

Sosialisasi Pencegahan *Stunting* pada Remaja di MTsN 5 Magetan

**Riska Ratnawati, Rinti Fatimmatul Muslikhah*, Dyah Ayu Gayatri,
Intan Puspitasari, Siska Meilinda,**

Program Studi Kesehatan Masyarakat STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
Jalan Taman Praja No. 25 Madiun

*Penulis Koresponden, e-mail: rintifatimatul@gmail.com HP. 085233860359

ABSTRAK

Stunting merupakan kondisi dimana anak mengalami gangguan pertumbuhan hingga tinggi badan anak lebih pendek dari standar usianya. Hal ini menjadi ancaman utama terhadap kualitas manusia Indonesia, juga ancaman terhadap kemampuan daya saing bangsa. Penanganan *stunting* merupakan prioritas pembangunan nasional melalui Rencana Aksi Nasional Gizi dan Ketahanan Pangan. Hal tersebut melatar belakangi kami untuk perlu mengadakan sebuah program penyuluhan pencegahan dan penanggulangan *stunting* khususnya di kalangan remaja yaitu pada siswa-siswi MTsN 5 Magetan, Desa Turi, Kecamatan Panekan, Kabupaten Magetan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta peran remaja dalam program pencegahan dan deteksi dini *stunting* yang diharapkan secara langsung memotivasi masyarakat supaya lebih di prioritaskan. Metode yang dilakukan adalah dengan menilai pengetahuan siswa-siswi MTsN 5 Magetan, yang diukur dengan memberikan *pre test* sebelum kegiatan penyuluhan dan *post test* setelah diberikan penyuluhan. Berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* yang diikuti oleh 44 responden dapat dinyatakan bahwa hasil *pre test* tentang tingkat pengetahuan responden mengenai pencegahan dan penanggulangan *stunting* mendapatkan nilai rata-rata 95,5 sedangkan hasil *post test* tentang tingkat pengetahuan responden mengenai pencegahan dan penanggulangan *stunting* mendapatkan nilai rata-rata 96. Dari sini diketahui bahwa pengetahuan dan pemahaman siswa siswi mengenai *stunting* sudah mengalami peningkatan.

Kata Kunci : Pencegahan *stunting*, remaja, pengetahuan.

ABSTRACT

Stunting is a condition in which children have growth disorders such as the child's height is shorter than the standard age. This is a major threat to the quality of Indonesian people, as well as a threat to the nation's competitiveness. Handling stunting is a national development priority through the National Action Plan for Nutrition and Food Security. This is very important for us to hold a stunting prevention and control counseling program, especially among teenagers, namely the students of MTsN 5 Magetan, Turi Village, Panekan District, Magetan Regency. This community service activity is carried out to increase knowledge and understanding as well as the role of adolescents in stunting prevention and early detection programs which are expected to directly motivate the community to be prioritized. The method used was to assess the knowledge of the students of MTsN 5 Magetan, which is measured by giving a pre-test before counseling activities and post-test after being given counseling. Based on the results of the pre-test and post-test followed by 44 respondents, it can be stated that the results of the pre-test regarding the level of knowledge of respondents regarding stunting prevention and control get an average value of 95.5 while the post-test results on the level of knowledge of respondents regarding stunting prevention and control get an average score of 96. . From this, it is known that the knowledge and understanding of students about stunting has increased.

Keywords : Prevention of *stunting*, teenagers, knowledge

PENDAHULUAN

Menurut (*World Health Organization* 2015) *stunting* adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi *stunting* baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun. Balita pendek (*stunted*) dan sangat pendek (*severely stunted*) adalah balita dengan panjang badan (PB/U) atau tinggi badan (TB/U) menurut umurnya dibandingkan dengan standar baku WHO-MGRS (*Multicentre Growth Reference Study*) 2006. Sedangkan definisi *stunting* menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes) adalah anak balita dengan nilai *z-score* nya kurang dari -2SD/standar deviasi (*stunted*) dan kurang dari -3SD (*severely stunted*). (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K) 2017).

Di Indonesia, sekitar 30,8% (hampir 9 Juta) anak balita mengalami *stunting* (Kemenkes RI 2018) dan di seluruh dunia, Indonesia adalah negara dengan prevalensi *stunting* kelima terbesar. Menurut who, dalam jangka pendek, *stunting* dapat menyebabkan peningkatan kejadian kesakitan dan kematian, tidak optimalnya perkembangan kognitif atau kecerdasan, motorik, dan verbal, serta peningkatan biaya kesehatan. Dampak jangka panjang dari *stunting* yaitu postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa, peningkatan resiko obesitas dan penyakit degeneratif lainnya, menurunnya kesehatan reproduksi, tidak optimalnya kapasitas belajar dan *perform* asaat sekolah dan tidak maksimalnya produktivitas dan kapasitas kerja. (Kementerian Kesehatan 2018).

Menurut Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia (2017) dalam Yadika, Berawi, and Nasution (2019) anak yang memiliki tingkat kecerdasan yang tidak maksimal akibat *stunting* pada akhirnya dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan, dan memperlebar ketimpangan di suatu negara. Berdasarkan data yang dirilis oleh Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI), target dan capaian prevalensi *stunting* di Jawa Timur dari tahun 2019 hingga 2021 terus mengalami penurunan. Walaupun belum sampai menyentuh target tahunan, namun tercatat menurun dari 26,86% pada 2019 menjadi 25,64% pada 2020. Kemudian menjadi 23,5% pada tahun 2021. (Kominfo Jatim, 2022).

Beberapa faktor yang menjadi penyebab *stunting* adalah: 1) Praktek pengasuhan yang kurang baik, termasuk kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan. 2) Masih terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan ANC (*Ante Natal Care*) pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan, Post Natal Care dan pembelajaran dini yang berkualitas. 3) Masih kurangnya akses rumah tangga/keluarga ke makanan bergizi. 4) Kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi. (Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional 2017).

Stunting terjadi sebagai akibat kekurangan gizi terutama pada saat 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Salah satu cara mencegah *stunting* adalah pemenuhan gizi dan pelayanan kesehatan kepada ibu hamil. Upaya ini sangat diperlukan, mengingat *stunting* akan berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan anak dan status kesehatan pada saat dewasa. Akibat kekurangan gizi pada 1000 HPK bersifat permanen dan sulit diperbaiki. (Kementrian Kesehatan RI 2018).

Stunting tidak dapat diatasi jika sudah terjadi, yang dapat kita lakukan adalah pencegahan agar tidak terjadi *stunting*. Pencegahan *stunting* dapat diintervensi melalui intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitif pada sasaran 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK) sampai anak usia 6 tahun. Intervensi gizi spesifik dilakukan oleh sektor kesehatan dapat mengatasi 30% masalah. Intervensi gizi sensitif adalah intervensi yang dilakukan melalui berbagai kegiatan pembangunan di luar sektor kesehatan dan berkontribusi 70% pada intervensi *stunting*. (Permatasari and Iqbal 2020).

Pemerintah telah menegaskan untuk menangani masalah *stunting* melalui koordinasi lintas kementerian/lembaga. Selain itu, sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan yang mana peserta didik datang untuk belajar sehingga mampu meningkatkan kualitas peserta didik itu sendiri. Pendidikan gizi yang dilakukan disekolah merupakan pendidikan gizi komunitas dan salah satu langkah strategis untuk meningkatkan status kesehatan dan menyukseskan gerakan 1000 HPK karena sekolah merupakan salah satu lembaga yang didirikan dengan tujuan meningkatkan sumber daya manusia secara fisik mental dan spiritual. Pemberian pendidikan pada siswi disekolah mampu dijadikan investasi agar gerakan 1000 HPK dapat berjalan dengan baik.(A.Rahayu, F.Yulidasari, A.Putri 2018).

Dari sisi asupan gizi, 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 Indonesia. (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI 2018).

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini ingin memberikan lebih banyak pengetahuan tentang *stunting* dan juga mengajak para remaja khususnya siswi kelas delapan MTsN 5 Magetan untuk berperan dalam pencegahan *stunting* untuk meningkatkan derajat kesehatan bayi dan balita di masa depan.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pemberian penyuluhan kepada siswa siswi MTsN 5 Magetan. Penyuluhan ini dilakukan pada tanggal 22 September 2022. Sebelum dilakukan penyuluhan terdapat tiga tahap terlebih dahulu yaitu rapat strategi pelaksanaan penyuluhan, survey lokasi penyuluhan kemudian persiapan sarana dan prasarana penyuluhan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa siswi kelas 8 (delapan) MTsN 5 Magetan yang berjumlah 44 siswa.

Tahap pelaksanaan kegiatan dimulai dengan pemberian *pre test* kepada para siswa, dalam *pre test* ini para siswa diberikan angket atau soal yang harus mereka jawab. Menurut Notoatmodjo (2018) pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menyatakan tentang isi materi yang akan diukur dari responden atau subjek penelitian. Kemudian setelah *pretest* dilanjutkan dengan penyuluhan tentang *stunting*. Menurut Notoatmodjo (2005) media promosi kesehatan dibagi menjadi 3 macam, yaitu media cetak, media elektronik dan media luar ruangan. Dari 3 macam media tersebut kami memilih menggunakan media cetak (*leaflet*) dan media elektronik (*power point*). Materi yang diberikan yaitu tentang masalah penyebab *stunting*, cara pencegahan *stunting* dan mengapa peran remaja sangat penting dalam pencegahan *stunting*. Setelah penyuluhan dilanjutkan dengan *post test* untuk mengukur pengetahuan para remaja setelah dilakukan kegiatan penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) diartikan sebagai tanggapan akademik masyarakat kampus atas kebutuhan, tantangan, atau persoalan yang dihadapi oleh masyarakat, baik secara langsung maupun tidak langsung. Berbekal kompetensi keilmuan yang dimiliki, kegiatan ini merupakan aktualisasi dari tanggung jawab dan kepedulian sosial warga kampus kepada masyarakat luas, yang meliputi usaha-usaha nyata untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui perluasan wawasan

dan pengetahuan, serta peningkatan keterampilan hidup. (Lembaga Penelitian 2021)

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan tentang pencegahan *stunting* yang dimulai dari usia remaja. Siswa siswi MTsN 5 Magetan merupakan peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, para peserta yang mengikuti penyuluhan diberikan edukasi tentang pencegahan *stunting* pada remaja, seperti perbaikan pola asuh, perbaikan asupan gizi, perbaikan sanitasi dan akses air bersih serta meningkatkan akses pelayanan kesehatan. Namun dalam penyuluhan ini lebih ditekankan kepada perbaikan gizi atau asupan makanan yang bergizi pada remaja.

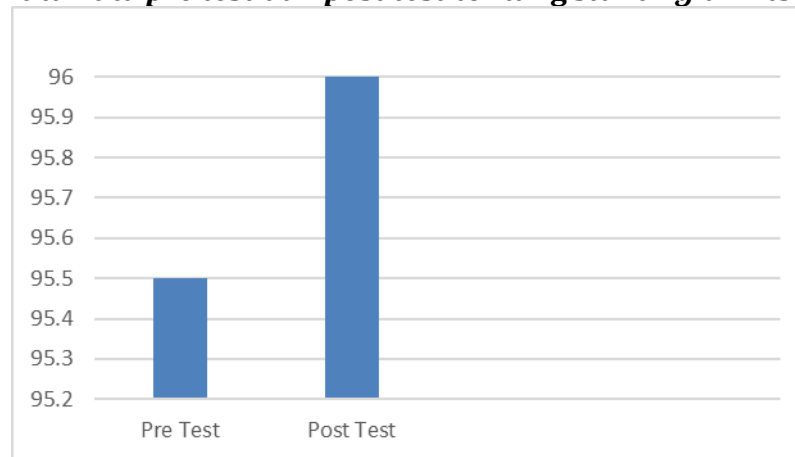
Asupan makanan bergizi ini dapat diperoleh dari Istilah “Isi Piringku”. Isi piringku dengan gizi seimbang perlu diperkenalkan dan dibiasakan dalam kehidupan sehari-hari. Bagi anak-anak dalam masa pertumbuhan, memperbanyak sumber protein sangat dianjurkan, di samping tetap membiasakan mengonsumsi buah dan sayur. Dalam satu porsi makan, setengah piring diisi oleh sayur dan buah, setengahnya lagi diisi dengan sumber protein (baik nabati maupun hewani) dengan proporsi lebih banyak daripada karbohidrat (P2PTM 2018).

Salah satu penyebab *stunting* adalah kualitas kesehatan anak-anak dan remaja yang kurang mendapatkan asupan gizi seimbang juga remaja putri yang mengalami anemia karena kekurangan zat besi. Pencegahan masalah gizi pada anak usia remaja bisa dilakukan dengan menjaga pola hidup sehat dan makan makanan bergizi seimbang. Hal ini dapat dicapai dengan melakukan intervensi gizi spesifik dan sensitif oleh seluruh pihak terkait agar para remaja yang kelak akan menjadi orang tua dapat menghasilkan generasi yang unggul dan sehat (Dinkes 2020).

Dari pemberian penyuluhan ini diharapkan para remaja dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang hal-hal yang dapat menyebabkan *stunting* dan bagaimana cara pencegahan *stunting* tersebut. Kegiatan penyuluhan *stunting* pada remaja ini juga bertujuan untuk mempersiapkan remaja atau calon orang tua agar memiliki pengetahuan tentang pemenuhan gizi dalam mencegah *stunting* sejak dini. Penilaian pengetahuan peserta penyuluhan dilakukan dengan metode *pre test* dan *post test*.

Hasil dari *pre test* dan *post test* untuk penyuluhan pencegahan *stunting* pada remaja adalah sebagai berikut:

Grafik 1
Hasil nilai rata-rata *pre test* dan *post test* tentang *stunting* di Mtsn 5 Magetan



Sumber: Data Primer Diolah, 2022

Berdasarkan tabel diatas dapat dinyatakan bahwa nilai rata-rata *pre test* peserta penyuluhan di MTsN 5 Magetan diperoleh nilai rata-rata sebesar 95,5 dan nilai rata-rata *post test* yaitu sebesar 96. Untuk mengetahui skala nilai di atas sudah baik atau belum, maka dapat dilihat pada tabel skala pengukuran tingkat pengetahuan dibawah ini :

Tabel 1
Skala pengukuran tingkat pengetahuan

Skala	Skore rata-rata
Baik	76-100
Cukup	56-75
Kurang	<56

Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan remaja yang mengikuti penyuluhan tentang *stunting* memiliki skala baik, dilihat dari nilai *pre test* (95,5) dan juga *post test* (96). Peningkatan nilai dari *pre test* ke *post test* sangat sedikit, hal ini dikarenakan saat penyuluhan leaflet diberikan di awal saat sebelum mengerjakan *pre test*, sehingga para siswa sudah membaca terlebih dahulu informasi tentang *stunting* di leaflet. Untuk kedepannya nanti leaflet bisa dibagikan setelah *pre test*, sehingga kita bisa benar-benar mengukur pengetahuan siswa.



Gambar 1
Sosialisasi pencegahan *stunting* di MTsN 5 Magetan



Gambar 2
Media leaflet sosialisasi *stunting*



Gambar 3
Media PPT sosialisasi *stunting*

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah pengetahuan siswa siswi kelas 8 MTsN 5 Magetan memiliki skala baik, hal ini dilihat dari nilai pre test yang mendapat nilai 95,5 dan nilai post test meningkat menjadi 96. Siswa siswi kelas 8 sudah mengetahui tentang *stunting* dan pogram pencegahan *stunting* sejak dini berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* yang diberikan. Diharapkan setelah adanya penyuluhan ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan siswa siswi tentang pencegahan *stunting*, sehingga mereka khususnya para remaja dapat ikut berperan serta dalam pencegahan *stunting* sejak dini.

REKOMENDASI

Kegitan sosialisasi pencegahan *stunting* pada remaja adalah cara untuk mengedukasi dan menambah pengetahuan para remaja untuk lebih menyadari tentang *stunting* dan bahayanya bagi masa depan SDM Indonesia. Oleh karena itu, untuk selanjutnya sosialisasi kepada remaja ini harus lebih sering dilakukan, bukan hanya untuk remaja yang sedang menempuh pendidikan di SMP atau SMA tapi bisa juga dilakukan pada remaja-remaja karang taruna di desa, remaja di pondok pesantren, dan lain-lain. Karena remaja merupakan calon orang tua di masa depan, mereka harus tahu sejak dini pencegahan *stunting* dan penanganannya. Dan untuk pembagian leaflet sebaiknya dibagikan sesudah kegiatan pretest dilakukan, sehingga kita bisa benar-benar mengukur pengetahuan siswa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada siswa siswi kelas 8 (delapan) MTsN 5 Magetan, Desa Turi, Kecamatan Panekan, Kabupaten Magetan, karena telah berperan aktif dalam kegiatan pengabdian masyarakat tentang sosialisasi pencegahan *stunting* pada remaja yang telah kami lakukan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- A.Rahayu,F.Yulidasari,A.Putri, L. Anggrain. 2018. *Buku Referensi Stunting*. edited by Hadianor. Yogyakarta: CV Mine.
- Dinkes, Bandung. 2020. "Kualitas Remaja Jadi Kunci Cegah *Stunting*." *Humas Dinkes*. Retrieved (<https://dinkes.bandung.go.id/kesehatan-keluarga-dan-gizi/>).
- Jatim, Kominfo. 2022. *Targetkan Stunting Jatim Turun Hingga 13,5% Tahun 2024, Wagub Emil: Intervensi Harus Sesuai Data Riil Di Lapangan*. Surabaya.
- Kemendes RI. 2018. "Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018." *Kementrian Kesehatan RI* 53(9):1689–99.

- Kementerian Kesehatan, Republik Indonesia. 2018. *Situasi Balita Pendek (Stunting) Di Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional, & UNICEF. 2017. *Laporan Baseline SDG Tentang Anak-Anak Di Indonesia*. In *Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) Dan United Nations Children's Fund (UNICEF)*.
- Kementrian Kesehatan RI. 2018. "Cegah Stunting, Itu Penting." *Pusat Data Dan Informasi, Kementerian Kesehatan RI* 1-27.
- Lembaga Penelitian, & Pengabdian Kepada Masyarakat. 2021. *Pedoman Pengabdian Kepada Masyarakat*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Putra.
- P2PTM, Kemenkes RI. 2018. "Cegah Stunting Dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh Dan Sanitasi." *Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit*. Retrieved (<http://p2ptm.kemkes.go.id/post/cegah-stunting-dengan-perbaikan-pola-makan-pola-asuh-dan-sanitasi>).
- Permatasari, Ane, and Muhammad Iqbal. 2020. "Sosialisasi Pencegahan Stunting Dengan Edukasi Perbaikan Pola Makan Remaja Putri." 724-30. doi: 10.18196/ppm.34.286.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Situasi Balita Pendek (Stunting) Di Indonesia*. edited by E. Sakti. Jakarta: Pusat Data dan Informasi.
- Sekretariat Wakil Presiden Republik, Indonesia. 2017. *100 Kabupaten/Kota Prioritas Untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting)*. Jakarta: Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia.
- Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K). 2017. *100 Kabupaten/ Kota Prioritas Untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting)*. Cetakan Pertama.
- World Health Organization, (WHO). 2015. "No Title." Retrieved (www.who.int).
- Yadika, Adilla Dwi Nur, Khairun Nisa Berawi, and Syahrul Hamidi Nasution. 2019. "Pengaruh Stunting Terhadap Perkembangan Kognitif Dan Prestasi Belajar." *Jurnal Majority* 8(2):273-82.