

## Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Stunting Pada Remaja Putri di Desa Buyumpondoli

Yunda Victorina Tobondo<sup>1</sup>, Nurfhin Ilma Bunga<sup>2\*</sup>, Debora C.P Mowose<sup>3</sup>, Riskian Sumba<sup>4</sup>,  
Brenda Purese<sup>5</sup>, Afriyanti Kodea<sup>6</sup>, Devin Ngkeri<sup>7</sup>, Arnol Kaiya<sup>8</sup>, Dodi Wunta<sup>9</sup>, Elvina Lawodi<sup>10</sup>,  
Henry Anderson Ruagadi<sup>11</sup>

<sup>1,5,6</sup>Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Tentena

<sup>3,9,10</sup>Fakultas Ekonomi Universitas Kristen Tentena

<sup>2,7,8</sup>Fakultas Pertanian, Universitas Kristen Tentena

<sup>11</sup>Fakultas Sosial dan Ilmu Politik Universitas Kristen Tentena

\*e-mail: nbunga89@gmail.com

**Received:**  
25 Mei 2024

**Revised:**  
27 Mei 2024

**Accepted:**  
29 Mei 2024

### ABSTRACT

*Stunting is a growth problem in children where the child's growing conditions are less than optimal so that the child appears short compared to other children his age, which is caused by a lack of balanced nutritional intake. As we generally know, stunting prevention only focuses on toddlers and pregnant women. Prevention of stunting should be done as early as possible, during the teenage years as expectant mothers. The aim is the importance of providing understanding to teenagers about the problem of stunting and its prevention, to reduce the problem of stunting. In adolescence, prevention begins by taking blood supplement tablets for teenage girls at a rate of one tablet per week and adopting a healthy lifestyle. By conducting outreach as an initial overview and continuing with distributing e-modules as learning materials to increase public awareness of the stunting problem and how to implement a healthy lifestyle to prevent stunting at an early age or in young women*

**Keywords:** Stunting, Adolescent Women, E-Module

### ABSTRAK

Stunting merupakan masalah pertumbuhan pada anak di mana kondisi tumbuh anak yang kurang optimal sehingga anak terkesan pendek dengan anak-anak seusianya, yang disebabkan kurangnya asupan gizi seimbang. Pencegahan stunting umumnya kita ketahui hanya berfokus pada balita dan ibu hamil. Pencegahan stunting sebaiknya dilakukan sedini mungkin, pada usia remaja sebagai calon ibu. Tujuannya yaitu pentingnya memberikan pemahaman kepada para remaja putri tentang masalah stunting dan pencegahannya, untuk mengurangi masalah stunting. Adapun tahapan yang dilakukan dalam peningkatan pengetahuan pencegahan stunting pada remaja putri yaitu sosialisasi terkait stunting serta pemberian buku yang memuat informasi pencegahan stunting dan gizi seimbang. Berdasarkan hasil uji rata-rata yang dilakukan, terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri Dengan melakukan sosialisasi sebagai gambaran awal dan dilanjutkan dengan membagikan e-modul sebagai bahan belajar demi meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap masalah stunting tersebut dan bagaimana cara menerapkan pola hidup sehat demi mencegah stunting di usia dini atau pada remaja putri.

**Kata kunci:** Stunting, Remaja Putri, E-Module

### PENDAHULUAN

Kondisi gagalnya pertumbuhan yang disebabkan oleh kurangnya gizi dan terjadi selama masa kritis pertumbuhan 1000 hari pertama kehidupan, yaitu dari masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun mengakibatkan terjadinya kondisi stunting. Akibat buruk yang timbul dalam jangka pendek kekurangan gizi pada periode ini meliputi gangguan

perkembangan otak, penurunan kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan masalah metabolisme dalam tubuh stunting menjadi prioritas utama pemerintah Indonesia pada saat ini. Isu stunting sudah menjadi masalah serius bagi pembangunan nasional sejak beberapa tahun terakhir. Hal ini dikarenakan stunting dapat mengganggu pertumbuhan anak dan berdampak serius pada Kesehatan anak. WHO (*World Health Organization*) sebagai lembaga kesehatan dunia, pada tahun 2017 menyatakan bahwa angka kejadian stunting Indonesia berada pada urutan tertinggi ketiga di Benua Asia, khususnya pada regional Asia Tenggara dengan posisi di bawah Timor Leste dan India dan berada setelah Pakistan dengan angka kejadian sebesar 45%, kemudian Kongo pada jumlah 43%, selanjutnya India dengan jumlah 39% dan Ethiopia sebesar 38%. Angka yang diperoleh Indonesia saat ini menempatkan posisi kelima di dunia. Hal ini menandakan bahwa stunting dialami oleh anak-anak pada beberapa wilayah di Indonesia, salah satunya desa Buyumpondoli.

Desa Buyumpondoli merupakan salah satu desa di kecamatan Pamona Puselemba, kabupaten Poso, Sulawesi Tengah. Pada tahun 2022, terdapat 7 kasus stunting di desa Buyumpondoli dan pada tahun 2023 Kasus tersebut meningkat menjadi 10 kasus. Berdasarkan hasil wawancara kepada pemerintah desa serta bidan desa setempat, pemicu peningkatan kasus salah satunya adalah rendahnya pengetahuan masyarakat terkait stunting serta bentuk pencegahan stunting. Berkaitan dengan pencegahan stunting, tentu peran ibu sangat penting agar pertumbuhan anak sehat dan seorang ibu harus memiliki pengetahuan yang mempunyai tentang bagaimana makanan yang bergizi dan bernutrisi yang baik di konsumsi anaknya di masa pertumbuhan dan perkembangannya (Agustina et al., 2023). Namun, pencegahan stunting tentu tidak hanya dimulai saat menjadi ibu saja, melainkan sejak calon ibu masih remaja. Kelompok remaja putri yang berada pada usia 12 sampai 17 tahun merupakan kelompok usia yang telah mampu menerima informasi dan memahami informasi yang di berikan dan dapat mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan atau edukasi gizi untuk remaja dapat di harapkan berkontribusi pada remaja sebagai calon orang tua akan kesehatan ibu dan anak di masa penting dalam kehidupannya, termasuk untuk memutus rantai siklus persoalan stunting. Dan keberhasilan edukasi gizi sangat di tunjang oleh media yang di gunakan. Kelompok usia remaja termasuk pada golongan yang rentan mengalami masalah kesehatan, khususnya remaja putri yang dapat mempengaruhi periode kehidupan selanjutnya dimana remaja putri akan menjadi ibu (Mughtar et al., 2023).

Pencegahan stunting pada remaja sangat penting di untuk lakukan, dan dengan langkah yang tepat, salah satunya melalui edukasi untuk meningkatkan pemahan kelompok remaja putri tetang bagaiman makanan bergizi dan bernutrisi yang baik di kinsumsi. Agar nutrisi dan gizi terpenuhi dan terhindar dari masalah kekurangan gizi dan bisa mencegah stunting. edukasi kepada remaja putri akan berdampak jangka panjang terhindar dari stunting (Widyawati et al., 2024). Dalam pencegahan stunting harus melibatkan semua pihak dan di lakukan sesuai sasaran yang tepat. pemenuhan gizi seimbang dalam mencegah stunting sejak dini akan berdampak untuk masa depan. karena Apabila asupan gizi sejak remaja sudah kurang maka akan beresiko mempunyai bayi yang kurang gizi dan berakibat stunting. Sebagai generasi muda remaja tentunya sangat penting menjaga kesehatan. Dalam upaya untuk menurunkan angka stunting di Indonesia, kita perlu memberikan pengetahuan sejak dini untuk mensukseskan program pemerintah 1000 hari pertama kehidupan. (Rusilanti & Riska, 2021).

Stunting merupakan masalah yang kompleks dengan faktor penyebab yang multifaktor. Adapun pemecahan masalahnya dapat bersumber dari dua faktor langsung yaitu pertama kualitas dan kuantitas asupan zat gizi seimbang dan faktor kedua adalah penyakit infeksi. Oleh karena itu untuk mencapai pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas, pencegahan stunting harus di tangani dengan serius Maka dari itu Pengetahuan tentang stunting memegang peranan penting dalam mencapai masyarakat sehat dan terhindar dari stunting. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai gizi seimbang (Adam & Mas'ud, 2022). Masalah gizi memiliki dampak

yang sangat besar walupun tidak menular akan tetapi pencegahan akan lebih baik dari pada mengobati di kemudian hari.

Penggunaan e-modul memiliki potensi untuk membantu remaja putri yang mungkin memerlukan lebih banyak waktu untuk memahami materi pelajaran, karena dapat menciptakan pengalaman belajar yang lebih efektif dan menarik. serta Memanfaatkan teknologi ke hal-hal yang positif untuk mengembangkan pola pikir dan pengetahuan yang lebih luas. Modul tidak hanya diterapkan dalam konteks pembelajaran di kelas, tetapi juga dapat digunakan secara independen oleh peserta didik untuk mencapai tujuan pembelajaran mereka sendiri, yang pada akhirnya memungkinkan pebelajar untuk mengembangkan diri secara mandiri (Agustina et al., 2023).

## METODE

Pencegahan stunting di desa Buyumpondoli dilakukan melalui 2 tahapan, yakni sosialisasi pencegahan stunting dan pemberian e-modul kepada remaja putri. Adapun yang menjadi sasaran kegiatan adalah remaja putri yang berusia 12 – 17 tahun. Total responden adalah 15 remaja putri yang merupakan peserta posyandu. Adapun metode pelaksanaan yaitu:

1. Pelaksanaan Sosialisasi Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Gizi Seimbang pada Remaja Putri di Desa Buyumpondoli
2. Pemberian e-modul “Ayo Cegah Stunting!”

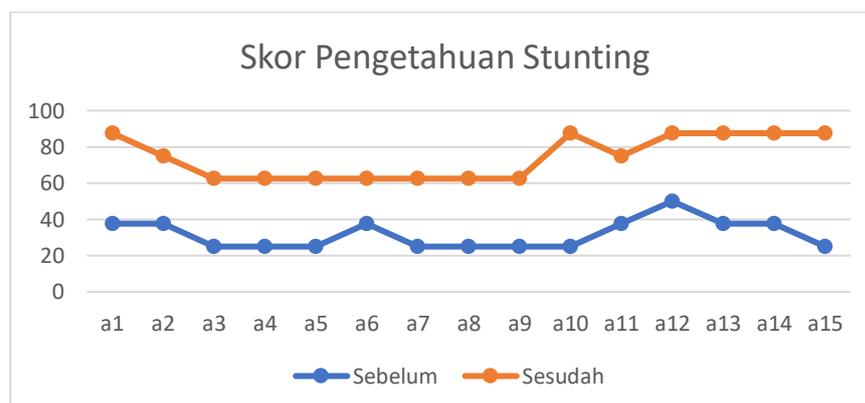
Teknik pengukuran keberhasilan program dilakukan menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada remaja putri yang berjumlah 15 orang sebelum mengikuti program dan sesudah mengikuti program. Kuesioner memuat pertanyaan-pertanyaan terkait stunting dan Upaya pencegahannya pada remaja putri. Hasil kuesioner dianalisa menggunakan teknik deskriptif kuantitatif guna melihat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah mengikuti program yang diberikan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. Hasil

Program sosialisasi dan pembagian E-modul merupakan langkah awal untuk meningkatkan pola pikir remaja putri tentang apa itu stunting dan cara pencegahannya. Pencegahan stunting di mulai sejak usia dini ( remaja putri ) khususnya di desa Buyumpondoli. Setelah melewati berbagai tahap proses perencanaan, hasil rapat, pembagian kuisisioner, penyediaan tempat dan waktu kegiatan sosialisasi serta pembuatan e-modul untuk kesuksesan program pencegahan stunting tersebut.

Pelaksanaan program dimulai dengan pelaksanaan sosialisasi kepada remaja putri pada tanggal 01 Mei 2024 di Balai Desa Buyumpondoli. Selanjutnya diberikan e-modul pada remaja putri melalui aplikasi *whatsapp*. Adapun hasil pengukuran kuesioner menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan terkait stunting dan pencegahannya pada ke 15 remaja putri yang dpat dilihat pada diagram berikut:



Berdasarkan hasil di atas, dapat dikatakan program yang dijalankan untuk meningkatkan pengetahuan stunting pada remaja putri di desa Buyumpondoli berhasil. Hal ini dikarenakan setiap remaja putri mengalami peningkatan skor kuesioner sesudah mengikuti program Kesuksesan program ini juga tidak lepas dari kerja sama yang baik diantara anggota posko 3 dan dosen pembimbing lapangan sebagai motivator dan penanggung jawab, serta perangkat desa dan masyarakat buyumpondoli yang selalu mendukung program tersebut.

#### **b. Pembahasan**

Pelaksanaan program dimulai dengan pelaksanaan sosialisasi dengan tema “Pencegahan stunting melalui pemenuhan gizi seimbang” bertujuan untuk meningkatkan cara berpikir remaja putri tentang bagaimana pola hidup sehat dan makanan sehat seperti apa. Pada zaman sekarang ini banyak sekali makanan siap saji seperti mie instan salah satu contohnya, yang sebenarnya jika dikonsumsi berlebihan tidak akan baik untuk kesehatan. Berikut adalah gambar kegiatan sosialisasi :



Gambar 1 sosialisasi pencegahan stunting melalui pemenuhan gizi seimbang

Informasi yang diberikan saat sosialisasi juga memuat informasi tentang pencegahan yang dapat dilakukan oleh remaja putri agar mengurangi resiko stunting saat masa kehamilan dan saat menjadi seorang ibu. Tentu informasi ini penting karena pencegahan tidak hanya dimulai saat mengalami kehamilan saja, melainkan sejak masih remaja dimana asupan gizi yang baik akan menghasilkan generasi yang baik pula.

Selanjutnya, pembagian e-modul dilakukan agar remaja putri dapat memahami lebih dalam lagi masalah stunting, cara pencegahannya seperti menerapkan pola hidup sehat, makanan sehat, kegunaan dari tablet tambah darah. Pencegahan stunting juga termasuk tidak terjadi kehamilan di usia remaja, dan hal ini merupakan hal penting untuk kesejahteraan remaja putri. Penggunaan e-modul sebagai sarana untuk memberikan pemahaman dan informasi yang tepat kepada remaja putri dapat menjadi langkah efektif dalam mencegah stunting. E-modul dapat memberikan akses mudah, interaktif, dan edukatif bagi remaja putri untuk memahami pentingnya kesehatan reproduksi, seksualitas, dan konsekuensi dari kehamilan di usia muda. Dalam e-modul pencegahan stunting untuk remaja putri, konten yang disajikan haruslah informatif, relevan, dan disusun dengan bahasa yang mudah dipahami. Modul tersebut dapat mencakup informasi mengenai kesehatan reproduksi, penggunaan kontrasepsi, pentingnya pendidikan seksual yang komprehensif, serta dampak sosial, ekonomi, dan kesehatan dari kehamilan di usia remaja.

Penting untuk memastikan bahwa e-modul yang disediakan memperhatikan aspek kesehatan fisik, mental, dan emosional remaja putri serta menghormati nilai-nilai budaya dan agama yang ada. Dukungan dari orang tua, pendidik, dan tenaga kesehatan juga merupakan faktor penting dalam kesuksesan pencegahan stunting melalui e-modul. E-modul bertujuan sebagai media belajar untuk menambah pengetahuan remaja putri tentang apa itu stunting dan cara mencegahnya. demi mengurangi angka stunting di masa depan langkah awal yang harus dilakukan adalah memberikan pengertian kepada remaja putri.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari program tersebut pencegahan stunting bukan hanya di lakukan pada ibu hamil dan balita, melainkan dari sejak usia dini (remaja putri) dan program sosialisasi pencegahan stunting dan pemberian e-modul pada remaja putri berdampak positif pada peningkatan pengetahuan remaja putri terkait stunting dan upaya pencegahannya. Hal utama dalam mencegah stunting adalah mengetahui apa itu stunting dan dampaknya ke depan di lanjutkan dengan cara pencegahannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adam, A., & Mas'ud, H. (2022). Komunikasi Perubahan Perilaku “Cegah Stunting Itu Penting” Melalui Pemanfaatan E-Modul. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 3(2), 28. <https://doi.org/10.32807/jpms.v3i2.882>
- Agustina, E., Murwaningsi, T., & Santosa, E. B. (2023). *Eksplorasi Kebutuhan E-Modul Hypercontent Edukasi tentang Stunting*. 06(01), 8611–8620.
- Hengkeng, J., Arfid Guampe, F., Anderson Takapente, F., Enjelita Rangka, M., Poli, S., Ruhu, A., Tri Putri Tontji, S., Padipi, E., & Maryam Lempao, N. (2024). Pencegahan stunting melalui ketahanan pangan tanaman organik. *Medani (Jurnal Pengabdian Masyarakat)*, 3(1), 1–7.
- Muchtar, F., Rejeki, S., Elvira, I., & Hastian. (2023). Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), 138–144. <https://doi.org/10.34312/ljpmt.v2i2.21400>
- Rusilanti, & Riska, N. (2021). Pengaruh Pelatihan Tentang Pemilihan Makanan Sehat Untuk Mencegah Terjadinya Stunting Melalui Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 8(02), 175–185. <https://doi.org/10.21009/jkkp.082.06>
- Widyawati, Rahayu, S. M., Tambunan, I., Pratidina, E., & Jamiyanti, A. (2024). ). Edukasi Gizi Rmaja dan Pencegahan Stunting. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 6(1), 29–36.