

KAJIAN EDUKASI STUNTING TERHADAP POSYANDU REMAJA FRESH PAPAHAN

Antik Pujiastuti¹, Anindhita Yudha Cahyaningtyas², Fadhil Muhammad Arief J³

^{1,2,3)} Program Studi D3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKes Mitra Husada Karanganyar
e-mail: att2a2000@yahoo.com

Abstrak

Kejadian stunting dapat diputus sejak janin dalam kandungan dengan cara melakukan pemenuhan kebutuhan zat gizi pada ibu hamil, diawali saat remaja putri. Status gizi remaja putri atau pra nikah berkontribusi besar pada kesehatan dan keselamatan kehamilan serta kelahiran hingga usia dua tahun, terjadi pembentukan sel otak hingga 70% bila tidak terpenuhi berdampak pada penurunan intelegensia (IQ) dan menyebabkan tumbuh kembang anak terhambat, penurunan fungsi kognitif anak, fungsi kekebalan tubuh yang beresiko terkena penyakit degeneratif sebagai dampak dari stunting yang kompleks, serta kesadaran yang minim terkait pencegahan stunting dan anemia remaja. Subjek kegiatan ini remaja putri (posrem) papahan, dilakukan pretest dan posttest metode focus group discussion (FGD), dilanjutkan pengecekan kadar HB, dianalisis secara deskriptif. Hasil menunjukkan ada perbedaan peningkatan pemahaman antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi terkait stunting dan anemia pada remaja putri sebesar 60%. Karakteristik remaja putri tertinggi umur 16 tahun, kondisi BB terendah rata-rata 34 kg pada kategori kurus, tinggi badan terendah 1,42 cm, kadar HB rata-rata 13,8 mmhg- 15,9 mmhg. Maka perlu kemudahan akses tentang menjaga asupan zat besi, kemampuan menyerap informasi baru pola konsumsi dengan peduli pada dirinya sendiri, lebih aktif dalam PosRem desa setempat.

Kata kunci: Stunting, Remaja Putri, Posyandu remaja

Abstract

The incidence of stunting can be stopped since the fetus is in the womb by fulfilling the nutritional needs of pregnant women, starting from teenage girls. The nutritional status of teenage girls or pre marital girls contributes greatly to the health and safety of pregnancy and birth up to the age of two years, there is the formation of brain cells up to 70% if not met, it has an impact on decreased intelligence (IQ) and causes stunted child growth and development decreased cognitive function of children, immune function which is at risk of degenerative diseases as a result of complex stunting, and minimal awareness regarding the prevention of stunting and anemia in adolescents. The subjects of this activity were teenage girls (PosRem) papahan, pretest and posttest methods of focus group discussion (FGD) were carried out, followed by checking HB levels, analyzed descriptively. The results showed a difference increasing understanding between before and after providing aducation related to stunting and anemia in teenage girls by 60%. The characteristic of the highest teenage girls were 16 years old, the lowest BB condition was an average of 34 kg in the thin category, the lowest height was 1,42 cm, the average HB level was 13,8 mmHg-15,9 mmHg. Therefore, it is necessary to have easy access to maintaining iron intake, the ability to absorb new information on consumtion patterns by caring about oneself, and being more active in the local village PosRem.

Keywords: Stunting, Adolescent girls, Posyandu adolescents

PENDAHULUAN

Status gizi anak merupakan ukuran keberhasilan pada pemenuhan nutrisi yang dapat dilihat dari berat badan dan tinggi badan anak (Supariasa dkk. 2016). Kekurangan gizi pada anak menyebabkan risiko yang besar seperti meninggal akibat infeksi umum, meningkatkan tingkat keparahan infeksi, serta pemulihan yang terlambat. Menurut penelitian Khusnul Khotimah, (2022) bahwa pencegahan stunting dengan pemberian ASI eksklusif pada 6 bulan pertama, khususnya bayi yang berasal dari keluarga miskin, melalui program edukasi gizi pada kelompok pendukung ASI. Stunting berdampak pada Indeks Pembangunan Manusia dimana menyebabkan peningkatan resiko penurunan kemampuan motorik, produktifitas, dan risiko penyakit degeneratif kedepan (Azijah, dkk. 2021). Faktor risiko stunting di negara berkembang meliputi riwayat BBLR, riwayat penyakit infeksi, kondisi ekonomi keluarga, tingkat pendidikan orang tua, riwayat pemberian ASI Ekslusif, panjang badan saat lahir

(Budiaستutik dan Rahfiludin, 2019). Pencegahan stunting dilakukan sejak dini melalui generasi berkualitas dan memiliki daya saing yang baik. Upaya tersebut melalui kampanye pendidikan, perluasan program gizi, peningkatan produksi pangan, dan kemudahan akses makanan bergizi. Upaya edukasi stunting perlu pula melibatkan orangtua, kader Kesehatan dan masyarakat di Indonesia sebagai Program promosi kesehatan dengan memberikan penyuluhan terkait stunting kepada kader kesehatan. Diharapkan ada peningkatan pengetahuan remaja putri setelah dilakukan penyuluhan kesehatan, sehingga dapat melakukan deteksi dini risiko stunting dan juga bisa melakukan pencegahan terjadinya stunting. Berdasarkan hasil analisis data sekunder yang diperoleh dari berbagai sumber memperoleh gambaran Kabupaten Karanganyar merupakan salah satu dari 35 Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Tengah, yang masih memiliki masalah kesehatan Stunting. Berdasarkan data Kabupaten Karanganyar tahun 2021 prevalensi stunting menduduki urutan 13 prevalensi stunting sebesar 22,3% (Dinkes Propinsi Jawa Tengah, 2023). Berdasarkan hal tersebut dengan pemberian Edukasi Stunting Terhadap Remaja putri melalui posyandu remaja agar memiliki pemahaman tentang hambatan pertumbuhan fisik, Balita pendek (stunting) yang dapat diketahui bila seorang balita sudah diukur panjang atau tinggi badannya, lalu dibandingkan dengan standar, dan hasilnya berada dibawah normal. Kejadian anak stunting dapat diputus mata rantainya sejak janin dalam kandungan dengan cara melakukan pemenuhan kebutuhan zat gizi ibu hamil. Ibu hamil tidak terlepas dari riwayat kehidupan sebelumnya saat menjadi remaja putri. Status gizi remaja putri atau pra nikah memiliki kontribusi besar pada kesehatan dan keselamatan kehamilan serta kelahiran. Pada saat janin dalam kandungan hingga usia dua tahun, terjadi pembentukan sel otak hingga 70%. Jika anak mengalami gangguan pertumbuhan, pembentukan sel otak menjadi terganggu. Akibatnya bisa berpengaruh terhadap penurunan intelegensi (IQ). Selain itu stunting juga menyebabkan tumbuh kembang anak terhambat, penurunan fungsi kognitif anak, penurunan fungsi kekebalan tubuh bahkan saat dewasa mempunyai resiko terkena penyakit degeneratif seperti diabetes mellitus, jantung koroner, hipertensi dan obesitas. Maka pengabdian ini sebagai sarana bagi remaja putri dalam upaya memberikan informasi terkait pencegahan stunting, pencegahan anemia sejak usia remaja dengan memperbaiki pola makanan tinggi zat besi, konsumsi tablet tambah darah, cek kadar hemoglobin secara berkala dalam mencegah stunting.

METODE

Metode : penyuluhan meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja putri mengenai stunting dan pencegahan anemia, dilakukan pengukuran dengan kuesioner pretest dan posttest pada subjek remaja putri (posrem) papahan, metode focus group discussion (FGD), dilanjutkan pengecekan kadar HB, Instrumen yang digunakan sebanyak 20 butir soal dengan skor nilai untuk jawaban benar 1 dan skor nilai 0 untuk jawaban yang salah, analisis secara deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Remaja putri terlebih dahulu dilakukan pretest untuk mengetahui kemampuan awal yang dimiliki terkait stunting. Hasil pretest stunting dan pencegahan anemia seperti tabel berikut:

Tabel 1 Data Pemahaman awal remaja putri

	N	Min	Max	Mean
Pretest	25	60	76	68,00

Pengukuran pemahaman setelah penyuluhan tentang stunting diberikan dengan hasil post test diperoleh pemahaman stunting dan pencegahan anemia pada tabel berikut:

Tabel 2 Data Pemahaman akhir remaja putri

	N	Min	Max	Mean
Postest	25	60	88	74.26

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai rata – rata pretest adalah 68.00 dan rata – rata nilai postest adalah 74.26, demikian nilai rata-rata sesudah penyuluhan dilakukan dengan hasil lebih besar dibandingkan sebelum penyuluhan. Hal ini berarti ada peningkatan pemahaman remaja

putri tentang stunting. Hal ini ditunjukkan pula dari karakteristik umur remaja putri yang dibina pada posyandu remaja putri Fresh desa papahan dengan jumlah tertinggi pada umur 16 tahun yang menunjukkan kesiapan sebagai remaja putri. Hal ini sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk yang berusia 10–18 tahun, dimana masa remaja merupakan fase kehidupan yang menandai peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa. Pada masa ini, remaja akan mengalami pubertas, yaitu pertumbuhan fisik disertai perkembangan mental, kognitif, dan psikis. Kondisi berat badan remaja fresh terendah rata-rata 34 kg pada kategori kurus. Hal ini memiliki dampak terhadap belum adanya kesiapan yang cukup bagi seorang remaja putri menjadi calon ibu yang akan menghadapi persalinan bila telah menikah. Hal ini selaras riskesdas (2018) menunjukkan bahwa 87% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja 16-18 tahun berada dalam kondisi kurus dan sangat kurus. Maka perlu adanya pemberian informasi dalam bentuk pendidikan gizi yang tidak terlepas dari metode dan media yang digunakan. Ukuran tinggi badan remaja Fresh terendah 1,42 cm, hal ini merupakan kondisi yang terus tumbuh dan berkembang pada tinggi dan berat badan yang belum optimal pada remaja putri, yang difokuskan pada remaja yang berada dibawah ideal. Kondisi ini dapat memicu pula keadaan remaja putri yang belum siap untuk mengkondisikan diri konsumsi makanan bergizi dengan menghindari makanan jenis instan food dan seterusnya dimana asupan kandungan gizinya tidak terpantau dengan baik. Menurut WHO dalam notoadmojo (2012) bahwa pendidikan kesehatan merupakan kegiatan yang membantu individu, kelompok dan masyarakat untuk meningkatkan kemampuan baik pengetahuan sikap dan psikomotor untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. Selain itu dilakukan pengukuran kadar haemoglobin secara rutin bagi remaja putri guna mengetahui kondisi zat besi dalam tubuh setiap individu yang bertujuan mendeteksi lebih awal kadar hemoglobine pada remaja agar tidak terjadi kondisi anemia berat. Kadar hemoglobin remaja putri saat ini 13,8 mmhg- 15,9 mmhg sebagian besar telah berada pada kondisi normal dimana terjadi pada usia rata-rata 11 sampai 14 yang memiliki akses dalam memperoleh pengetahuan tentang kesehatan dalam menjaga asupan zat besi sehingga mendukung kemampuan dalam menyerap informasi baru. Hal ini selaras dengan WHO dalam Notoadmojo (2003) dimana salah satu strategi untuk perubahan perilaku dengan pemberian informasi guna menumbuhkan kesadaran pada akhirnya orang akan berperilaku sesuai. Hal ini didukung penelitian Yuwanti (2021) bahwa status gizi, masalah kesehatan pada anak, kebiasaan makan makanan instan, dan tinggi badan ibu berhubungan dengan stunting pada balita dengan nilai p value < 0,05. Pantang makanan, riwayat konsumsi tablet besi, riwayat antenatal care, riwayat penyakit penyerta dalam kehamilan, riwayat pemberian ASI ekslusif, sanitasi air bersih, lingkungan perokok dan kondisi ekonomi tidak berhubungan dengan kejadian stunting pada balita dengan p value = > 0,05. Status gizi, tinggi badan ibu, dan kebiasaan makan makanan instan secara bersama-sama sebagai faktor resiko kejadian stunting pada balita. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu status gizi, masalah kesehatan pada anak, kebiasaan makan makanan instan, dan tinggi badan ibu berhubungan dengan stunting pada balita. Hal ini sejalan dengan hasil Global Health Survey 2015 dalam penelitian Ahmad Faridi dkk (2023) menunjukkan, penyebab tingginya angka stunting antara lain karena remaja yang jarang sarapan, melakukan diet ketat biar kurus, kurangnya makan makanan yang berserat seperti sayur buah. Bertambahnya angka pernikahan remaja di Indonesia tinggi, remaja belum paham tentang pentingnya gizi dan stimulasi yang tepat. Perlu melibatkan remaja dalam penanggulangan stunting menjadi penting dikarenakan remaja berada di garis depan dalam inovasi dan sebagai agen perubahan". Melalui Aksi Bergizi merupakan upaya strategis dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD (tablet tambah darah) pada remaja putri sebagai salah satu indikator layanan intervensi gizi spesifik dalam percepatan penurunan stunting. Aksi Bergizi dengan membudayakan kebiasaan sehat bagi siswa supaya menggemari aktifitas fisik, juga membiasakan konsumsi makanan bergizi. Tujuan Aksi Bergizi adalah meningkatkan remaja mengetahui tentang pentingnya Tablet Tambah Darah, Olahraga/aktivitas fisik, dan konsumsi gizi seimbang (Aksi Bergizi), meningkatkan komitmen para remaja untuk melaksanakan kegiatan Aksi Bergizi secara rutin (setiap minggu). Berdasarkan definisi stunting adalah gagal tumbuh akibat kurangnya asupan gizi yang dapat menyebabkan terganggunya perkembangan otak, metabolisme, dan pertumbuhan fisik pada anak. Salah satu faktor penyebab anak stunting adalah anemia. Pencegahan stunting sebaiknya dilakukan sedini mungkin. Remaja putri dapat melakukan pencegahan dengan mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebanyak 1 tablet per minggu, melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit sehari serta menerapkan pola makan sesuai pedoman gizi seimbang. Kejadian stunting di Indonesia mengalami penurunan namun masih diatas standar yang ditetapkan WHO dibawah 20%. Jika stunting tidak segera diatasi akan berpengaruh pada kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) dimasa mendatang. Remaja sebagai cikal bakal penerus bangsa perlu

dikenalkan terkait stunting agar dimasa mendatang dapat mencegah stunting pada keturunannya. Pemanfaatan PosRem yang ada senantiasa diaktifkan melalui para kader yang telah terbentuk dibawah koordinator bidan desa setempat. Pelaksanaan kegiatan PosRem memiliki manfaat berkelanjutan bagi remaja guna memperoleh informasi khususnya pencegahan stunting, selain dari berbagai media sosial yang dapat diakses setiap saat oleh para remaja. Dimana informasi yang ada tidak selalu sesuai dengan kebutuhan para remaja. Hal ini tergantung animo remaja dalam ketertarikan informasi yang diakses sehingga memiliki dampak yang belum sepenuhnya sesuai bahkan bertolak belakang dari yang dibutuhkan dapat terjadi. Pemahaman remaja putri tentang pencegahan stunting dengan jumlah remaja meningkat paham sebanyak 74,26% yang memahami terkait pencegahan stunting. Hal ini menunjukkan tingkat pemahaman yang ada pada remaja belum 100% dipahami, kondisi ini mempengaruhi remaja dalam menerapkan pola makan yang tidak sesuai dalam upaya pencegahan stunting. Ketidakpahaman ini terjadi pada jenis makanan yang dikonsumsi setiap hari oleh para remaja dan ketidakpahaman akibat yang terjadi bila konsumsi makanan yang tidak tepat secara terus menerus, kondisi ini bila tidak diidentifikasi sejak awal maka para remaja akan mengalami asupan gizi yang berdampak pada saat remaja yang bersangkutan melahirkan. Kesadaran asupan gizi yang sehat perlu ditanamkan dan dipahami guna mengurangi resiko terjadinya stunting pada anak yang kedepan dilahirkan oleh para remaja. Hal ini selaras dengan penelitian Febirana Muhctar dkk (2023) dimana Evaluasi pemahaman para remaja perlu dilakukan pengukuran khususnya pencegahan stunting yang harus dipahami sejak awal remaja yang berkontribusi dalam mencetak generasi muda yang sehat tidak stunting. Hal ini selaras pula dengan penelitian Mitra LPPM STIKes Hangtuah Pekanbaru tahun 2015 dimana fokus gerakan perbaikan gizi ditujukan calon ibu pada kelompok 1000 hari pertama kehidupan, pada tatanan global disebut Scaling Up Nutrition (SUN) dan melalui Gerakan Nasional Sadar Gizi dalam upaya Percepatan Perbaikan Gizi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan.

SIMPULAN

Remaja putri pada karakteristik umur tertinggi 16 tahun yang menunjukkan kesiapan sebagai remaja putri dengan berat badan berada pada rata-rata 34 kg pada kategori kurus, disertai kadar haemoglobin remaja putri antara 13,8 mmhg- 15,9 mmhg sebagian besar. Namun pemahaman remaja putri belum sepenuhnya paham tentang pencegahan stunting masih terdapat 40% belum memahami terkait pencegahan stunting. Ketidakpahaman pada jenis makanan yang dapat dikonsumsi setiap hari oleh para remaja yang berdampak pada pola konsumsi makanan yang tidak tepat secara terus menerus.

SARAN

Pengabdian selanjutnya dapat diarahkan pada kegiatan secara masif mengenai stunting pada remaja melalui tempat belajar, seperti sekolah, dengan pelajaran khusus mengenai parenting terutama stunting sehingga para remaja tahu. Optimalisasi peran orang tua melalui ibu-ibu PKK terkait konsep keluarga, cara pengasuhan, serta pendidikan anak. Pengaktifan posyandu remaja kearah kegiatan fisik melalui olahraga bersama selama 30 menit setiap hari disertai asupan nutrisi gizi secara rutin dikoordinir bidan desa setempat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada remaja putri fresh, para kader posyandu remaja, bidan desa papahan, kepala desa papahan yang telah memberi dukungan dan arahan serta kesempatan sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Faridi, Andra Vidyarini, Aditya Yudha Prasetya.(2023).Hubungan Pengetahuan, Kebiasaan Sarapan Dan Asupan Zat Gizi Makro Sarapan Dengan Status Gizi Pada Remaja. Jurnal Riset Gizi, Vol.11 No.2 2023, p-ISSN: 2338-154X e-ISSN: 2657-1145.
- Azijah, I., & Adawiyah, A. R. (2020). Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak (Bayi, Balita Dan Usia Prasekolah (Miranti (Ed.); Pertama). Penerbit Lindan Bestari. Ngura, E. T. (2021). Stunting Dan Pengaruhnya Dalam Perkembangan Anak Usia Dini Elisabeth. Jurnal Smart Paud, 4(2), 174–182.
- Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota se-Provinsi Jawa Tengah.(2023). Buku Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2023. Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota se-Provinsi Jawa Tengah. <https://dinkesjatengprov.go.id>

- Febriana Muchtar, Sri Rejeki, Ilian Elvira, Hastian .2023.Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi Vol. 2, No. 2 August 2023 P-ISSN: 2828-6839 | E-ISSN: 2828-6677.
- Khusnul Khotimah. 2022. Dampak stunting dalam perekonomian di Indonesia. Jurnal Inovasi Sektor Publik. Volume 2, Nomor 1, 2022 ISSN: 2829-1352 (Online) <https://jurnal.uwp.ac.id/jisp/article/>
- Mitra LPPM STIKes Hang Tuah Pekanbaru.(2015).Permasalahan Anak Pendek (Stunting) dan Intervensi untuk Mencegah Terjadinya Stunting (Suatu Kajian Kepustakaan) Stunting Problems and Interventions to Prevent Stunting (A Literature Review). Jurnal Kesehatan Komunitas, Vol. 2, No. 6, Mei 2015. file:///F:/Downloads/85-Article%20Text-142-147-10-20170210.pdf
- Notoatmodjo, S. 2003. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta.
_____.2012.Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang upaya kesehatan anak. Jakarta. 18 Juni 2014. <https://peraturan.bpk.go.id/Home>
- Yuwanti, Festy Mahanani Mulyaningrum, Meity Mulya Susanti.2021.Faktor-faktor yang mempengaruhi stunting pada balita di Kabupaten Grobogan. <https://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/stikes/article/view/704>
- Soetjiningsih, C. H. (2012). Perkembangan Anak. In Sesi Psikologi Perkembangan (Pertama). Kencana.
- Supariasa, I. D., Bakri, B., & Fajar, I. 2016. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Syahruddin, A. N., Ningsih, N. A., & Menge, F. (2022). Hubungan Kejadian Stunting Dengan Perkembangan Anak Usia 6-23 Bulan. 15(4), 327–332.
- Yulia, D. S., Indriati, G., & Dewi, W. N. (2021). Gambaran Perkembangan Pada Anak Stunting. Jurnal Keperawatan, 10(1), 65–74.<https://Doi.Org/10.29238>
- Sri Wiyanti, Sri Hartati, Yunita Nazarena, "Panduan Sederhana Pencegahan Resiko Stunting Pada Remaja Putri ,," Repository Poltekkes Kemenkes Palembang, accessed November 16, 2024, <https://repository.poltekkespalembang.ac.id/items/show/4147> Melibatkan Keluarga (Pertama, P. 60 Hlm). Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.
- Riskesdas.2018.Laporan Riskesdas Nasional Kementerian kesehatan <https://layanan.data.kemkes.go.id/ketersediaan-data>
- Reza Sapitri, David Simangunsong, Ferix Riskierdi, Resti Fevria. 2022.Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Balita. Prosiding SEMNAS BIO 2022 .UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.ISSN : 2809-8447
- Wafa Zakiyanpri, Syifa'ul Lailiyah, Ghani Armando dkk. (2024).Edukasi kepada Remaja untuk Mencegah Terjadinya Stunting dari Faktor Kesehatan saat Masa Remaja di SMAN 1 Banyuwangi.Jurnal Abdi mas Indonesia. VOL 4 NO 3 (2024): JAMSI - MEI 2024 /<https://jamsi.jurnal-id.com/index.php/jamsi/article/view/1151>