



"Tema 8: Pengabdian kepada Masyarakat"

PEMBERDAYAAN REMAJA DALAM PENCEGAHAN STUNTING

Erna Kusuma Wati, SKM.,M.Si¹, Setiyowati Rahardjo SKM.,MKM², dan Colti Sistiarani, SKM.,M.Kes³

¹Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia

²Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia

³Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat di Indonesia, dimana stunting adalah kondisi yang ditandai dengan kurangnya tinggi badan anak apabila dibandingkan dengan anak-anak seusianya. Remaja merupakan calon orang tua dan *agent of change* (agen perubahan), remaja memiliki peran yang krusial dalam pencegahan stunting. Desa Datar merupakan salah satu lokus stunting dan sudah ada intervensi spesifik dan sensitive namun kasus stunting masih ditemukan. Program stunting masih terfokus pada 1000 HPK dan belum menyentuh remaja untuk itu perlu pemberdayaan remaja. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bertujuan memberi wawasan pengetahuan pada para remaja tentang tentang peran remaja dalam mencegah stunting. Pengabdian penerapan IPTEKS ini menggunakan metode participatory community service yang diikuti oleh 32 remaja di Desa Datar Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas. Hasil dari kegiatan ini sebagian besar berusia 17 -18 tahun (43,8%), jenis kelamin remaja pada pengabdian ini adalah perempuan (59,4%), sebagian besar berstatus gizi baik (81,2%). Pengetahuan remaja yang meningkat terkait penyebab stunting, masalah kekurangan gizi remaja dan peran zat gizi dalam pencegahan stunting dan gizi seimbang untuk remaja. Diharapkan para remaja untuk mempersiapkan diri dalam penyiapan kehidupan berkeluarga dalam mencegah stunting pada generasi mendatang.

Kata kunci: Pemberdayaan, Remaja, Stunting

ABSTRACT

Stunting is a public health problem in Indonesia, where stunting is a condition characterized by a child's lack of height when compared to children his age. Teenagers are prospective parents and agents of change. Teenagers have a crucial role in preventing stunting. Datar Village is one of the stunting loci and there have been specific and sensitive interventions but cases of stunting are still found. The stunting program is still focused on 1000 HPK and has not yet touched teenagers, so youth empowerment is needed. This community service activity aims to provide insight into teenagers' knowledge about the role of teenagers in preventing stunting. This dedication to implementing science and technology uses the participatory community service method which was attended by 32 teenagers in Datar Village,



Prosiding Seminar Nasional dan Call for Papers

"Pengembangan Sumber Daya Perdesaan dan Kearifan Lokal Berkelanjutan XIII"
17-18 Oktober 2023
Purwokerto

Sumbang District, Banyumas Regency. The results of this activity were mostly aged 17 -18 years (43.8%), the gender of the teenagers in this service was female (59.4%), the majority had good nutritional status (81.2%). Increased knowledge among adolescents regarding the causes of stunting, the problem of adolescent malnutrition and the role of nutrition in preventing stunting and balanced nutrition for adolescents. It is hoped that teenagers will prepare themselves for family life in order to prevent stunting in future generations.

Keywords: Empowerment, Teenagers, Stunting

PENDAHULUAN

Untuk mengatasi masalah stunting pemerintah telah mengeluarkan Perpres 72 tahun 2021 yang menekankan bahwa remaja sebagai calon pengantin menjadi fokus program penurunan stunting. (Sekretariat Negara Republik Indonesia, 2021) Usia pranikah dapat dikaitkan dengan masa prakonsepsi. Prakonsepsi merupakan masa sebelum terjadi pertemuan sel sperma dan ovum/pembuahan atau sebelum hamil. Ada beberapa persiapan yang harus dilakukan sebelum merencanakan kehamilan. Dimulai dari masa remaja yaitu dengan menjaga Kesehatan organ reproduksi, kebutuhan akan gizi seimbang, perilaku hidup sehat. (Dieny, Rahadiyanti and Kurniawati, 2019) Remaja harus mempersiapkan asupan gizi dan status gizi yang baik untuk kesehatan reproduksinya sejak masa pubertas. (Chasanah, 2016)

Pemberdayaan melalui proses suatu perancangan, penerapan dan pengendalian program ditujukan untuk meningkatkan penerimaan suatu gagasan atau praktik tertentu pada suatu kelompok sasaran. (Notoatmojo, 2012) Pemberdayaan remaja putri dalam pencegahan stunting sejak prekonsepsi melalui pendidikan teman sebaya dilakukan berdasarkan identifikasi kebutuhan (*Need Assessment* atau *N/A*). Kelebihan model ini adalah mempertimbangkan nilai-nilai, etika, sosial budaya setempat yang dianggap mempengaruhi pengambilan keputusan. Model promosi kesehatan yang dibuat berdasarkan strategi yang logis dan sistematis dapat diterima di masyarakat sesuai kebutuhan dan sumber daya yang ada. (Webb, 2008)

Rasionalisasi khalayak sasaran dipilih remaja karena masa remaja merupakan masa transisi dan paling mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya. Remaja merupakan anggota masyarakat yang mampu menjadi agen perubahan. Dalam perkembangan kepribadian faktor teman sebaya bagi remaja dapat mempengaruhi cara berpikir maupun bersikap. (Hurlock, 2000).

Oleh karena itu perlu dilakukan serangkaian kegiatan berupa PKM penerapan IPTEKS di Desa Datar Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas melalui pemberdayaan remaja dalam pencegahan stunting dengan melakukan transfer informasi melalui pendidikan gizi dan kesehatan reproduksi oleh pengabdian bekerjasama dengan pihak desa dan Puskesmas.

METODE PENELITIAN

Waktu dan Tempat Penelitian

Pengabdian kepada Masyarakat penerapan IPTEKS dilaksanakan di Desa Datar Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas dari bulan Juni sampai Agustus 2023. Kegiatan PKM dimulai persiapan kegiatan, koordinasi dengan pihak mitra, pendidikan gizi dan pemberdayaan remaja.



Prosiding Seminar Nasional dan Call for Papers

"Pengembangan Sumber Daya Perdesaan dan Kearifan Lokal Berkelanjutan XIII"
17-18 Oktober 2023
Purwokerto

Sasaran kegiatan ini adalah sejumlah 32 remaja berusia 15-20 tahun yang hadir dalam kegiatan pengabdian masyarakat dari perwakilan RT. Pemberdayaan remaja diawali dengan pendidikan gizi, permainan edukasi dengan media modul dibentuk group *Whatsapp* untuk pendampingan oleh tim pengabdian selama PKM penerapan Iptek.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan PKM Penerapan Ipteks

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Balai Desa Datar Kecamatan Sumbang meliputi:

1. Perijinan kegiatan kepada mitra (Kepala Puskesmas Sumbang I, Kepala Desa Datar)
2. Koordinasi kegiatan kepada perwakilan remaja Desa Datar bahwa akan dilakukan pendidikan gizi dalam pencegahan stunting
3. Pendidikan gizi dengan materi kehidupan berkeluarga bagi remaja, penyiapan kesehatan pranikah, kesehatan prakonsepsi, peran remaja dalam mencegah stunting dengan media modul, ceramah dan diskusi selama 100 menit dengan dua pembicara dan Media vidio pembelajaran

Link

Vidio

:

https://drive.google.com/file/d/14yF6_hLHVY1D4TGSOqPDDvIbHZ4ZGo/view?usp=sharing



DAFTAR ISI	
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
PENDAHULUAN	1
PENYIAPAN KEHIDUPAN BERKELUARGA BAGI REMAJA	4
A. Remaja dan Keluarga	4
B. Penyiapan Pernikahan	6
C. Penyiapan Kehidupan Berkeluarga Bagi Remaja (PKBR)	7
PENYIAPAN KESEHATAN PRANIKAH	9
A. Persiapan Fisik	9
B. Persiapan Gizi	10
C. Imunisasi Tetanus Toksoid (TT)	14
D. Menjaga Kesehatan Organ Reproduksi	15
E. Menjaga Kesehatan Jiwa dan Harmonisasi Pasangan Suami Istri	15
KESEHATAN PRAKONSEPSI	17
PERAN REMAJA DALAM MENEGAH STUNTING	21
A. Stunting	21
B. Penyebab	21
C. Dampak stunting	22
D. Sirkus Terjadinya Stunting	23
E. Pencegahan Stunting pada Remaja	24
PENGUKURAN ANTROPOMETRI UNTUK DETEKSI STUNTING	25
PENUTUP	29
DAFTAR PUSTAKA	30

Gambar 1. Modul Pendidikan Gizi



Prosiding Seminar Nasional dan Call for Papers

"Pengembangan Sumber Daya Perdesaan dan Kearifan Lokal Berkelanjutan XIII"
17-18 Oktober 2023
Purwokerto



Gambar 2. Pelaksanaan Pendidikan Gizi

Karakteristik Remaja

Pada kegiatan PKM penerapan Ipteks sebagai sasaran adalah perwakilan remaja dari setiap RT di Desa Datar sebanyak 32 orang dengan karakteristik seperti Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Remaja

N	Karakteristik Remaja	n	%
1	Usia		
	15 – 16 tahun	8	25,0
	17 – 18 tahun	14	43,8
	19 – 20 tahun	10	31,2
2	Jenis Kelamin		
.	Perempuan	19	59,4
	Laki-laki	13	40,6
4	Status Gizi		
.	Gizi Kurang	2	6,2
	Gizi Baik	26	81,2
	Gizi Lebih	4	12,4
	Jumlah	32	100,0



Prosiding Seminar Nasional dan Call for Papers

"Pengembangan Sumber Daya Perdesaan dan Kearifan Lokal Berkelanjutan XIII"
17-18 Oktober 2023
Purwokerto

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar berusia 17 -18 tahun (43,8%), jenis kelamin remaja pada pengabdian ini adalah perempuan (59,4%), sebagian besar berstatus gizi baik (81,2%). Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Pada remaja harus mendapatkan asupan zat-zat gizi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan agar tercapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. (Susilowati and Kuspriyanto, 2016)

Pada pendidikan gizi dilakukan pretest dan posttest untuk mengetahui efektivitas dari intervensi yang dilakukan, diketahui bahwa rata-rata pengetahuan pada saat pretest sebesar 8,03 dan mengalami peningkatan pada saat posttest menjadi 8,84. Pengetahuan remaja yang meningkat terkait penyebab stunting, masalah kekurangan gizi remaja dan peran zat gizi dalam pencegahan stunting dan gizi seimbang untuk remaja. Seseorang akan mempunyai pengetahuan yang baik disebabkan karena orang tersebut telah menggunakan panca inderanya dengan maksimal. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan ada dua yaitu faktor internal yang terdiri dari pendidikan, pekerjaan dan umur sedangkan yang kedua adalah faktor eksternal yang terdiri dari faktor lingkungan dan sosial budaya. (Wawan and Dewi, 2010)

Tahap kegiatan berikutnya dilakukan pendampingan teman sebaya remaja, pendampingan dilakukan dengan cara diskusi di WAG selama 2 bulan. Setiap Peer Group bertanggung jawab mendampingi 4 teman sebaya. Kelompok teman sebaya diberdayakan dan perlu terus dibina untuk mensosialisasikan perlunya pencegahan stunting melalui perencanaan keluarga, dan pencegahan masalah gizi pada remaja (anemia dan Kekurangan Energi Kronik).

Remaja sangat berperan dalam perilaku pencegahan kehamilan remaja, oleh karena itu keterlibatan remaja dalam memberikan promosi kepada teman sebaya (peer group) merupakan hal penting dalam pencegahan stunting pada penelitian sebelumnya bahwa kader remaja mempunyai pengaruh besar terhadap teman sebaya (*social power*). Pelatihan dan Pembinaan 10 kader remaja dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang perencanaan keluarga, penundaan usia perkawinan, kesehatan reproduksi dan pencegahan anemia sebagai upaya pencegahan stunting. (Simbolon, Batbual and Ludji, 2022)

KESIMPULAN

Sebagian besar berusia 17 -18 tahun (43,8%), perempuan (59,4%), sebagian besar berstatus gizi baik (81,2%). Pengetahuan remaja yang meningkat terkait penyebab stunting, masalah kekurangan gizi remaja dan peran zat gizi dalam pencegahan stunting dan gizi seimbang untuk remaja. Diharapkan para remaja untuk mempersiapkan diri dalam penyiapan kehidupan berkeluarga dalam mencegah stunting pada generasi mendatang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) UNSOED atas pembiayaan Pengabdian Kepada Masyarakat Penerapan Ipteks dan mitra PKM serta Remaja di Desa Datar Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas.

DAFTAR PUSTAKA

Chasanah, S.. (2016) 'Analysis of reproductive health knowledge of nutrient intake with



Prosiding Seminar Nasional dan Call for Papers

"Pengembangan Sumber Daya Perdesaan dan Kearifan Lokal Berkelanjutan XIII"
17-18 Oktober 2023
Purwokerto

nutritional status in adolescent girls.', *Journal of Health Sciences Samodra*, 7(2), pp. 142–148.

Dieny, F.F., Rahadiyanti, A. and Kurniawati, D.M. (2019) *Gizi Prakonsepsi*. Jakarta: Bumi Medika. Available at: https://doc-pak.undip.ac.id/2380/1/BukuHKI_C46_Fillah.FD.pdf.

Hurlock, E.B. (2000) *Developmental Psychology a Life Span Approach*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Notoatmojo, S. (2012) *Promosi dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sekretariat Negara Republik Indonesia (2021) 'Peraturan presiden (Perpres) nomor 72 tahun 2021 tentang percepatan penurunan stunting'.

Simbolon, D., Batbual, B. and Ludji, I.D.R. (2022) 'Pembinaan Perilaku Remaja Putri Dalam Perencanaan Keluarga Dan Pencegahan Anemia Melalui Pemberdayaan Peer Group Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Media Karya Kesehatan : Volume 5 No 2 November 2022 Pendahuluan Masa remaja merupakan masa transisi yang dit', *Media Karya kesehatan*, 5(2), pp. 162–175.

Susilowati and Kuspriyanto (2016) *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Bandung: PT Refika Aditama.

Wawan, A. and Dewi, M. (2010) *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Webb, G. (2008) *Nutrition, a health promotion approach*, *Nutrition Bulletin*.