
Penguatan Literasi Stunting pada Remaja sebagai Upaya Penurunan Prevalensi *Stunting* di Posyandu Remaja Paal Merah II Kota Jambi

Arnati Wulansari^{1*}, Nelda Nur Lathifah²

¹Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi
Jalan Letjen Soeprapto, Telanaipura, 36122, Jambi, Indonesia

²Program Studi S1 Ilmu Gizi, Universitas Baiturrahim
Jalan Prof. M.Yamin SH No 30, Lebak Bandung, 36135, Jambi, Indonesia

*Email Korespondensi: arnatiwulansari@rocketmail.com

Abstract

Lack of knowledge among teenagers in the working area of the Paal Merah II Health Center, Jambi City is one of the causes of the stunting problem. The stunting program implemented also involves targeting teenagers as an important period in preparation for giving birth to the nation's next generation. One way to overcome this problem is to strengthen literacy regarding stunting. This activity was a discussion and education activity for teenagers at the stunting locus health center, namely the Paal Merah II health center. The aim of this community service activity is to provide knowledge about the important role of teenagers in preventing and overcoming stunting. This activity was carried out face-to-face and was attended by 17 female students at the Paal Merah II Health Center Posyandu Remaja Jambi City in October 2022-February 2023. The method of implementing the activity was carried out by discussion by forming an activity with the name Discussion and Sharing, abbreviated as "DARING REMAJA". The results of this community service show that 50% of the audience had knowledge in the poor category during the pre-test. The post test results showed an increase in knowledge scores of 20 points. As many as 75% of the audience answered all questions correctly. It can be concluded that after carrying out this activity, teenagers can understand stunting and are willing to participate in the stunting reduction program in Jambi City.

Keywords: *daring remaja, literacy, stunting*

Abstrak

Kurangnya pengetahuan remaja di wilayah kerja Puskesmas Paal Merah II Kota Jambi menjadi salah satu penyebab terjadinya masalah stunting. Adanya program stunting yang diterapkan juga melibatkan sasaran remaja sebagai masa penting dalam persiapan untuk melahirkan generasi penerus bangsa. Salah satu cara untuk mengatasi masalah tersebut adalah melakukan penguatan literasi mengenai stunting. Kegiatan ini merupakan kegiatan diskusi dan edukasi kepada remaja di Puskesmas lokus stunting yaitu puskesmas Paal Merah II. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan pengetahuan mengenai pentingnya peran remaja dalam pencegahan dan penanggulangan stunting. Kegiatan ini dilakukan secara tatap muka yang diikuti oleh 16 orang siswi di Posyandu Remaja Puskesmas Paal Merah II Kota Jambi pada bulan Oktober 2022-Februari 2023. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan diskusi dengan membentuk Kegiatan dengan nama Diskusi dan Sharing disingkat "DARING REMAJA". Hasil pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa 50% audiens memiliki pengetahuan pada kategori kurang pada saat pre test. Hasil post test menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan sebesar 20 poin. Sebanyak 75% audiens menjawab benar seluruh pertanyaan. Dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan kegiatan ini, remaja dapat memahami mengenai stunting serta bersedia untuk turut serta dalam program penurunan stunting di Kota Jambi.

Kata Kunci: daring remaja, literasi, *stunting*

PENDAHULUAN

Periode 1000 hari pertama kehidupan sangat menentukan keadaan gizi seseorang. Salah satu masalah gizi yang saat ini menjadi program prioritas nasional adalah Stunting. Kondisi stunting didefinisikan sebagai kondisi gagal tumbuh pada usia dibawah lima tahun akibat kekurangan gizi secara kronis dan infeksi berulang pada periode 1000 hari pertama kehidupan (HPK)¹. Intervensi yang dilakukan untuk pencegahan stunting tidak hanya dilakukan pada ibu hamil. Saat ini remaja menjadi salah satu target program stunting. Pemerintah saat ini telah mengembangkan program 8000 hari pertama kehidupan dengan tujuan untuk mempersiapkan generasi sehat dan berkualitas. Hal ini merupakan langkah baru yang dilakukan pemerintah untuk mencegah dan mengatasi stunting dalam jangka panjang. Konsep 8000 HPK dimulai dari kandungan, lahir, remaja, dan usia reproduksi. Ketika bayi telah lahir dalam keadaan sehat dan tumbuh dengan baik kemudian didukung oleh pendidikan yang berkualitas, maka akan menjadi generasi penerus yang unggul dalam membentuk sumber daya manusia yang unggul menuju Indonesia maju 2045².

Perkembangan prevalensi stunting dari tahun 2013 hingga 2022 mengalami penurunan hingga 21,6%. Penurunan prevalensi data stunting secara nasional pada survei nasional tahun 2021-2022 penurunan yang terjadi sebesar 2,8%. Namun angka ini masih menjadi ukuran dan dasar program nasional stunting. Hal ini dikarenakan data tersebut masih dikategorikan tinggi menurut WHO³. Masalah stunting terjadi dalam perjalanan waktu yang tidak singkat, banyak faktor yang berkontribusi atas kejadian stunting. Salah satu faktor penyebabnya ialah kurang pengetahuan tentang kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan. Faktor pada ibu yang mempengaruhi adalah postur tubuh ibu (pendek), jarak kehamilan yang terlalu dekat, ibu yang masih remaja, serta asupan gizi yang kurang pada saat kehamilan⁴. Pengaruh langsung dan tidak langsung yang paling dominan terhadap kejadian stunting adalah pengetahuan gizi ibu sebesar 0,31 atau sebesar 9,61%. Faktor pengetahuan dapat menjadi salah satu pendekatan yang dapat dilakukan untuk mendukung pencegahan stunting⁵. Faktor asupan gizi menunjukkan bahwa 32% remaja putri di Indonesia pada tahun 2017 berisiko kekurangan energi kronik (KEK). Sekitar 15 provinsi memiliki persentase di atas rata-rata nasional. Jika gizi remaja putri tidak diperbaiki, maka di masa yang akan datang akan semakin banyak calon ibu hamil yang memiliki postur tubuh pendek dan/atau kekurangan energi kronik. Hal ini akan berdampak pada meningkatnya prevalensi stunting di Indonesia⁶. Upaya percepatan pencegahan stunting akan lebih efektif apabila intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitif dilakukan secara konvergen⁴.

Pendekatan edukasi dengan penyuluhan kesehatan merupakan salah satu cara terbaik untuk memberikan informasi berupa pengetahuan pada remaja putri. Penyuluhan ini adalah salah satu bentuk upaya kesehatan untuk menggerakkan masyarakat agar bekerjasama mengatasi masalah dan menitikberatkan sumber daya, keterampilan dan strategi yang ada untuk mengatasi permasalahan. Pernyataan diatas melatarbelakangi perlunya penyuluhan gizi untuk meningkatkan pengetahuan atau wawasan pada remaja putri tentang stunting dan memotivasi remaja untuk mencegah kejadian stunting. Meskipun seseorang tersebut memiliki pendidikan yang rendah, tapi jika mendapatkan informasi yang baik dari media massa seperti televisi, radio, atau surat kabar maka hal itu akan meningkatkan pengetahuan seseorang. Remaja perlu mendapatkan pengetahuan mengenai stunting misalnya melalui pendidikan kesehatan di sekolah, media massa, atau melalui konseling di fasilitas kesehatan^{7,5,8}.

Puskesmas Paal Merah II Kota Jambi terletak di kelurahan Lingkar Selatan Kecamatan Jambi Selatan dan memiliki wilayah kerja 5187 Ha. Menurut data dari Dinas Kesehatan Kota Jambi, Puskesmas Paal Merah memiliki jumlah balita stunting tertinggi (25,6%) tahun 2021⁹. Studi awal yang dilakukan menyatakan bahwa 6 dari 10 remaja, memiliki pengetahuan yang kurang terkait stunting dan 6 dari 10 memiliki indeks TB/U tergolong pendek (<-2 SD). Adanya posyandu remaja yang cukup aktif menjadi wadah untuk dapat melakukan pendidikan gizi diberikan pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Paal Merah II. Adanya penyuluhan tentang Pentingnya Pengetahuan Mengenai stunting Pada Remaja di Kota Jambi ini akan membantu remaja untuk mencegah masalah gizi seperti stunting agar tumbuh menjadi generasi yang sehat dan berprestasi.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Posyandu Remaja Puskesmas Paal Merah II Kota Jambi. kegiatan ini meliputi kegiatan diskusi dan sharing kepada remaja terkait stunting sehingga nama kegiatan ini adalah Daring Remaja. Daring Remaja dimulai dengan diskusi, penyampaian pengalaman, dan pemberian contoh penerapan gizi seimbang. Peserta pada kegiatan ini adalah remaja yang aktif mengikuti posyandu remaja sebanyak 17 orang. Berikut ini rincian kegiatan Daring Remaja :

Tabel 1 Metode Pelaksanaan Kegiatan Daring Remaja

Tahapan	Materi	Sasaran
Persiapan		
Pertemuan dengan kepala puskesmas dan Ahli Gizi	1) Persamaan persepsi terkait tujuan dan bentuk kegiatan yang akan dilakukan 2) Identifikasi masalah mitra 3) Obeservasi dan wawancara remaja 4) Bersama tim dan mitra melaksanakan kegiatan	Kepala PKM dan ahli gizi
Pelaksanaan kegiatan	Pre- test	Remaja
	Diskusi dan sharing terkait masalah dan konsep stunting	
	Post test	
Edukasi	Pre test	
	Penyampaian materi terkait stunting	Remaja
	Posttest	
Edukasi	Pre test	Remaja
	Penyampaian materi terkait gizi seimbang pencegah stunting	
	Post test	
Evaluasi	Monev terkait persiapan hingga pelaksanaan kegiatan dan dilanjutkan dengan pemahaman remaja terkait stunting dan pencegahannya	Remaja dan ahli gizi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Puskesmas Paal Merah II merupakan salah satu puskesmas yang berada di Kelurahan Lingkar Selatan Kecamatan Jambi Selatan. Puskesmas Paal Merah II memiliki visi yaitu Terwujudnya Pelayanan Puskesmas yang Prima dan Misi memberikan pelayanan kesehatan yang merata dan professional dalam mendorong kemandirian masyarakat untuk menciptakan budaya dan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kemandirian bidang kesehatan. Puskesmas Paal Merah II memiliki Posyandu Remaja yang aktif. Kegiatan dilakukan sebanyak 1 kali dalam 1 bulan. Posyandu Remaja dilakukan pada sebuah ruangan di sekitar wilayah Puskesmas Paal Merah II yang merupakan tempat dilakukannya posyandu balita. Kegiatan yang dilakukan adalah skrining gizi dan edukasi gizi.

Posyandu remaja ini selama pandemi covid jarang melakukan kegiatan, sehingga kurang aktif. Hal ini dilakukan untuk menerapkan kebijakan pemerintah untuk tidak melakukan kegiatan diluar dan berkumpul. Pada tahun 2022, petugas gizi dan kesehatan Puskesmas Paal Merah II menginisiasi bahwa kegiatan remaja harus dilakukan. Namun anggota aktif jarang mengikuti kegiatan ini saat dilaksanakan. Untuk dapat menjangkau anggota posyandu aktif, maka kegiatan posyandu remaja sering dilakukan di sekolah. Hal ini juga dilakukan agar peserta kegiatan lebih banyak dan lebih luas jaringannya.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan saat awal masuk sekolah dan dilakukan di SMK Al-Irsyad Jambi sebagai tempat pelaksanaan Posyandu remaja. SMK Al-Irsyad merupakan sekolah yang berada di sekitar wilayah Puskesmas Paal Merah II dan mudah dijangkau. Target pada kegiatan ini adalah usia 15-17 tahun berjumlah 20 orang. Namun yang datang hanya 16 orang siswi yang aktif datang dan mengikuti sampai kegiatan pengabdian kepada masyarakat selesai dilaksanakan. Kegiatan ini melibatkan dua tim dosen dan 5 orang mahasiswa program studi S1 Ilmu Gizi. Beberapa kegiatan yang dilakukan adalah sharing session dan edukasi gizi. Sebelum penyampaian materi responden diminta untuk mengisi absensi dan mengisi lembar pre-test. kemudian dilakukan jajak pendapat berupa diskusi dan sharing pemahaman remaja terkait stunting. Kemudian dilakukan kegiatan penyampaian materi menggunakan media Power Point (PPT) dan video animasi sehingga responden dapat melihat secara langsung dan mendengarkan penyampaian materi edukasi dengan seksama melalui layar infokus.

Audiens sangat aktif tidak hanya banyak bertanya namun juga merespon saat materi penyuluhan disampaikan dan terjadi interaksi antar pemateri dengan responden yang menjadi sasaran. Pemateri pun siap menjawab pertanyaan responden ketika bertanya. Antusiasme audiens cukup bagus dengan memberikan pertanyaan dan pengalaman menarik terkait mitos-mitos yang menurut mereka benar. Namun setelah memahami paparan materi yang diberikan, maka terlihat pemahaman mereka terkait dengan pentingnya pencegahan dan penanggulangan stunting pada masa remaja ini. Dengan demikian melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat meningkatkan wawasan audiens akan pentingnya pencegahan stunting dengan mengubah pola makan menjadi gizi seimbang. Selanjutnya, responden diminta untuk mengisi lembar post-test untuk mengukur pemahaman tentang materi yang diberikan pada lembar yang diberikan. *Pre-test* dan *post-test* adalah metode yang digunakan untuk mengukur pengetahuan responden sebelum dan setelah dilakukannya edukasi.

Rata-rata skor pada pretest adalah 70 poin dan meningkat sebanyak 23,75 poin pada posttest. Hal ini menunjukkan bahwa kategori pengetahuan sebelum dilakukan

kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan skor pengetahuan yang kurang sebanyak 50%. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi dan wadah untuk berbagi pengalaman dapat meningkatkan pengetahuan audiens. Hasil ini dibuktikan dengan sebanyak 75% audiens dapat menjawab dengan benar semua pertanyaan.

Tabel 1. Kategori hasil pre dan post test (kognitif)

No.	Kategori	Pre-test		Post-test	
		n	%	n	%
1.	Kurang	8	50%	1	2,2%
2.	Baik	8	50%	15	97,8%
Jumlah		16	100	16	100

Pertanyaan mengenai dampak jangka pendek terkait stunting masih banyak yang menjawab salah. Pertanyaan terkait penyebab stunting sudah 100% dijawab dengan benar. Saat post-test, terjadi peningkatan yang signifikan pada pertanyaan terkait dampak stunting menjadi 68,8% yang menjawab benar. Responden dalam penyuluhan ini adalah remaja berusia 15 – 17 tahun yang sudah cukup mendapatkan pengetahuan. Namun, informasi juga memberi pengaruh terhadap pengetahuan seseorang. Meskipun orang tersebut memiliki pendidikan rendah, tapi jika mendapatkan informasi yang baik dari media massa seperti televisi, radio, surat kabar, ataupun media sosial maka hal itu akan meningkatkan pengetahuan seseorang. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan ini sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang *stunting*, terlihat jelas adanya perbedaan yang signifikan antara hasil *pre-test* dan *post-test*.

Pengetahuan yang dimiliki remaja untuk dapat menunjang kesehatan dan gizi hendaknya berkaitan dengan peningkatan kapasitas pada pemberian materi terkait dengan status gizi dan pola konsumsi¹⁰. Beberapa hasil penelitian yang mendukung pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku mengatakan bahwa pendidikan kesehatan sangat berpengaruh terhadap pengetahuan dan praktik. Oleh karena itu edukasi sangat penting diberikan kepada remaja¹¹. Penelitian lain menjelaskan bahwa ada pengaruh Edukasi berpengaruh terhadap pengetahuan dan upaya pencegahan stunting.¹² dengan meningkatnya pengetahuan mengenai stunting, faktor penyebab dan upaya pencegahannya diharapkan dapat menurunkan prevalensi stunting di Kota Jambi khususnya. Berdasarkan hasil tersebut diharapkan upaya preventif di masyarakat dapat dilakukan dengan optimal dan berkesinambungan.



Gambar 1. Pemaparan materi



Gambar 2. Diskusi dan Sharing

KESIMPULAN

Setelah dilakukan kegiatan pendidikan gizi di Posyandu Remaja Puskesmas Paal Merah II Kota Jambi mengenai *stunting* pada remaja yang di ikuti oleh 16 orang peserta menunjukkan bahwa 50% audiens memiliki pengetahuan pada kategori kurang pada saat pre test. Hasil post test menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan sebesar 20 poin. Sebanyak 75% audiens menjawab benar seluruh pertanyaan. Pada sesi diskusi terlihat antusias peserta begitu besar untuk memberikan pertanyaan, menyampaikan pendapat dan pengalamannya. Puskesmas Paal Merah II diharapkan untuk terus memantau dan menangani permasalahan gizi khususnya kasus *Stunting* khususnya bagi remaja wilayah kerja Puskesmas Paal Merah II. Bagi siswi diharapkan dapat memperbaiki pola makan dan kebiasaan makan serta dapat menjaga pola hidup sehat agar dapat mencegah terjadinya *stunting*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Baiturrahim yang telah memberikan dukungan dan memfasilitasi hingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bisa berjalan lancar. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Kepala Puskesmas Paal Merah II beserta ahli gizi dan audience pada posyandu remaja Puskesmas Paal II Kota Jambi yang telah memberikan izin dan memberikan kontribusinya untuk kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Siswanti, D. N., Sari, N. F., Ilham, N. F. & Nurwahidah, A. A. T. Pencegahan Stunting Melalui Psikoedukasi Kepada Remaja. *J. Has. Pengabd. Masy.* **2**, 64–67 (2022).
2. Renyoet, B. S., Dary, D. & Nugroho, C. V. R. Literatur Review: Intervensi Pada Remaja Perempuan 8000 Hari Pertama Kehidupan (Hpk) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Generasi Di Masa Depan: Literature Review: Intervention On Adolescent Girls In 8000 First Days Of Life (Hpk) As Stunting Prevention. *Amerta Nutr.* **7**, 295–306 (2023).
3. Kemenkes. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (Ssgi) 2022. 1–7 (2023).
4. Satriawan, E. Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018-2024 (National Strategy For Accelerating Stunting Prevention 2018-2024). *Tim Nas. Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. Sekr. Wakil Pres. Republik Indones.* 1–32 (2018).
5. Halisah, R. N. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Stunting Anak Pada Ibu Usia Remaja: Literature Review. (2021).
6. Nurhayati, N. & Wahyuni, R. Penggunaan Model Discovery Learning Berbasis Media Interaktif Terhadap Kemampuan Berpikir Kreatif Siswa Dalam Belajar Matematika. *J. Ilm. Pendidik. Mat. Al Qalasadi* **4**, 31–36 (2020).
7. Roring, N. M., Posangi, J. & Manampiring, A. E. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, Dan Intensitas Olahraga Dengan Status Gizi. *J. Biomedik Jbm* **12**, 110–116 (2020).
8. Rahmawati, A'immatul Fauziyah, Ikeu Tanziha, Hardinsyah & Dodik Briawan. Prevalensi Dan Faktor Risiko Kejadian Stunting Remaja Akhir. *Wind. Heal. J. Kesehat.* **1**, 90–96 (2018).
9. Jambi, Dinas Kesehatan Kota. *Laporan Data Stunting*. (Dinas Kesehatan Kota Jambi, 2022).

10. Lestari, C. I. *Et Al.* Gerakan Cegah Stunting Sejak Dini (Gencat Seni) Guna Menurunkan Angka Stunting. *Selaparang J. Pengabd. Masy. Berkemajuan* **7**, 2049 (2023).
11. Baroroh, I. Peningkatan Pengetahuan Tentang Pemenuhan Gizi Remaja Dan Edukasi Pencegahan Stunting. *J. Abdimas-Hip Pengabd. Kpd. Masy.* **3**, 60–64 (2022).
12. Waliulu, S. H. Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Upaya Pencegahan Stunting Anak Usia Balita. *J. Penelit. Kesehat. Suara Forikes* **9**, 269–272 (2018).