting masih menjadi salah satu pekerjaan utama yang harus segera diselesaikan hingga saat ini. Data Riskesdas 2018 menunjukkan 29.9% balita di Indonesia mengalami stunting, artinya 3 dari 10 balita di Indonesia mengalaminya (KEMENKES RI, 2018). Data Studi Status Gizi 2021 menunjukkan adanya penurunan angka prevalensi stunting menjadi 24.4% (Litbangkes, 2021). Meskipun terjadi penurunan, semua pihak tetap harus bekerja keras untuk mencapai target penurunan angka stunting di tahun 2024.

Kejadian stunting yang seperti efek domino akan terus berulang jika tidak diputus rantainya. Menuju hal tersebut, perlu adanya upaya dari berbagai pihak mulai dari tingkat pemerintah sampai masyarakat. Pemerintah memiliki berbagai program untuk mengatasi permasalahan stunting, akan tetapi program tersebut tidak akan berjalan lancar jika tidak disertai dengan adanya kesadaran dari masyarakat. Kesadaran masyarakat menjadi bagian utama dari upaya pencegahan stunting, namun bukan hal yang mudah untuk menumbuhkannya.

Melibatkan remaja sebagai agen dalam upaya pencegahan stunting merupakan strategi yang saat ini sedang dilakukan oleh pemerintah. Dalam hal ini, remaja perlu dibekali pemahaman mengenai pengertian, penyebab, dampak, dan upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah kejadian stunting. Sebagai bentuk peran serta meningkatkan pemahaman remaja, Tim Pengabdian Masyarakat Universitas Mohammad Husni Thamrin bekerjasama dengan pihak RSDH (Rumah Sehat Darul Hijrah) untuk melaksanakan program pengabdian masyarakat dengan melakukan sosialisasi pada remaja mengenai gizi seimbang, penyebab, dampak, dan upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah kejadian stunting.

RSDH merupakan unit kegiatan di bawah divisi sosial Yayasan Daarul Hijrah yang bergerak di ranah kesehatan. Terdapat sejumlah remaja yang cukup aktif terlibat dalam beberapa kegiatan yayasan, namun belum ada keterlibatan remaja yang berhubungan dengan bidang kesehatan.

METODE PELAKSANAAN

Program sosialisasi dilaksanakan pada tanggal 21 Agustus 2022, berlokasi di Hobbit Hill Resto. Kegiatan sosialisasi diikuti oleh 36 remaja SMA yang berada di wilayah Desa Copenjo, Kabupaten Bogor yang menjadi ruang lingkup RSDH. Kegiatan dilakukan secara luring dengan memberikan pretest sebelum materi disampaikan dan Post test sesudah materi disampaikan. Analisis sederhana menggunakan program excel dilakukan untuk mengetahui karakteristik remaja peserta sosialisasi dan rata-rata skor pre test maupun post test yang dicapai oleh remaja peserta kegiatan sosialisasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi diikuti oleh 36 peserta remaja SMA yang terdiri atas 7 remaja laki-laki dan 29 remaja perempuan. Kegiatan berlangsung mulai pukul 08.30 WIB hingga 12.00 WIB. Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan pendaftaran, dilanjutkan dengan pengisian pretest, sosialisasi, diskusi dan tanya jawab, kuis, pemaparan lomba video mengenai peran remaja dalam mencegah stunting sebagai bentuk follow up kegiatan, lalu diakhiri dengan post-test.

1. Karakteristik Remaja

Tabel 1. Karakteristik Remaja

Variabel	n=36
Jenis Kelamin	
-Perempuan	29
-Laki-laki	7
Usia (tahun)	
Mean \pm SD	15.9 \pm 1.2

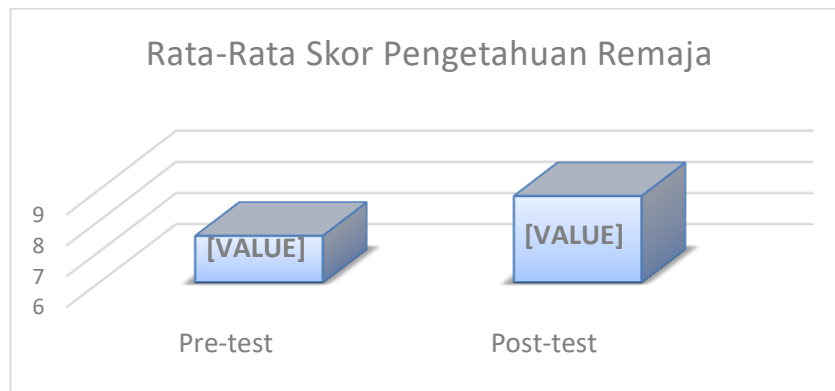
Tabel 1 menunjukkan, sebagian besar peserta edukasi berjenis kelamin perempuan (80.6%), sisanya adalah remaja laki-laki (19.4%). Rata-rata usia peserta edukasi adalah 15.9 tahun. Menurut teori perkembangan kognitif yang dikemukakan oleh Piaget diterbitkan tahun 1936 dan masih menjadi acuan hingga saat ini, pada usia lebih dari dua belas tahun atau termasuk dalam usia remaja seorang anak masuk dalam tahap formal operasional. Tahap operasional tersebut berarti seorang remaja memiliki kemampuan untuk berpikir kreatif, memiliki penalaran abstrak, dan dapat membayangkan hasil dari tindakan tertentu (Ibda fatimah, 2015). Berdasarkan hal tersebut, tahapan remaja menjadi usia yang tepat untuk mendapat edukasi sebagai bekal untuk kehidupan di fase berikutnya.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi Gizi

2. Tingkat Pengetahuan Remaja

Pengetahuan merupakan sebuah kompetensi yang penting untuk dimiliki seseorang dalam melakukan usaha persuasif. Pengetahuan mengenai stunting dan pemenuhan nutrisi tentu diperlukan oleh remaja sebagai agen perubahan untuk bisa berperan di lingkungannya, menginformasikan pentingnya memenuhi kebutuhan gizi seimbang untuk mencegah stunting. Dengan pengetahuan yang cukup, diharapkan remaja semakin berkompeten untuk melakukan tugasnya sebagai agen perubahan.



Gambar 2. Rata-rata Skor Pengetahuan Remaja

Terlihat pada Gambar 1, terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan remaja sebelum dan setelah mengikuti sosialisasi sebesar 1.28 poin. Namun demikian, dilihat pada skor perorangan terdapat peningkatan poin yang cukup signifikan pada beberapa peserta, yakni lebih dari 3 poin dengan peningkatan skor seluruh peserta maksimal 4 poin. Salah seorang pakar komunikasi mengatakan bahwa pengetahuan menjadi salah satu hal yang dapat memengaruhi orang lain dalam hal persuasif dan menjadi pertanda bahwa seorang persuader memiliki kredibilitas dalam menyampaikan sesuatu (Arsanty, 2022). Dalam hal ini, semakin luas pengetahuan remaja diharapkan dapat menjadi bekal untuk dirinya saat ini dan di masa depan untuk menjadi generasi yang berkualitas bebas stunting. Selain itu, dengan adanya pengetahuan mengenai stunting dan pemenuhan gizi seimbang remaja akan memiliki keyakinan dalam peranannya mengkampanyekan aksi peduli stunting ke lingkungannya.



Gambar 3. Kegiatan Edukasi Gizi

Kegiatan serupa dilakukan pada remaja putri di Kecamatan Pamulang, Kota Tangerang Selatan. Sebanyak 20 remaja meningkat dalam pengetahuan pemilihan makanan sehat melalui edukasi gizi dalam rangka pencegahan stunting. Kemajuan bangsa Indonesia memerlukan remaja yang kreatif, kritis dan produktif. Remaja dengan kondisi tersebut hanya dapat dicapai jika memiliki status gizi baik. Pemahaman remaja mengenai stunting dan gizi akan mempengaruhi sikap dan perilaku dalam memilih bahan makanan. Hal ini akan memengaruhi status gizi remaja saat ini dan masa depan saat menjadi ibu. Dengan demikian, remaja adalah periode *windows of opportunity* kedua yang dapat menentukan generasi selanjutnya (Rusilanti dan Riska, 2021).



Gambar 4. Tim Pelaksana PKM, Mitra dan Remaja Peserta PKM

Menurut Baroroh (2022) pendidikan kesehatan, gizi dan edukasi stunting bagi remaja dapat membentuk pemahaman yang baik pada siswa dengan harapan terbentuk perilaku sadar gizi guna mencegah stunting. Berdasarkan Noviasy, et al (2020) tersedianya zat gizi yang cukup pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan sangat penting bagi perkembangan dan pertumbuhan janin sebab adanya sifat fleksibilitas atau penyesuaian diri dengan apa yang dialami oleh ibu masa kehamilan maupun masa remaja. Asupan calon ibu kurang dapat <http://journal.thamrin.ac.id/index.php/JPKMHthamrin/issue/view/72>

mengurangi perkembangan sel-sel organ pada janin. Stunting dapat berdampak jangka panjang hingga rendahnya produktivitas dan berisiko menderita penyakit degeneratif saat dewasa. Pencegahan stunting sebaiknya dimulai sejak calon ibu berada di usia remaja.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat sebagian besar diikuti oleh peserta berjenis kelamin perempuan (80.6%) dengan rata-rata usia seluruh peserta adalah 15.9 tahun. Melalui kegiatan edukasi, terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan remaja mengenai stunting sebelum dan setelah mengikuti kegiatan sebesar 1.28 poin. Namun demikian, dilihat dari skor perorangan terdapat peningkatan poin yang cukup signifikan pada beberapa peserta, yakni lebih dari 3 poin dengan peningkatan skor seluruh peserta maksimal 4 poin. Agar pemahaman yang telah para remaja dapatkan mengenai edukasi stunting melalui program pengabdian masyarakat semakin berdampak positif, diperlukan adanya program edukasi yang berkelanjutan serta pendampingan terhadap peran yang dapat dilakukan oleh remaja di masyarakat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada pihak Universitas Mohammad Husni Thamrin. Kegiatan ini difasilitasi oleh Lembaga Penelitian, Pengembangan, dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Mohammad Husni Thamrin sebagai lembaga yang menaungi seluruh kegiatan dosen dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

REFERENSI

- Arsanty, Melisa. (2022, 18 Januari). *Persuader dan pengemasan pesan persuasive*. <https://ocw.upj.ac.id/files/Slide-COM-208-SOURCE-FACTORS-AND-MESSAGE-FACTORS-IN-PERSUASION.pdf>.
- Baroroh, Ida. Peningkatan Pengetahuan tentang Pemenuhan Gizi Remaja dan Edukasi Pencegahan Stunting. *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat*. 3(2): 60-64.
- Humas Litbangkes. 2021. *Angka Stunting Turun di Tahun 2021*. <https://www.litbang.kemkes.go.id/angka-stunting-turun-di-tahun-2021/>
- Ibda, Fatimah. 2015. Perkembangan Kognitif: Teori Jean Piaget. *Jurnal ar-raniry*, 3(1), 27-38.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018*. *Kementrian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf

- Noviasy, et al. 2020. Eduwhap Remaja Siap Cegah Stunting Dalam Wadah Kumpul Sharing Remaja. *Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*. 4(2): 494-501.
- Rusilanti, Nur Riska. Pengaruh Pelatihan Tentang Pemilihan Makanan Sehat Untuk Mencegah Terjadinya Stunting Melalui Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan*. 8(2): 175-185