

EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING PADA REMAJA SMK : DALAM PERSPEKTIF ISLAM

Suyatno*¹, Sri Setyowati², Ratnawati³, Supatmi⁴, Erma Pranawati⁵, Dian Novita Kumalasari⁶

¹²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta

³ SMKN 1 Temanggung

⁴⁵⁶Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bantul

***Penulis Koresponden:** e-mail suyatno@stikessuryaglobal.ac.id, 081804181363

ABSTRAK

Stunting mengancam kehadiran generasi bangsa yang berkualitas. Kejadian stunting dapat dicegah sedini mungkin sejak remaja dengan pola hidup yang benar. Pengetahuan yang baik dapat menjadi upaya preventif kejadian stunting. Prinsip pencegahan *stunting* terdapat dalam Al-Qur'an Surat an-Nisa' ayat 9 yang mana Allah memerintahkan untuk menjaga kesejahteraan anaknya. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan edukasi pencegahan stunting pada remaja SMK : dalam perspektif Islam. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di SMK wilayah Temanggung. Kegiatan edukasi ini menggunakan metode ceramah yang dilakukan oleh pengabdian selama 50 menit. Pada tahap ini peserta diberikan materi tentang bagaimana Islam memandang tentang gizi dan pencegahan stunting. Sebelum pelatihan dilakukan penyuluhan dilakukan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang pencegahan stunting sebelum edukasi. Pada tahap evaluasi yang dilakukan dengan membagikan kuesioner posttest untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang pencegahan stunting setelah edukasi. Hasil pengabdian menunjukkan usia remaja menjadi masa yang tepat untuk preventif pencegahan stunting. Edukasi memberikan dampak yang positif terlihat dari hasil pretest yang mayoritas tidak tahu tentang bahaya dan cara pencegahan stunting khususnya dalam perspektif Islam (90%). Sedangkan hasil posttest menunjukkan 100% remaja mengetahui tentang bahaya dan cara pencegahan stunting khususnya dalam perspektif Islam. Melihat hasil ini maka kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dinyatakan berhasil dan memberikan dampak positif.

Kata Kunci : Edukasi, Pencegahan Stunting, Perspektif Islam, Remaja

ABSTRACT

Stunting threatens the presence of a quality generation of the nation. Stunting can be prevented as early as possible from adolescence with the right lifestyle. Good knowledge can be an effort to prevent stunting. The principle of preventing stunting is found in the Al-Qur'an, Surah an-Nisa' verse 9, where Allah commands us to look after the welfare of our children. The aim of this activity is to provide stunting prevention education to vocational school teenagers: from an Islamic perspective. This community service is carried out at SMK in the Temanggung area. This educational activity uses a lecture method carried out by the service for 50 minutes. At this stage participants are given material about how Islam views nutrition and stunting prevention. Before the training is carried out, a pretest is carried out to determine the level of knowledge about stunting prevention before education. The evaluation stage was carried out by distributing

posttest questionnaires to determine the level of knowledge about stunting prevention after education. The results of the service show that adolescence is the right time to prevent stunting. Education has a positive impact as seen from the pretest results, where the majority do not know about the dangers and ways to prevent stunting, especially from an Islamic perspective (90%). Meanwhile, the posttest results show that 100% of teenagers know about the dangers and ways to prevent stunting, especially from an Islamic perspective. Seeing these results, this community service activity was declared successful and had a positive impact.

Keywords: Education, Stunting Prevention, Islamic Perspective, Teenagers

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal pertumbuhan pada anak (pertumbuhan tubuh dan otak) akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Sehingga, anak lebih pendek atau perawakan pendek dari anak normal seusianya dan memiliki keterlambatan dalam berpikir (Rahayu, dkk 2018). Umumnya stunting disebabkan asupan makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi (Fauza, dkk.,2021).

Prevalensi stunting di Indonesia menurut SSGI telah mengalami penurunan dari 21,6% menjadi 24,4% pada tahun 2022. Sedangkan pada tahun 2024 ditargetkan menjadi 14% (Kemkes RI, 2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting yang paling mempengaruhi sesuai urutan yaitu pendapatan keluarga, pemberian ASI eksklusif, besar keluarga, Pendidikan ayah balita, pekerjaan ayah balita, pengetahuan gizi ibu balita, ketahanan pangan keluarga, Pendidikan ibu balita, tingkat konsumsi karbohidrat balita, ketepatan pemberian MP-ASI, tingkat konsumsi protein balita, pekerjaan ibu balita, perilaku kadarzi, tingkat konsumsi energi balita dan kelengkapan imunisasi balita (Latifah, dkk., 2016).

Stunting mengancam kehadiran generasi berkualitas yaitu sumber daya manusia (SDM) yang bermutu, sehat, cerdas dan produktif, yang tentunya akan sangat mempengaruhi keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Indikator yang digunakan sebagai ukuran keberhasilan sebuah bangsa dalam membangun SDM yakni Indeks Pembangunan Manusia (IPM) atau Human Development Index (HDI) (Siswati & Hermawati, 2018). Berdasarkan IPM tersebut maka pembangunan SDM Indonesia

belum menggambarkan hasil yang membanggakan, dari laporan UNDP 2010 diketahui IPM Indonesia pada urutan ke 108 dari 169 negara (Human Development Report, 2010), dan setelah 10 tahun kemudian dari laporan UNDP 2020 IPM Indonesia masih menempati peringkat 107 dari 189 negara (Human Development Report 2020), rendahnya IPM Indonesia tersebut salah satunya dipengaruhi rendahnya status gizi dan kesehatan masyarakat (Balai Penelitian, 2019).

Dampak buruk yang dapat ditimbulkan oleh masalah gizi (*stunting*), dalam jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Sedangkan dalam jangka panjang akibat buruk yang dapat ditimbulkan adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua, serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi (Suhrawardi, 2022).

Komitmen Kementerian Kesehatan untuk menurunkan angka stunting terus diperkuat. Salah satunya dengan menggelar Gerakan Nasional Aksi Bergizi 2022 yang dilaksanakan serentak di 6420 sekolah di 34 Provinsi di Indonesia. Pencegahan stunting sebaiknya dilakukan sedini mungkin. Remaja putri dapat melakukan pencegahan dengan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebanyak 1 tablet per minggu, melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit sehari serta menerapkan pola makan sesuai pedoman gizi seimbang (Noviasty dkk., 2020).

Islam sebagai rahmatan lil'alamîn telah mengatur tatanan kehidupan dengan lengkap dan sempurna, yang bukan hanya mengatur permasalahan ibadah saja, melainkan juga mengatur permasalahan mu'amalah yang meliputi kaitan manusia dengan manusia, manusia dan makhluk lainnya juga manusia bersama alam sekitarnya (Arif, 2021). Adanya mu'amalah tersebut membuktikan bahwa Islam tidak meninggalkan urusan dunia dan tidak pula memisahkan antara persoalan dunia dan akhirat (Sukiyat dkk., 2020). Islam dalam mu'amalah mengatur tentang ekonomi, sosial budaya, politik,

pertanian, teknologi, tidak terkecuali dalam bidang gizi dan kesehatan. Permasalahan kesehatan dan gizi masyarakat sebenarnya dapat diminimalisir dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang wajib diperhatikan serta diimplementasikan seluruh keluarga di Indonesia (Noviansyah, 2022).

Dalam permasalahan gizi, memahami gizi dan kandungan makanan yang dikonsumsi akan berakibat langsung pada asupan gizi yang dimiliki. Islam sangat menganjurkan makanan yang dikonsumsi harus memiliki dua kriteria penting yakni baik dan halal. Menjaga asupan makanan bergizi seimbang dalam sebuah keluarga merupakan tanggung jawab setiap pasangan suami istri. Sejak berada di kandungannya, seorang ibu wajib memperhatikan kesehatan dan tumbuh kembang bayi dengan mengkonsumsi makanan yang gizi setara (Andriyani, 2019).

Anak merupakan amanat yang harus diperhatikan dengan baik dan diberikan perawatan dalam memenuhi kebutuhan hidup diantaranya suatu asupan gizi. Permasalahan gizi di masyarakat mampu diminimalisir dengan memperhatikan tiga aspek penting dalam kehidupan yakni ketersediaan pangan berkualitas, pemerataan sosial serta pemberdayaan masyarakat. Dalam tiga aspek tersebut diharapkan meminimalisir permasalahan gizi termasuk stunting (balita pendek) serta mampu meningkatkan kesejahteraan masyarakat di Indonesia (Baihaki, 2017). Dalam Al-Qur'an, Allah SWT menjelaskan bahwa Allah SWT tidak akan mengubah sebuah kondisi hamba-Nya apabila mereka tidak mengubah keadaannya sendiri.

Sesungguhnya badanmu mempunyai hak atas dirimu." (H.R Imam Muslim) oleh karena itu, menjadi sebuah kewajiban untuk seseorang dalam menjaga jasmaninya, sehingga dapat berfungsi sesuai dengan seharusnya (Saputra dkk., 2023) dengan ini sangat penting dalam pencegahan stunting pada masyarakat terutama pada remaja sebagai bentuk pencegahan dan melahirkan generasi yang unggul. Berdasarkan latar belakang yang ada maka kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ditujukan untuk memberikan edukasi pencegahan stunting pada remaja SMK : dalam perspektif Islam.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di SMK wilayah Temanggung. Kegiatan terdiri dari 3 tahapan, tahap pertama yaitu persiapan dimulai dengan koordinasi dengan pihak sekolah mengenai kegiatan yang akan dilakukan dan waktu pelaksanaan serta sasaran. Tahap kedua yaitu pemberian materi, dalam pengabdian ini metode yang digunakan adalah edukasi dengan ceramah yang dilakukan oleh pengabdian selama 50 menit. Pada tahap ini peserta diberikan materi tentang bagaimana Islam memandang tentang gizi dan pencegahan stunting. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada bulan Februari 2023 pada minggu ke 2 selama 50 menit. Sebelum pelatihan dilakukan penyuluhan dilakukan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang pencegahan stunting sebelum edukasi. Tahap ketiga yaitu tahap evaluasi yang dilakukan dengan membagikan kuesioner posttest untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang pencegahan stunting setelah edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian dilakukan di salah satu SMK di Wilayah Temanggung diawali dengan persiapan berkoordinasi dengan pihak sekolah. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 20 Februari 2024 di kelas XI ATP 1 dengan jumlah 29 siswa. Kegiatan diawali dengan pretest dengan menanyakan beberapa pertanyaan tentang stunting dan pentingnya makanan bergizi. Hasil dari pretest didapatkan 90% siswa tidak tahu tentang stunting. Berikut dokumentasi hasil kegiatan pretest :

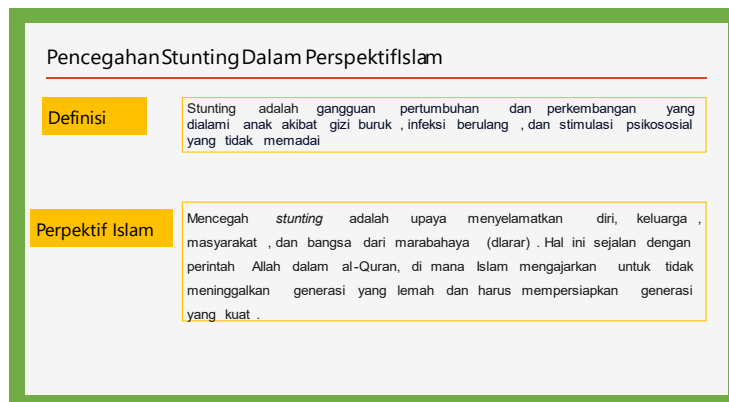


Gambar 1 Dokumentasi Pretest

Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan kurang lebih 50 menit. Materi penyuluhan berisi tentang definisi, ciri anak stunting, gejala stunting, pencegahan stunting dan pencegahan stunting dalam perspektif Islam. Berikut slide materi edukasi :



Gambar 2 Tema Edukasi



Gambar 3 Materi Pencegahan Stunting dalam Perspektif Islam

Mencegah *stunting* merupakan upaya menyelamatkan diri, keluarga, masyarakat, dan bangsa dari marabahaya (Sagala dkk., 2023). Hal ini sejalan dengan perintah Allah dalam Al-Quran, di mana Islam mengajarkan untuk tidak meninggalkan generasi yang lemah dan harus mempersiapkan generasi yang kuat (Merdeka.com, 2024).

Prinsip pencegahan *stunting* itu terdapat dalam al-Qur'an pada Surat an-Nisa' ayat 9: "Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan di belakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka. Oleh sebab itu, hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar."

Salah satu penyebab terjadinya *stunting* adalah perkawinan anak, yakni pernikahan pasangan laki-laki dan perempuan dalam usia kurang dari 19 tahun, karena organ kesehatan reproduksinya belum sepenuhnya siap (Lubis, 2022). Melihat tersebut maka perlunya menekankan pentingnya perhatian keluarga pada bahaya *stunting*, yaitu gangguan tumbuh kembang balita pada 1000 hari pertama kehidupan.

Berdasarkan pengalaman empirik, anak-anak dengan gangguan *stunting* tidak hanya terjadi di tengah keluarga sederhana, melainkan juga bisa terjadi di tengah keluarga

berkecukupan. Hal ini mencerminkan, *stunting* bukan hanya isu ketidakmampuan, tetapi juga tentang minimnya *awareness* terhadap persoalan ini dan pola pengasuhan balita yang tidak tepat (Permatasari & Eprilianto, 2023).

Stunting berisiko melemahkan daya imunitas, juga menghambat pertumbuhan fisik dan menghambat perkembangan kognitif yang akan berpengaruh pada tingkat kecerdasan dan produktivitas anak di masa depan (Dwi dkk., 2019). Upaya mendorong percepatan penurunan *stunting* dapat dilakukan dengan mengimplementasikan maqashid asy-syari'ah (tujuan-tujuan syariat Islam), terutama hifdh an-nafs (perlindungan jiwa), hifdh al-'aql (perlindungan akal), dan hifdh an-nasl (perlindungan keturunan), sehingga menjadi bagian dari ibadah yang harus diamalkan dan didakwahkan kepada masyarakat (Lubis, 2022).

Remaja putri dapat melakukan pencegahan dengan *stunting* dengan mengonsumsi tablet penambah darah (TTD) sebanyak 1 tablet per minggu, melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit sehari dan makan sesuai dengan pedoman gizi seimbang (Kemenkes RI, 2023). Melihat hal tersebut di atas tepat kiranya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan keagamaan untuk menyampaikan pesan-pesan percepatan penurunan *stunting*, karena masyarakat kita adalah remaja yang masuk dalam masyarakat yang sangat religius. Masyarakat Indonesia menjadikan agama sebagai landasan hidup yang menentukan tujuan hingga praktik kehidupan sehari-hari. Banyak masalah di Indonesia dapat diselesaikan dengan pendekatan keagamaan, sebagai penerapan sila pertama dari Pancasila yaitu Ketuhanan Yang Maha Esa.



Gambar 3 Dokumentasi Posttest

Setelah selesai pemberian materi dalam kegiatan ini dilakukan evaluasi dengan melakukan posttest dengan menanyakan tentang stunting dan pentingnya makanan bergizi, didapatkan hasil 100% siswa dapat menjawab dengan benar. Berikut dokumentasi hasil kegiatan pengabdian yang dilakukan :

KESIMPULAN

Usia remaja menjadi masa yang tepat untuk preventif pencegahan stunting sedini mungkin. Pengetahuan yang baik tentang bahaya dan pencegahan stunting dari segi agama menjadi penguat remaja untuk menjaga diri dan menyiapkan diri menjadi remaja penerus bangsa yang sehat fisik, jiwa, sosial maupun spiritualitas. Edukasi pencegahan stunting pada remaja yang dilakukan di salah satu SMK wilayah Temanggung memberikan dampak yang positif terlihat dari hasil pretest yang mayoritas tidak tahu tentang bahaya dan cara pencegahan stunting khususnya dalam perspektif Islam (90%), sedangkan hasil posttest menunjukkan 100% remaja mengetahui tentang bahaya dan cara pencegahan stunting khususnya dalam perspektif Islam. Melihat hasil ini maka kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dinyatakan berhasil dan memberikan dampak positif.

REKOMENDASI

Edukasi Kesehatan merupakan salah satu upaya preventif untuk memberikan tambahan informasi serta mengubah perilaku kurang atau tidak sehat menjadi perilaku yang sehat, maka diharapkan edukasi tentang dengan berbagai tema sesuai fenomena yang ada sangat diharapkan untuk membentuk generasi yang sehat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta yang telah memberikan bantuan dana hingga kegiatan ini berjalan dengan lancar hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani. (2019). Kajian Literatur pada Makanan dalam Perspektif Islam dan Kesehatan. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(2), 178–198.
- Arif, K. M. (2021). Islam Rahmatan Lil Alamin From Social And Cultural Perspective Islam Rahma. *Al-Risalah: Jurnal Studi Dan Pemikiran Islam*, 12(2), 169–186. <https://doi.org/10.34005/alrisalah.v12i2.1376>
- Baihaki, E. S. (2017). Gizi Buruk dalam Perspektif Islam : Respon Teologis Terhadap Persoalan Gizi Buruk. *Shahih*, 2(2), 80–93.
- Balai Penelitian, P. dan S. D. B. P. P. D. D. I. Y. dan B. P. S. P. D. I. Y. (2019). *Analisis Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Per Kecamatan Analisis Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Per Kecamatan*.
- Dwi, A., Yadika, N., Berawi, K. N., & Nasution, S. H. (2019). Pengaruh Stunting terhadap Perkembangan Kognitif dan Prestasi Belajar. *Majority*, September, 273–282.
- Fauza, N., Abdurrohman, A., Akbar Harahap, A., Monica, L., Yani, L., Jannah, M., Mardila Purwanti, C., Efendi Harahap, S., Sri Rahmadhani, U., & Febria, Z. (2021). Identifikasi stunting pada anak balita di Desa Rantau Mapesai. *Unri Conference Series: Community Engagement*, 3, 673–679. <https://doi.org/10.31258/unricsce.3.673-679>
- Kemkes RI. (2023). *Buku Saku Untuk Bestie Aksi Bergizi*.
- Kemkes RI. (2023). *Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%*. Sehatnegeriku.Kemkes.Go.Id. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244/>
- Latifah, N., Fajrini, F., Romdhona, N., Herdiansyah, D., Ernyasih, & Suherman. (2016). Systematic Literature Review : Stunting pada Balita di Indonesia dan Faktor yang Mempengaruhinya. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 20(1), 55–73.

- Lubis, A. (2022). *MUI: Mencegah Stunting itu Perintah Agama*. Kementerian Sekretariat Negara RI. <https://stunting.go.id/mui-mencegah-stunting-itu-perintah-agama/>
- Merdeka.com. (2024). *Qur'an An-Nisa Ayat 9*. Merdeka.Com; Merdeka.com. <https://www.merdeka.com/quran/an-nisa/ayat-9>
- Noviansyah. (2022). *Strategi Percepatan Pencegahan Stunting Dengan Pendekatan Keagamaan Guna Mewujudkan Generasi Berkualitas (Studi pada Wilayah Kantor Kementerian Agama Kabupaten Pringsewu)*. UIN Raden Intan Lampung.
- Noviasty, R., Indriani, M., Rahayu, F., & Firdaus. (2020). Eduwhap Remaja Siap Cegah Stunting Dalam Wadah Kumpul Sharing Remaja. *Logista Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 494–501. <https://media.neliti.com/media/publications/506219-none-ea75b94c.pdf>
- Permatasari, M. A., & Eprilianto, D. F. (2023). Analisis Partisipasi Masyarakat Dalam Mencapai Zero Stunting Di Kelurahan Bulak Banteng Kecamatan Kenjeran Kota Surabaya. *Publika*, 11(4), 2637–2650.
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2018). Stunting dan Upaya Pencegahannya. In *Buku stunting dan upaya pencegahannya*.
- Sagala, R., Malik, A., & Mustofa, M. B. (2023). Pencegahan Stunting Pada Anak Dalam Persepektif Islam Di Kota Bandar Lampung. *AKM Aksi Kepada Masyarakat Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 109–122.
- Saputra, D., Hidayat, R., & Muhammad. (2023). Urgensi Kesehatan Jasmani Dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Jurnal MUDARRISUNA: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 13(3), 160–170.
- Siswati, E., & Hermawati, D. T. (2018). Analisis Indeks Pembangunan Manusia (Ipm) Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal UWKS*, 18(2), 93–114.
- Suhrawardi. (2022). Analisis pemberian asi eksklusif dengan kejadian stunting. *JIP Jurnal Inovasi Pendidikan*, 3(7), 7153–7160.
- Sukiyat, Ulya, M., & Nurliana. (2020). *Hadis-Hadis Mu'amalah* (Yovie (ed.); Pertama). Kalimedia. <https://repository.uin-suska.ac.id/34820/1/hadis-hadis-muamalah.pdf>