

## **Pemberdayaan Kader Remaja dan Remaja untuk Cegah *Stunting* dengan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan di Desa Suka Maju Kec. Mestong Kab. Muaro Jambi Tahun 2023**

Ajeng Galuh Wuryandari<sup>1\*</sup>, Nurmisih<sup>2</sup>, Pauline Kusmaryati<sup>3</sup>, Ry Eny Mian Marisi Simanjuntak<sup>4</sup>,  
Julaecha<sup>5</sup>

<sup>1-4</sup>Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Jambi.

Jl. Prof.DR. GA Siwabessy No 42, Buluran Kenali, Kec. Telanai Pura, Kota Jambi, 36122, Jambi, Indonesia

<sup>5</sup>Prodi DIII Kebidanan STIKes Baiturrahim Jambi

Jln, Prof M Yanin SH, No 30, Kelurahan Lebak Bandung, 36135, Jambi, Indonesia

\*Email Korespondensi: [ajenggw@poltekkesjambi.ac.id](mailto:ajenggw@poltekkesjambi.ac.id)

### **Abstract**

*Stunting instances persist in Suka Maju village, and there is a lack of a health disclosure program emphasizing the significance of 1000 HPK nutrition to avoid stunting. Additionally, there is a lack of projects to empower skilled young cadres. Teenagers have a crucial role in preventing stunting by being potential parents and catalysts for change, possessing extensive information about nutrition, and adopting healthy eating habits in their teenage years. This project aims to augment the involvement of young leaders and young individuals in understanding the significance of the initial 1000 days of life, with the aim of mitigating stunting in the hamlet of Suka Maju Kec. Mestong Kab. Muaro Jambi by the year 2023. The activity commenced with a survey of the location and an assessment of the needs of the partner areas, specifically the two villages and the surrounding regions. This was followed by the training of a group of six teenagers and 20 young adults. During the training, participants learned about the importance of using anthropometric methods to measure nutritional status, how to categorize nutritional status, how to properly use anthropometric tools, better health promotion strategies for teens about balanced nutrition, how to keep teens from having nutritional problems, and the role of teen leaders in stopping stunting. The training utilized effective instructional methods and empowered the cadres to plan and execute health promotion initiatives focused on preventing stunting and improving nutrition.*

**Keywords:** *adolescents, empowerment, nutrition, stunting*

### **Abstrak**

Permasalahan di wilayah kerja Puskesmas Pondok Meja masih terdapat kasus stunting termasuk desa Suka Maju dan juga belum adanya program penyuluhan kesehatan tentang pentingnya gizi 1000 HPK untuk mencegah stunting dan belum adanya proyek yang dapat memberikan pemberdayaan kader muda yang terlatih. Remaja berperan penting dalam pencegahan stunting sebagai calon orang tua dan agen perubahan, dengan pengetahuan gizi yang baik dan pola asupan makanan sehat yang dikembangkan sejak remaja. Tujuan Kegiatan ini adalah Meningkatkan peran kader remaja dan remaja tentang 1000 hari pertama kehidupan cegah stunting di Desa Suka Maju Kec. Mestong Kab. Muaro Jambi tahun 2023. Kegiatan ini dimulai dengan survei lokasi dan mengkaji kebutuhan daerah berasa mitra yaitu dua oarang bidan desa dan perangkat desa, dilanjutkan dengan pembinaan kader remaja sebanyak 6 orang dan remaja sebanyak 20 orang yang meliputi pentingnya mengukur status gizi secara antropometri, cara mengategorikan status gizi, cara menggunakan alat antropometri secara benar, peningkatan promosi kesehatan untuk remaja tentang Gizi seimbang, pencegahan masalah gizi pada remaja, dan peran kader remaja dalam pencegahan stunting, dengan menggunakan metode pelatihan dan dilanjutkan dengan

pemberdayaan kader untuk mendata dan melakukan promosi kesehatan mengenai gizi simbang dan dan pencegahan stunting.

**Kata Kunci:** gizi, pemberdayaan, remaja, *stunting*

## PENDAHULUAN

Desa Suka Maju merupakan sebuah desa yang terletak dalam (daerah) kecamatan Mestong, Kabupaten Muaro Jambi, Provinsi Jambi, Indonesia. Luas wilayah 20.00 Km<sup>2</sup>, terbagi dari 4 Dusun yaitu Dusun Kalimantan terdiri dari 4 Rukun Tetangga, Dusun Sido Dadi terdiri dari 4 Rukun Tetangga, Dusun Karang Mulyo terdiri dari 3 Rukun Tetangga, dan Dusun Lengkuas terdiri dari 5 Rukun Tetangga. Jumlah penduduk sebanyak 3415 jiwa, terdiri dari 961 KK dengan rata-rata anggota KK 3 orang, Jumlah penduduk laki-laki 1.811 jiwa dan perempuan 1.604 jiwa.<sup>1</sup>

Desa Suka Maju merupakan bagian dari wilayah kerja Puskesmas Pondok Meja Kabupaten Muaro Jambi, dari data Puskesmas diperoleh informasi masih terdapat kasus stunting Tahun 2019 sebanyak 51 anak dari 1849 anak (2,76%), Tahun 2020 meningkat tajam menjadi 197 anak dari 1589 (12,4) dan pada Tahun 2020 menjadi 167 dari 1589 anak (10,5%). Puskesmas Pondok Meja pada Tahun 2022 baru membentuk 5 kader remaja yang berasal dari lima Desa yaitu Desa Suka Maju, Desa Pondok Meja, Desa Sebapo, Desa Muaro Sebapo dan Desa Nagasari, belum ada program Penyuluhan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang dilaksanakan dan juga belum ada dibentuk Posyandu Remaja<sup>2</sup>. Kader Remaja merupakan bentuk pemberdayaan dan partisipasi masyarakat dalam peningkatan kesehatan baik di sekolah, di rumah maupun di lingkungan masyarakat, sehingga remaja tidak hanya sebagai objek pelayanan kesehatan tapi juga merupakan subjek yang bertugas membantu dalam upaya-upaya peningkatan kesehatan terutama upaya pencegahan penyakit dan promosi kesehatan sehingga membantu remaja dan anak usia sekolah dapat menolong dirinya dan orang lain untuk hidup sehat, kader remaja menjadi promotor dan motivator dalam meningkatkan kesehatan diri sendiri, teman-teman dan lingkungan sekitar serta membantu teman, guru, keluarga dan masyarakat dalam memecahkan permasalahan kesehatan termasuk melakukan rujukan ke pelayanan kesehatan.<sup>3-6</sup>

Periode 1000 hari pertama kehidupan (HPK) memiliki peluang terbaik untuk meningkatkan stunting dibandingkan periode berikutnya. Peningkatan status gizi yang cepat, terjadi pada 2 tahun pertama kehidupan, sebaliknya lambat pada usia lanjut, stunting akan menyebabkan kegagalan pertumbuhan dan perkembangan pada anak-anak karena asupan gizi yang tidak memadai dalam jangka panjang. Anak dengan keterlambatan perkembangan terutama pada 1000 HPK juga dapat mengalami keterlambatan perkembangan pada organ lain, seperti otak, jantung, ginjal, dan organ lainnya.<sup>7-9</sup>

Berdasarkan informasi dari bidan desa Desa Suka Maju, Permasalahan belum adanya program pendidikan kesehatan tentang penting gizi 1000 HPK untuk mencegah Stunting, dan belum adanya program yang memberdayakan kader remaja yang telah dibina. Permasalahan yang ada di desa dapat dibantu dengan adanya pemberdayaan peran kader remaja yang merupakan kelompok potensial yg dekat dengan keluarga, dan merupakan bagian masyarakat yang memiliki potensial dalam pencegahan kejadian stunting. Remaja Sebagai calon orang tua dan agent of change (agen perubahan), remaja memiliki peran yang krusial dalam pencegahan stunting, dengan pengetahuan gizi yang baik dan pola asupan makanan yang sehat yang terbentuk sejak masa remaja.

Desa Suka Maju akan menjadi Desa percontohan dalam pemberdayaan kader remaja dan remaja dalam pencegahan stunting yang menjadi permasalahan kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Pondok Meja Muaro Jambi yang juga menjadi permasalahan kesehatan secara Nasional.

Upaya pemecahan masalah yang diharapkan yaitu peningkatan pengetahuan dan Keterampilan pengukuran status gizi kader kesehatan remaja dengan pemberian materi tentang pentingnya mengukur status gizi secara antropometri, cara mengategorikan status gizi, cara menggunakan alat antropometri secara benar, peningkatan promosi kesehatan untuk remaja tentang Gizi seimbang, pencegahan masalah gizi pada remaja (KEK, Obesitas, dan Anemia), dan Penting nya Gizi 1000 HPK untuk mencegah stunting.

## METODE

Jenis pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan adalah Program Pengembangan Desa Mitra (PPDM) berupa penguatan peran kader remaja dalam pemberdayaan remaja pentiongan pencegahan stunting pada 1000 HPK, yang dilaksanakan di Desa Suka maju pada bulan Maret sampai dengan Oktober 2023. Bekerjasama dengan Kepala Desa dan dua orang Bidan desa yang memfasilitasi tempat kegiatan dan mengkoordinir kader dan remaja.

Tabel 1. Metode Kegiatan<sup>1</sup>

Kegiatan	Metode	Sasaran
<b>Pelaksanaan</b>		
1. Pembinaan kelompok kader:		
a. Pentingnya mengukur status gizi secara antropometri,		
b. Cara mengategorikan status gizi,	Diskusi, Tanya	
c. Cara menggunakan alat antropometri secara benar,	Jawab, Praktik	Kader
d. Peningkatan promosi kesehatan untuk remaja tentang Gizi seimbang,		remaja
e. Pencegahan masalah gizi pada remaja, dan		
f. Peran kader remaja dalam pencegahan stunting.		
2. Mendata remaja oleh kader dan bidan desa		
3. Merencanakan kegiatan promosi kesehatan yang dikoordinir oleh bidan desa		
4. Melaksanakan kegiatan promosi kesehatan oleh kader remaja dengan pendampingan oleh tim pengabdian dan Bidan Desa, dengan materi:		- Kader
a. Gizi seimbang,		remaja
b. Pencegahan masalah gizi pada remaja (KEK, Obesitas, dan Anemia), dan		- Remaja
c. Penting nya Gizi 1000 HPK untuk mencegah stunting		
<b>Evaluasi</b>		
1. Pre Test	Tanya jawab	- Kader
2. Post Test	Mengisi Lembar soal	- Remaja

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pemberdayaan remaja meliputi persiapan, analisis suasana keadaan pendekatan, sampai proses persiapan kegiatan dengan gambaran kegiatannya :

Pada Bulan April 2023, Tim melakukan Koordinasi Awal dengan Pihak Puskesmas Pondok Meja, Kepala Desa, Bidan Desa dan Tokoh masyarakat lainnya, Menyiapkan Surat Menyurat/Administrasi dan melakukan analisis situasi, serta memastikan perwakilan Remaja yang akan diberikan pelatihan. Pada bulan Mei melakukan pendekatan dengan perwakilan Remaja untuk menganalisa kebutuhan remaja terkait pelaksanaan Pemberdayaan Kader Remaja Dan Remaja Untuk Cegah Stunting Dengan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan, serta melakukan sosialisasi kepada perwakilan Remaja bahwa akan diadakan pelatihan kader remaja.

Bulan Juni hingga September dilakukan persiapan teknis acara, mulai dari penyusunan rundown acara, penyusunan materi training, persiapan tempat serta konsumsi peserta, sekaligus pelaksanaan kegiatan pelatihan kader remaja dan remaja untuk cegah *stunting* dengan gizi 1000 hari pertama kehidupan. Pelaksanaan kegiatan ini dibagi menjadi 3 tahap. Tahap Pertama kegiatan berupa Pelatihan dengan pemaparan materi mengenai Kader dan Posyandu Remaja, Pencegahan masalah gizi pada remaja, dan Peran kader remaja dalam pencegahan stunting, Penting nya Gizi 1000 HPK untuk mencegah stunting. Media yang digunakan dalam tahap ini adalah buku saku dan audio visual, materi disusun bersumber dari pedoman dari kemenkes.<sup>5,10-12</sup>

Kegiatan Tahap kedua berupa Pembinaan dengan topik Peningkatan promosi kesehatan untuk remaja tentang Gizi seimbang, Pentingnya mengukur status gizi secara antropometri Peran kader remaja dalam pencegahan stunting, Cara menggunakan alat antropometri secara benar, Praktik Pembuatan Media Promosi Kesehatan, Praktik Pengukuran Antropometri. Praktik dilakukan dengan pendampingan oleh tim dan bidan desa, praktik diawali antar kader dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan pengukuran kepada remaja yang ada di desa Suka Maju. Kegiatan ketiga berupa Pendampingan kader remaja untuk melakukan Praktik Promosi Kesehatan oleh Kader Remaja tentang : Gizi seimbang, Pencegahan masalah gizi pada remaja (KEK, Obesitas, dan Anemia), dan Penting nya Gizi 1000 HPK untuk mencegah stunting. Kegiatan ini bersamaan dengan kegiatan rutin posyandu di desa Suka Maju.



Gambar 1. Pemaparan Materi



Gambar 2. Praktik Pengukuran Status Gizi

Hasil dari kegiatan ini diperoleh adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader, adanya keterlibatan kader remaja untuk melakukan cegah stunting dengan melakukan pengukuran antropometri dan promosi kesehatan terkait penting nya gizi 1000 hari pertama kehidupan. Hasil ini dapat di lihat pada tabel berikut ;

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Dan Keterampilan Kader Dan Remaja Sebelum Dan Setelah Kegiatan

Variabel	f	Sebelum			Setelah		
		Rata-Rata	Minimal	Maksimal	Rata-Rata	Minimal	Maksimal
1. Pengetahuan Kader Remaja	6	4,2	1	9	9,5	7	10
2. Keterampilan Kader Remaja	6	14,3	11	17	18,3	17	20
3. Pengetahuan Remaja	20	4,1	1	9	8,5	7	10

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader dan remaja. Fungsi edukasi dalam kegiatan ini meliputi informasi yang lengkap untuk dapat menambah pengetahuan remaja khususnya tentang gizi yang harus disiapkan dimulai saat adanya perencanaan kehamilan, bagaimana mencegah dan mendeteksi kejadian KEK serta pentingnya untuk peduli terhadap permasalahan stunting, disajikan melalui media leaflet yang berisi tulisan dilengkapi dengan gambar yang jelas, sehingga dapat lebih mudah di mengerti oleh remaja pada saat membacanya. Fungsi tersebut berkaitan dengan tugas kader sebagai penyuluh kesehatan, sehingga kader dapat menggunakan media promosi kesehatan sebagai bahan/sumber dalam penyampaian pesan kesehatan pada saat penyuluhan.<sup>6,8,13,14</sup>

## KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa kegiatan pemberdayaan kader remaja dapat memberikan peningkatan pengetahuan dan kepedulian terkait pencegahan stunting pada remaja. Kegiatan ini memberikan literasi kesehatan baru dan inovatif bagi para remaja. Hasil akhirnya, remaja memiliki pengetahuan mengenai stunting dan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan at sehingga dapat melakukan pencegahan kejadian stunting. Perlu dilakukan *follow up* berkelanjutan dengan menjalin komunikasi dengan pihak Bidan Desa guna mengetahui pengaruh jangka panjangnya setelah dilakukan pelatihan tersebut. Selain itu, perlu mulai dilakukan inisiasi pembentukan posyandu remaja di Puskesmas Pondok Meja untuk memonitor kondisi kesehatan remaja setempat. Untuk keberlanjutan program, direkomendasikan adanya upaya pendampingan oleh Puskesmas Pondok Meja terhadap pelaksanaan program pemberdayaan kader remaja dalam menyebarkan ilmunya di masyarakat sekitar tempat tinggal mereka..

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih Diucapkan kepada Poltekkes Kemenkes Jambi sebagai sponsor utama dalam kegiatan ini, begitu juga dengan Kepala Desa, Tokoh masyarakat, Bidan dan kader remaja Desa Suka Maju diucapkan terimakasih atas kerjasamanya dan fasilitasi yang telah mendukung berjalannya kegiatan ini.

---

## DAFTAR PUSTAKA

1. Badan Pusat Statistik Kabupaten Muaro Jambi. *Kecamatan Mestong Dalam Angka : 2018*. (2018).
2. Puskesmas Pondok Meja. *Laporan Puskesmas Pondok Meja Tahun 2021*. (2022).
3. Simbolon, D., Batbual, B. & Ratu Ludji, I. D. Pembinaan Perilaku Remaja Putri Dalam Perencanaan Keluarga Dan Pencegahan Anemia Melalui Pemberdayaan Peer Group Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Media Karya Kesehat*. **5**, 162–175 (2022).
4. Kementerian Kesehatan RI. *Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Posyandu Remaja*. (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, 2018).
5. Kemenkes RI. *Buku Kie Kader Kesehatan Remaja*. *Kie Kader Kesehatan Remaja* (2018).
6. Ngaisyah, R. D. & Wahyuningsih, S. Retraining dan Pendampingan Kader Posyandu Remaja dalam Melakukan Monitoring Status Gizi di Desa Cokrobedog. *J. Pengabd. Dharma Bakti* **1**, 5–9 (2018).
7. Kementerian Kesehatan RI. Cegah Stunting, itu Penting. *Pus. Data dan Informasi, Menteri. Kesehat. RI* 1–27 (2018).
8. Millati, N. A. *et al. Cegah Stunting Sebelum Genting : Peran Remaja dalam Pencegahan Stunting*. (Kepustakaan Populer Gramedia, 2021).
9. Isnaeni, E. & Rahmawati, E. Moringa Nastar Increase Prolaktin As Support Of 1000 HPK Action With UNICEF Concept Approach. *J. Nurs. Pract*. **3**, 109–113 (2019).
10. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. *Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Posyandu Remaja*. (Kementerian Kesehatan RI, 2018).
11. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Kurikulum dan Modul : Pelatihan kader Posyandu. in *Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu* vol. 17 158–166 (Sekretaris Jenderal Kementerian kesehatan RI, 2011).
12. Kementerian Kesehatan RI. *Buku Kie Kader Kesehatan Remaja*. (Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2018).
13. Sundari, S. & Khotibuddin, M. Pemberdayaan Remaja Bodeh Sebagai Kader Reproduksi Sehat. *Pros. Semin. Nas. Progr. Pengabd. Masy*. 212–217 (2021) doi:10.18196/ppm.32.186.
14. Nurasiah, A. Pelatihan Dan Pendampingan Kader Sebagai Upaya Optimalisasi Posyandu Remaja Di Desa Bayuning Kecamatan Kadugede Kabupaten .... *IAKMI J. Kesehat. Masy. Indones*. **1**, 75–80 (2020).