



Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health Service)

e-ISSN 2797-1309

<https://jurnal.htp.ac.id/index.php/jpkk>

Edukasi Pentingnya Peran Remaja dalam Pencegahan Stunting di Patehan, Kraton, Kota Yogyakarta

Education on the Important Role of Youth in Stunting Prevention in Patehan, Kraton, Yogyakarta City

Rokhmayanti Rokhmayanti^{1*}, Fardhiasih Dwi Astuti², Siti Kurnia Widi Hastuti³, Titim Martini⁴
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan^{1,2,3,4}

e-mail : rokhmayanti@ikm.uad.ac.id^{1*}, fardhiasih.dwiastuti@ikm.uad.ac.id²,
kurnia.widiastuti@ikm.uad.ac.id³ titim.mrt@gmail.com³

Histori artikel

Received:
29-12-2022

Accepted:
12-01-2023

Published:
21-05-2023

Abstrak

Stunting menjadi salah satu masalah gizi di Indonesia yang disebabkan status gizi anak dan ibu yang rendah. Meningkatkan pemahaman calon ibu khususnya pada fase remaja menjadi salah satu upaya pencegahan dalam mengatasi stunting. Tujuan dari pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang stunting pada remaja sebagai upaya pencegahan. Metode dalam penyuluhan ini adalah ceramah dengan menggunakan narasi, gambar, dan video. Hasil dari penelitian ini diketahui bahwa setelah penyuluhan mayoritas semua pertanyaan dapat dijawab dengan benar 100% oleh remaja di RW 09 Patehan, Kraton, Yogyakarta. Sehingga pengetahuan pencegahan stunting yang terapkan dalam kehidupan remaja dapat mencegah kejadian stunting pada anak mereka.

Kata Kunci: edukasi, stunting, pengetahuan

Stunting is a nutritional problem in Indonesia caused by the low nutritional status of children and mothers. Improving the understanding of prospective mothers, especially in the adolescent phase, is one of the preventive efforts in overcoming stunting. The purpose of the study was to increase knowledge about stunting in adolescents as a prevention effort. The method in this counseling was lectures using narration, pictures, and videos. The results of this study revealed that most of all questions could be answered 100% correctly by adolescents in RW 09 Patehan, Kraton, Yogyakarta after counseling. Therefore, stunting prevention knowledge that is applied in the lives of adolescents can prevent stunting in their children.

Keywords: education, stunting, knowledge

PENDAHULUAN

Indonesia menjadi negara yang mengalami *double burden of malnutrition* karena kurang gizi dan kelebihan gizi memiliki prevalensi yang sama-sama tinggi (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Salah satu masalah kurang gizi yang terjadi di Indonesia adalah stunting yang terjadi pada anak-anak. Stunting adalah gangguan tumbuh kembang yang tidak sesuai pada anak akibat dari gizi yang buruk, adanya infeksi yang

berulang, dan gangguan stimulasi psikososial pada anak (WHO, 2015). Prevalensi stunting di Indonesia mencapai 24,4% pada Tahun 2021 (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Stunting bersifat kronis, sehingga dapat mempengaruhi fungsi kognitif pada anak yaitu kecerdasan. Rendahnya kecerdasan anak akan berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia, sehingga akan menurunkan daya saing di masa depan. Selain itu, dampak jangka pendek dari stunting adalah dapat meningkatkan morbiditas (Budiasutik & Rahfiludin, 2019).

Kejadian stunting tidak hanya dipengaruhi oleh status gizi ibu pada saat hamil dan anak pada 1.000 hari pertama kehidupan (HPK), tetapi dipengaruhi oleh gizi ibu pada periode pra konsepsi yaitu wanita usia subur dan remaja. Oleh karena itu pemerintah membuat program berupa intervensi gizi spesifik yang difokuskan 3 hal yang meliputi: 1) Kecukupan asupan makanan dan gizi; 2) Pemberian makan, perawatan dan pola asuh; dan 3) Pengobatan infeksi/penyakit (Lembaga Pelaksana Program Pencegahan Anak Kerdil, 2018).

Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan melakukan intervensi pada siklus hidup di tahap remaja. Hal tersebut dilakukan untuk mempersiapkan calon ibu sejak dini untuk memiliki pengetahuan yang cukup dalam upaya pemenuhan gizi pada 1.000 hari pertama masa kehidupan yang penting dalam pencegahan stunting. Asupan makanan pada fase 1.000 HPK akan sangat berdampak pada tumbuh kembang anak di masa depan (Noviasty, R., Mega I., Fadillah R., 2020).

Peningkatan pemahaman remaja putri tentang masalah gizi dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam memilih asupan nutrisi yang baik. Hal tersebut nantinya akan mempengaruhi status gizi bayi yang dilahirkan. Sehingga, edukasi gizi anak hingga remaja penting dilakukan untuk menghindari masalah kesehatan saat dewasa dan diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup. Oleh karena itu, perlu dilakukan penyuluhan informasi untuk meningkatkan pengetahuan mengenai stunting sehingga pencegahan dapat dilakukan semaksimal mungkin (Rusilanti & Riska, 2021).

Berdasarkan survey mahasiswa KKN Alternatif 84 Unit IV.C3 Universitas Ahmad Dahlan diketahui bahwa belum pernah melakukan edukasi tentang peran remaja putri dalam pencegahan stunting. Sebagian remaja putri di RW 09 Patehan, Kraton, Kota Yogyakarta masih banyak yang belum mengetahui tentang pencegahan stunting melalui konsumsi tablet tambah darah bagi calon ibu. Pemerintah memiliki program pemberian tablet tambah darah sebagai salah satu program intervensi gizi spesifik dalam pencegahan stunting, karena remaja putri yang anemia akan berisiko pada pertumbuhan dan perkembangan janin (Kemenkes RI, 2020).

TUJUAN

Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat khususnya remaja dalam pencegahan stunting. Sehingga kejadian stunting dapat dicegah sedini mungkin pada para calon ibu (remaja putri) yang nantinya akan hamil dan melahirkan keturunan.

METODE

Kegiatan edukasi ini dilakukan dengan metode penyuluhan secara daring dengan menampilkan narasi, gambar, dan video. Edukasi dilakukan melalui beberapa media untuk menarik minat dan mempermudah audiens dalam memahami materi yang disampaikan. Penyuluhan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja mengenai stunting, sehingga dapat mencegah terjadinya stunting di kemudian hari. Kegiatan ini dilakukan di RW 09, Patehan, Kraton, Yogyakarta yang letaknya berdekatan dengan tempat wisata Tamansari Yogyakarta.

HASIL

Kegiatan penyuluhan dilakukan pada perempuan yang berusia 20 – 22 Tahun dan dilakukan secara luring dan daring. Diketahui bahwa sebelum dilakukan penyuluhan sebesar 71,43% peserta penyuluhan menyatakan belum pernah mendapatkan edukasi tentang pencegahan stunting di sekolah/kampus. Sebesar 57,14% juga menyatakan belum pernah mendapatkan edukasi tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah. Selain itu, sebesar 57,14% menyatakan tidak pernah mengonsumsi tablet tambah darah, dan sebesar 42,58% menyatakan hanya kadang-kadang mengonsumsi tablet tambah darah.

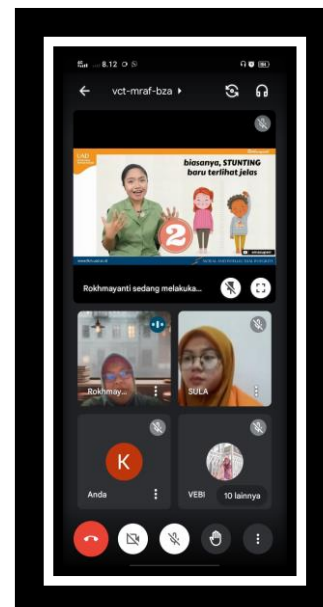
Setelah dilakukan edukasi mengenai pencegahan stunting pada remaja putri dilakukan pengukuran pengetahuan dengan beberapa pertanyaan berikut: 1) Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan; 2) Remaja dapat berperan dalam pencegahan stunting; 3) Remaja dengan gizi kurang dan anemia dapat meningkatkan risiko kejadian stunting di masa yang akan datang; 4) Minum tablet tambah darah seminggu sekali sejak remaja merupakan salah satu aksi bergizi cegah stunting; 5) Mengonsumsi protein hewani setiap hari merupakan salah satu aksi bergizi cegah stunting; 6) Gizi seimbang jika digambarkan dari setengah piring 2/3nya berisi makanan pokok dan 1/3nya berisi lauk pauk; 7) Risiko jangka panjang stunting dapat meningkatkan risiko penyakit degeneratif; 8) Calon suami dan calon istri memiliki peran penting dalam pencegahan stunting; 9) Minum kopi atau teh dapat menurunkan penyerapan zat besi; 10) Gizi seimbang jika digambarkan dari setengah piring 2/3nya berisi sayuran dan 1/3nya berisi buah-buahan; 11) Makan jeruk atau minum juice yang kaya vitamin C dapat meningkatkan efektivitas penyerapan tablet tambah darah; dan 12) Mengonsumsi tablet tambah darah menggunakan susu akan menurunkan penyerapan zat besi. Secara rinci hasil pengukuran pengetahuan setelah edukasi dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Proporsi Jawaban Benar Setelah Edukasi

Pada Gambar 1 diketahui bahwa mayoritas semua pertanyaan setelah kegiatan penyuluhan dapat dijawab dengan benar 100%. Hanya pertanyaan tentang makan jeruk atau minum juice yang kaya vitamin C dapat meningkatkan efektivitas penyerapan tablet tambah darah dan pertanyaan tentang gizi seimbang jika digambarkan dari setengah piring 2/3nya berisi sayuran dan 1/3nya berisi buah-buahan yang dapat dijawab benar <90% tetapi sudah $\geq 80\%$. Namun, pada pertanyaan tentang mengonsumsi tablet tambah darah menggunakan susu akan menurunkan penyerapan zat besi hanya dapat dijawab benar oleh 57,14%, yang artinya dari remaja yang mengikuti kegiatan penyuluhan, masih terdapat 42,86% remaja di RW 09 Patehan, Kraton, Kota Yogyakarta yang belum memahami bahwa konsumsi susu bersama dengan tablet tambah darah dapat menurunkan penyerapan zat besi.

Gambar 2 merupakan dokumentasi pelaksanaan penyuluhan stunting pada remaja di RW 09 Patehan, Kraton, Kota Yogyakarta (luring dan daring).



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengabdian diketahui bahwa setelah dilakukan penyuluhan, remaja putri di RW 09 Patehan, Kraton, Yogyakarta telah memiliki pengetahuan tentang stunting dan cara pencegahannya. Psikoedukasi atau intervensi dengan pemberian informasi seperti penyuluhan tentang stunting yang dilakukan kepada orang tua atau remaja dinyatakan dapat meningkatkan pemahaman tentang stunting dan termasuk ke dalam langkah pencegahan (Rachmah et al., 2022). Pemberian edukasi pada remaja dinilai cukup efektif dilakukan sebagai persiapan memasuki masa prakonsepsi, sehingga dapat menjadi bekal dalam mencegah terjadinya stunting (N.K.Wasarak, 2021).

Remaja di RW 09 Patehan, Kraton, Kota Yogyakarta sebelumnya tidak mengetahui tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah dan mayoritas tidak pernah mengonsumsi tablet tambah darah. Dampak jangka panjang tidak mengonsumsi tablet tambah darah yaitu dapat mengganggu kehamilan, meningkatkan kematian ibu, dan berisiko melahirkan bayi dengan gangguan gizi seperti berat bayi lahir rendah (BBLR) dan stunting (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Sehingga intervensi yang dilakukan pada remaja merupakan langkah yang dapat mengurangi dampak menurunnya derajat kesehatan di masa yang akan datang dan diharapkan dapat memutus siklus terjadinya stunting (Bundy et al., 2017).

Selain melakukan peningkatan pengetahuan dan sikap melalui konsumsi tablet tambah darah, remaja putri juga perlu untuk memiliki pemahaman yang baik dalam mengikuti anjuran pemerintah tentang konsumsi tablet tambah darah (Simbolon et al., 2022). Diketahui bahwa sebesar 42,85% remaja di RW 09 Patehan, Kraton, Kota Yogyakarta belum memahami tentang konsumsi tablet tambah darah menggunakan susu dapat menurunkan penyerapan zat besi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Melisa Dewi et al., (2012) menyatakan bahwa susu mengandung kalsium dan teh mengandung tanin dapat menghambat absorpsi besi

di dalam tubuh. Oleh karena itu konsumsi tablet tambah darah tidak dianjurkan bersamaan dengan susu maupun teh.

Temuan lain yang didapat dari hasil pengabdian ini adalah bahwa remaja RT 09 Patehan, Kraton, Yogyakarta telah memiliki pengetahuan mengenai makanan yang mengandung vitamin C dapat meningkatkan efektivitas penyerapan tablet tambah darah. Meskipun demikian, konsumsi vitamin C untuk dapat meningkatkan penyerapan zat besi yang terdapat dalam tablet tambah darah ketika dikonsumsi bersama-sama dan kurang dari 4 jam. Jika konsumsi lebih dari 4 jam maka tidak akan berpengaruh terhadap penyerapan zat besi (Marina et al., 2015).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian stunting di Indonesia yaitu kondisi kesehatan dan gizi ibu sebelum dan saat kehamilan serta setelah persalinan mempengaruhi pertumbuhan janin dan risiko terjadinya stunting (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Edukasi gizi seimbang melalui program “Isi Piringku” dinilai penting dilakukan pada remaja untuk menerapkan pola makan yang sehat dan mencukupi kebutuhan dari nutrisi harian yang dibutuhkan tubuh untuk mencegah terjadinya stunting (Atasasih, 2022).

Pencegahan stunting perlu dilakukan sedini mungkin khususnya pada kelompok remaja putri. Namun, calon pengantin wanita maupun laki-laki memiliki peran penting dalam pencegahan stunting, karena pendidikan ibu maupun pendidikan ayah, keduanya signifikan berhubungan dengan kejadian stunting pada anak (Nadiyah et al., 2014). Penyebab terjadinya stunting yang multidimensi mengakibatkan penanggulangannya juga perlu dilakukan multisektor, salah satunya dengan mendidik calon pengantin wanita maupun laki-laki mengenai masa 1.000 HPK (Arsyad et al., 2022).

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan ini dapat meningkatkan pemahaman tentang pencegahan stunting pada remaja. Adanya pemahaman mengenai stunting pada remaja putri diharapkan dapat memicu kesadaran remaja tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah dan konsumsi gizi seimbang, sehingga dapat menurunkan kejadian stunting di masa yang akan datang. Masih perlu adanya pemberian edukasi yang massive terkait efektivitas konsumsi tablet tambah darah apabila dikonsumsi dengan susu.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan (LPPM UAD) yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini. Terima kasih juga kami sampaikan kepada Mahasiswa KKN Alternatif 84 Unit IV.C3 Universitas Ahmad Dahlan dan masyarakat RW 09, Patehan, Kraton, Kota Yogyakarta atas kerja sama dan fasilitas yang telah disediakan dalam penyelenggaraan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, J. F., Setiawaty, Y., & Yusnidar, Y. (2022). Pengaruh Pengetahuan Calon Pengantin Sebelum dan Setelah diberikan Pendidikan Gizi 1000 HPK Melalui Media Presentasi dan Booklet. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 282–287. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.742>
- Atasasih, H. (2022). Sosialisasi “Isi Piringku” Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 116–121. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i1.4685>
- Budiastutik, I., & Rahfiludin, M. Z. (2019). Faktor Risiko Stunting pada anak di Negara Berkembang Risk Factors of Child Stunting in Developing Countries. *Amerta Nutrition*, 122–126. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i3.2019.122-129>
- Bundy, D. A. P., de Silva, N., Horton, S., Jamison, D. T., & Patton, G. C. (2017). Realizing Neglected Potential. *Disease Control Priorities, Third Edition (Volume 8): Child and Adolescent Health and Development*, 1–23.
- Kemendes RI. (2020). Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19. *Kemendes Kesehatan RI*, 22. <http://appx.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>
- Kemendes Kesehatan RI. (2018). *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*. Kemendes RI.
- Kemendes Kesehatan RI. (2019). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Kemendes Kesehatan RI. (2021). *Buku Saku : Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021*. <https://doi.org/10.36805/bi.v2i1.301>
- Kemendes Kesehatan RI. (2020). Rencana aksi kegiatan direktorat gizi masyarakat tahun 2020-2025. In *Book*.
- Lembaga Pelaksana Program Pencegahan Anak Kerdil. (2018). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting)*.
- Marina, Indriasari, R., & Jafar, N. (2015). Konsumsi Tanin dan Fitat sebagai Determinan Penyebab Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 10 Makassar. *Jurnal MKML*, 6, 50–58.
- Melisa Dewi, K. L., Ketut Sutiari, N., & Putu Lila Wulandari, L. (2012). Status Anemia Gizi Besi dan Konsumsi Zat Gizi Pada Anak Usia Sekolah. *Indonesian Journal of Public Health*, 35(1), 9772302139009.
- N.K.Wasarak, Y. (2021). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Stunting. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 4(2), 244–248.
- Nadiyah, Briawan, D., & Martianto, D. (2014). *Faktor Risiko Stunting Pada Anak Usia 0 — 23 Bulan Di Provinsi Bali , Jawa Barat , Dan Nusa Tenggara TIMUR*. 9(2), 125–132.
- Noviasty, R., Mega I., Fadillah R., F. (2020). EDUWHAP Remaja Siap Cegah Stunting Dalam Wadah Kumpul Sharing Remaja. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 494–501. <file:///C:/Users/HP/Downloads/Documents/458-1-1543-1-10-20210127.pdf>
- Rachmah, D. N., Zwagery, R. F., Azharah, B., & Azzahra, F. (2022). Psikoedukasi mengenai stunting pada anak dan peran pengasuhan orangtua untuk meningkatkan pengetahuan mengenai stunting. *Altruis: Journal of Community Services*, 3(1), 8–13. <https://doi.org/10.22219/altruis.v3i1.18390>
- Rusilanti, & Riska, N. (2021). Pengaruh Pelatihan Tentang Pemilihan Makanan Sehat Untuk Mencegah Terjadinya Stunting Melalui Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 8(02), 175–185. <https://doi.org/10.21009/jkkp.082.06>
- Simbolon, D., Bringwatty, B., & Ludji, I. D. R. (2022). *Pembinaan Perilaku Remaja Putri dalam Perencanaan Keluarga dan Pencegahan Anemia Melalui Pemberdayaan Peer Group Sebagai Upaya Pencegahan Stunting*. 5(2), 162–175.
- WHO. (2015). *Stunting in Nutshell*. <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>