
Pemberdayaan Kader Remaja untuk Persiapan Kehamilan Sehat Pranikah di Desa Suka Maju Kec. Mestong Kab. Muaro Jambi

Ajeng Galuh Wuryandari^{1*}, Ry Eny Mian Marisi Simanjuntak²

¹⁻²Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Jambi

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

*Email Korespondensi: ajenggw@poltekkesjambi.ac.id

Abstract

Promoting premarital reproductive health is one way to help teens and prospective brides become better informed and capable of preparing for a safe pregnancy, which will help lower the number of stunts. The significance of pre-conception nutrition and the necessity for nutrition education and health promotion to enhance understanding and promote good habits in preparation for pregnancy. The objective of this project is to strengthen the involvement of young individuals in the community of Suka Maju Kec. Mestong Kab. Muaro Jambi in 2024, specifically in terms of preparation for a safe pregnancy and marriage. The activity commenced with a comprehensive assessment of the site and an analysis of the requirements of the partner regions, specifically two rural communities and a local facility. This was followed by a training session for 20 young females, which encompassed the significance of measuring nutritional status through anthropometric means, the proper classification of nutrient levels, the accurate utilization of anthropometric tools, enhanced health promotion strategies for adolescents regarding balanced nutrition, preventative measures against nutritional issues in adolescents, and the role of adolescent leaders in mitigating stunting.

Keywords: *adolescents, empowerment, nutrition, stunting*

Abstrak

Permasalahan di wilayah kerja Puskesmas Pondok Meja masih terdapat kasus stunting termasuk desa Suka Maju Sebagai upaya menurunkan angka stunting, perlu dilakukan peningkatan pengetahuan dan kapasitas pada remaja dan calon pengantin agar dapat mempersiapkan kehamilan yang sehat, salah satunya dengan memberikan promosi kesehatan reproduksi pranikah. Tingginya permasalahan ibu pada masa kehamilan menunjukkan pentingnya gizi prakonsepsi dan perlunya pendidikan gizi dan promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku sehat dalam mempersiapkan kehamilan. Kecukupan gizi pada masa prakonsepsi diketahui dapat menentukan keluaran kelahiran anak dan tumbuh kembang anak serta menunjang fungsi organ reproduksi agar dapat berperan secara optimal. Tujuan Kegiatan ini adalah Meningkatkan peran kader remaja dan remaja tentang Persiapan Kehamilan Sehat Pranikah di Desa Suka Maju Kec. Mestong Kab. Muaro Jambi tahun 2024. Kegiatan ini dimulai dengan survei lokasi dan mengkaji kebutuhan daerah berasa mitra yaitu dua oarang bidan desa dan perangkat desa, dilanjutkan dengan pembinaan remaja putri 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*.

Kata Kunci: *gizi, pemberdayaan, stunting*

PENDAHULUAN

Desa Suka Maju di Indonesia berpenduduk 3.415 jiwa dengan peningkatan kasus stunting pada anak yang masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang dihadapi. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini mendukung visi Kementerian Kesehatan RI yaitu mewujudkan masyarakat yang sehat, produktif, mandiri, dan berkeadilan, dengan *outcome* RPJM bidang kesehatan yang pertama yaitu meningkatkan kesehatan ibu, anak, keluarga berencana dan kesehatan reproduksi melalui transformasi layanan primer yaitu melalui edukasi penduduk dan meningkatkan pemberdayaan peran kader untuk pencegahan sekunder dan skreening stunting.

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.⁽¹⁻⁴⁾

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.⁽⁵⁻⁷⁾

Kecukupan gizi pada masa prakonsepsi diketahui menentukan output kelahiran anak dan pertumbuhan anak serta menunjang fungsi alat reproduksi agar dapat berperan optimal. Sayangnya banyak pasangan yang belum mengetahui pentingnya pengaturan gizi prakonsepsi yang harus diterapkan sebelum ibu hamil. Tingginya permasalahan ibu selama masa kehamilan menunjukkan pentingnya gizi prakonsepsi dan dibutuhkan pendidikan gizi dan promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku sehat dalam mempersiapkan kehamilan. Sebagai salah satu upaya menurunkan angka stunting, maka dibutuhkan peningkatan pengetahuan dan kapasitas pada remaja dan calon pengantin agar dapat mempersiapkan kehamilan yang sehat, salah satunya adalah dengan memberikan promosi kesehatan reproduksi pra nikah.⁽⁸⁻¹⁰⁾

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. Pada Tahun 2023 telah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat pembinaan kader remaja mengenai 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. Pada tahun 2024 direncanakan kegiatan Pengabdian Masyarakat dilanjutkan dengan Pemberdayaan Kader Remaja Untuk Persiapan Kehamilan Sehat Pranikah

METODE

Jenis pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan adalah Program Pengembangan Desa Mitra (PPDM) berupa penguatan Pemberdayaan Kader Remaja Untuk Persiapan Kehamilan Sehat Pranikah. Pada kegiatan ini Metode yang digunakan adalah pemberian dengan materi ; 1. Persiapan Pranikah; 2.Perencanaan Kehamilan Sehat; 3.Cegah Stunting dengan Gizi pranikah dan juga Praktik menentukan satatus gizi. Media yang digunakan adalah buku saku, diagram lingkaran BMI, dan Diagram Lingkaran Gizi remaja

Tabel 1. Metode Kegiatan

Kegiatan	Metode	Sasaran
Perencanaan		
1. Survey Lokasi		- Kepala desa
2. Meminta Izin Kepada		- Pimpinan
3. Kepala Desa, Pimpinan	- Penjajajakan	Puskesmas
4. Puskesmas dan Bidan Desa	- Survey lokasi	- Bidan Desa
5. Mencari Data Pendukung		- Ketua Karang
6. Mempersiapkan tempat untuk pelaksanaan kegiatan		Taruna
7. Menyusun Proposal		Pengabdi
8. Mempersiapkan materi		
Pelaksanaan		
1. Pemberian Materi		
a. Persiapan Pranikah,	Diskusi, Tanya Jawab, Praktik	Kader remaja
b. Perencanaan Kehamilan Sehat, dan		
c. Cegah Stunting dengan Gizi pranikah		
2. Praktik Skrining Satus Gizi		
Evaluasi		
1. Pre Test	- Tanya jawab	- Kader
2. Post Test	-Mengisi Lembar soal	- Remaja
Menyusun Laporan		- Pengabdi
Penyampaian Hasil	- Presentasi	- Pengabdi

HASIL DAN PEMBAHASAN

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

Pada Bulan April 2024, Tim melakukan Koordinasi Awal dengan Pihak Puskesmas Pondok Meja, Kepala Desa, Bidan Desa dan Tokoh masyarakat lainnya, Menyiapkan Surat Menyurat/Admnistrasi dan melakukan analisis situasi, serta memastikan sasaran kegiatan.

Pada bulan Mei melakukan pendekatan dengan perwakilan Remaja untuk menganalisa kebutuhan remaja terkait pelaksanaan Pemberdayaan remaja untuk persiapan kehamilan sehat pranikah.

Bulan Juni hingga September dilakukan persiapan teknis acara, mulai dari penyusunan rundown acara, penyusunan materi training, persiapan tempat serta konsumsi peserta, sekaligus pelaksanaan kegiatan Pemberdayaan kader remaja untuk persiapan kehamilan sehat pranikah. Pelaksanaan kegiatan ini dibagi menjadi 2 tahap.

Tahap Pertama kegiatan berupa Pelatihan dengan pemaparan materi Persiapan Pranikah, Perencanaan Kehamilan Sehat, dan Cegah Stunting dengan Gizi pranikah. Media yang digunakan dalam tahap ini adalah buku saku dan audio visual, materi disusun bersumber dari pedoman dari kemenkes.^(1,3,4,11-13)

Kegiatan Tahap kedua berupa Praktik skrining status gizi dengan mengukur antropometri, 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.



Gambar 1. Pemaparan Materi



Gambar 2. Praktik Pengukuran Status Gizi

Hasil dari kegiatan ini diperoleh adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan remaja untuk melakukan Cegah Stunting Dengan melakukan pengukuran antropometri dan promosi kesehatan terkait persiapan kehamilan sehat pranikah. Hasil ini dapat di lihat pada tabel berikut ;

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

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

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan 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 buku saku yang berisi tulisan dilengkapi dengan gambar yang jelas, sehingga dapat lebih mudah di mengerti oleh remaja pada saat membacanya..^(2,6,14,15)



Gambar 1. Media Promosi yang di gunakan

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa pemberdayaan kader remaja untuk persiapan kehamilan sehat pranikah 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 persiapan kehamilan sehat sehingga dapat melakukan perencanaan kehamilan pranikah yang sehat sehingga kejadian stunting dapat dicegah. 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 TERIMAKASIH

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 berjalan nya kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. Buku KIE Kader Kesehatan Remaja. Rohaeti LS, Christanti S, Marthatilova F, Zulaidah HS, editors. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat; 2018.
2. Sundari S, Khotibuddin M. Pemberdayaan Remaja Bodeh Sebagai Kader Reproduksi Sehat. Pros Seminars Nasional Progam Pengabdian Masyarakat. 2021;212-7.
3. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Posyandu Remaja. Khumaidah S, editor. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2018.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Kurikulum dan Modul : Pelatihan kader Posyandu. In: Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu. Jakarta: Sekretaris Jenderal

- Kemntrian kesehatan RI; 2011. p. 158–66.
5. Kementerian Kesehatan RI. Cegah Stunting, itu Penting. Pusat Data dan Informasi, Kementerian Kesehatan RI [Internet]. 2018;1–27. Available from: <https://www.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/Buletin-Stunting-2018.pdf>
6. Millati NA, Kirana TS, Ramadhani DA, Alveria M, Oktaviana H, Situmorang BK. Cegah Stunting Sebelum Genting : Peran Remaja dalam Pencegahan Stunting. Dharmawan A, editor. Jakarta: Kepustakaan Populer Gramedia; 2021. 303 p.
7. Isnaeni E, Rahmawati E. Moringa Nastar Increase Prolaktin As Support Of 1000 HPK Action With UNICEF Consept Approach. *J Nurs Pract.* 2019;3(1):109–13.
8. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Standar Nasional Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR). 2014. 1 p.
9. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Standar Nasional Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Jakarta; 2013 p. 1–58.
10. Kementerian Kesehatan RI. Modul Pelatihan PKPR Bagi Konselor Sebaya. In: Kirana R, Damajant M, Juwitasari M, Sari YR, editors. Modul Pelatihan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja. Jakarta: Direktorat jenderal Kesehatan Anak; 2007.
11. Kemenkes RI. Buku Kie Kader Kesehatan Remaja. Kie Kader Kesehatan Remaja. 2018. 1–255 p.
12. Junengsih, Ichwan EY, Astri H. Persiapan Calon Ibu Sehat Pada Remaja Putri Melalui Revitalisasi Bina Keluarga Remaja (Bkr) Di Kelurahan Baru Jakarta Timur. In: Prosiding Diseminasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat 2021. Jakarta: Poltekkes Kemenkes Jakarta III; 2021. p. 225–32.
13. Azinar M, Nisa AA. Kelas Remaja (Persiapan Pranikah) Upaya Pembentukan Generasi Berencana. In: Seminar Nasional LPTK CUP XX Tahun 2021. Jakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia; 2021. p. 48–52.
14. Nurasih A. Pelatihan Dan Pendampingan Kader Sebagai Upaya Optimalisasi Posyandu Remaja Di Desa Bayuning Kecamatan Kadugede Kabupaten *IJKMI J Kesehat Masy Indones* [Internet]. 2020;1(2):75–80. Available from: <http://jurnal.iakmi.id/index.php/IJKMI/article/view/111>
15. Ngaisyah RD, Wahyuningsih S. Retraining dan Pendampingan Kader Posyandu Remaja dalam Melakukan Monitoring Status Gizi di Desa Cokrobedog. *J Pengabd Dharma Bakti* [Internet]. 2018;1(1):5–9. Available from: <http://dharmabakti.respati.ac.id/index.php/dharmabakti/article/view/4>