



PENGUATAN KADER REMAJA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Agustina Retno Hapsari, Fahmi Baiquni, Berlina Putrianti, Dhiya Urrahman, Benny Karuniawati*

Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta, Jln. Tentara Rakyat Mataram No 11B 55231, Indonesia

*bennykaruniawati@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak, terutama di 1.000 hari pertama kehidupan. Di Indonesia, prevalensi stunting masih tinggi, mencapai 30,8% menurut Riskesdas 2018. Salah satu solusi untuk mengatasi stunting adalah dengan memberdayakan remaja sebagai agen perubahan melalui program edukasi gizi, kesehatan reproduksi, dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja terkait stunting dan melatih mereka sebagai kader yang mampu menyebarkan informasi ke masyarakat. Kegiatan ini dilaksanakan di Padukuhan Bulan, Sleman, pada Agustus hingga Oktober 2024. Sebanyak 15 remaja putri berusia 16-18 tahun dipilih sebagai kader, yang kemudian dilatih melalui empat tahapan: rekrutmen, pelatihan, penyuluhan, serta monitoring dan evaluasi. Hasil pelatihan menunjukkan peningkatan pengetahuan kader remaja sebesar 40% terkait stunting, gizi seimbang, dan kesehatan reproduksi. Penyuluhan yang dilakukan oleh kader di lingkungan mereka berhasil menjangkau sekitar 20 orang dan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pencegahan stunting, dengan 85% peserta penyuluhan menyatakan peningkatan pengetahuan mereka. Kesimpulannya, program penguatan kader remaja ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran baik di kalangan remaja maupun masyarakat terkait pentingnya pencegahan stunting. Remaja terbukti mampu menjadi agen perubahan yang efektif dalam menyebarkan informasi gizi dan kesehatan. Namun, beberapa tantangan seperti keterbatasan waktu remaja dan infrastruktur penyuluhan perlu diperhatikan untuk pengembangan program di masa depan.

Kata kunci: edukasi gizi; kesehatan reproduksi; kader remaja; stunting; pencegahan

STRENGTHENING ADOLESCENT CADRES AS AN EFFORT TO PREVENT STUNTING

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that has an impact on children's physical growth and cognitive development, especially in the first 1,000 days of life. In Indonesia, the prevalence of stunting is still high, reaching 30.8% according to Riskesdas 2018. One solution to overcome stunting is to empower adolescents as agents of change through nutrition, reproductive health, and clean and healthy living behavior (PHBS) education programs. This community service program aims to increase adolescents' knowledge related to stunting and train them as cadres who are able to disseminate information to the community. This activity was held in Padukuhan Tangisan, Sleman, from August to October 2024. A total of 15 young women aged 16-18 years were selected as cadres, who were then trained through four stages: recruitment, training, counseling, and monitoring and evaluation. The results of the training showed an increase in the knowledge of adolescent cadres by 40% related to stunting, balanced nutrition, and reproductive health. The counseling conducted by cadres in their neighborhood managed to reach around 20 people and increase public understanding of stunting prevention, with 85% of counseling participants stating that their knowledge had increased. In conclusion, this program to strengthen adolescent cadres has succeeded in increasing knowledge and awareness both among adolescents and the community regarding the importance of stunting prevention. Adolescents have proven to be effective agents of change

in disseminating nutrition and health information. However, some challenges such as adolescent time limitations and extension infrastructure need to be considered for future program development.

Keywords: adolescent cadres; nutrition education; reproductive health; stunting; prevention

PENDAHULUAN

Stunting adalah masalah gizi kronis yang menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan anak, yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam jangka panjang. Dampak stunting tidak hanya terbatas pada pertumbuhan tubuh yang terhambat, tetapi juga mempengaruhi perkembangan kognitif anak, yang dapat mengurangi produktivitas dan kemampuan belajar di masa depan. Menurut data RISKESDAS (Riset Kesehatan Dasar) 2018, prevalensi stunting di Indonesia masih berada pada angka yang cukup tinggi, yaitu 30,8%. Hal ini menunjukkan bahwa Indonesia masih menghadapi tantangan besar dalam penanggulangan stunting, yang jika tidak segera diatasi akan berdampak pada kualitas generasi mendatang. Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting adalah melalui penguatan edukasi tentang gizi dan kesehatan pada masyarakat, terutama pada kelompok yang memiliki peran penting di masa mendatang, yakni remaja. Remaja, sebagai calon orang tua, perlu dipersiapkan dengan pengetahuan dan keterampilan yang baik terkait kesehatan reproduksi, gizi seimbang, dan pola hidup sehat. Dengan memahami pentingnya gizi sejak remaja, mereka dapat berkontribusi dalam menciptakan generasi bebas stunting di masa depan. Hal ini juga didukung oleh WHO yang menyatakan bahwa intervensi gizi pada remaja merupakan salah satu upaya yang sangat efektif dalam mencegah stunting dan masalah gizi lainnya di masyarakat.

Penguatan kader remaja sebagai agen perubahan menjadi pendekatan yang potensial dalam upaya pencegahan stunting. Kader remaja dapat dilatih untuk melakukan edukasi gizi kepada teman sebaya, keluarga, dan masyarakat di lingkungan mereka. Mereka diharapkan menjadi perpanjangan tangan dari tenaga kesehatan, yang bisa menjangkau komunitas lebih luas dan membantu menyebarkan informasi mengenai pentingnya pencegahan stunting melalui pola makan sehat, perawatan kesehatan ibu hamil, dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa remaja memiliki kemampuan untuk menjadi agen perubahan yang efektif dalam masyarakat jika diberdayakan dengan baik. Remaja tidak hanya memiliki pengaruh terhadap lingkungan sebaya, tetapi juga mampu menjangkau keluarga dan komunitas di sekitar mereka. Oleh karena itu, program penguatan kader remaja ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang stunting, tetapi juga untuk memberdayakan mereka dalam mengedukasi masyarakat secara luas, yang pada akhirnya dapat menurunkan prevalensi stunting di masyarakat.

Selain itu, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah menyusun berbagai kebijakan yang berfokus pada percepatan pencegahan stunting, salah satunya melalui peningkatan kapasitas masyarakat dalam mendukung kesehatan ibu dan anak. Dengan penguatan peran kader remaja, diharapkan dapat membantu mencapai target nasional untuk menurunkan angka stunting secara signifikan. Program ini menjadi salah satu bentuk partisipasi remaja dalam program kesehatan nasional yang sangat penting bagi masa depan Indonesia. Stunting adalah salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian serius di Indonesia. Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi kronis yang dialami anak pada masa pertumbuhan, terutama di 1.000 hari pertama kehidupan, yang dimulai sejak kehamilan. Stunting tidak hanya mempengaruhi tinggi badan anak tetapi juga perkembangan kognitif, yang dapat menurunkan produktivitas di masa depan. Berdasarkan data

Riskesdas 2018, prevalensi stunting di Indonesia masih cukup tinggi, yaitu sekitar 30,8%. Angka ini masih jauh dari target WHO yang menetapkan angka prevalensi stunting tidak boleh melebihi 20%.

Remaja memiliki peran strategis dalam pencegahan stunting. Mereka adalah calon orang tua yang harus memahami pentingnya gizi seimbang dan kesehatan reproduksi untuk mencegah stunting pada generasi berikutnya. Oleh karena itu, pemberdayaan kader remaja sebagai agen perubahan di masyarakat merupakan langkah penting dalam upaya menurunkan angka stunting. Kader remaja dapat berfungsi sebagai edukator bagi rekan sebaya dan masyarakat, khususnya dalam menyebarkan informasi mengenai pola makan sehat, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), serta kesehatan reproduksi.

Program pengabdian ini bertujuan untuk:

1. Meningkatkan pengetahuan remaja tentang stunting, gizi seimbang, dan kesehatan reproduksi.
2. Melatih kader remaja dalam keterampilan komunikasi kesehatan.
3. Memfasilitasi keterlibatan aktif kader remaja dalam penyuluhan gizi dan kesehatan kepada masyarakat.
4. Menggerakkan partisipasi masyarakat dalam mendukung upaya pencegahan stunting.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan Padukuhan tangisan kecamatan seyegan kabupaten sleman. Kegiatan dilaksanakan mulai bulan Agustus sampai dengan Oktober 2024. Sasaran dalam kegiatan ini sebanyak 15 remaja putri usia 16-18 tahun. Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam upaya meningkatkan penguatan kader remaja sebagai upaya pencegahan stunting terbagi menjadi empat tahapan kegiatan. Adapun kegiatan tersebut antara lain:

a. Rekrutmen Kader Remaja

- 1) Seleksi Kader Remaja: Seleksi dilakukan untuk memilih remaja yang memiliki motivasi tinggi dan potensi untuk menjadi agen perubahan di lingkungan mereka. Seleksi ini melibatkan pengisian formulir pendaftaran dan wawancara singkat untuk menilai minat, komitmen, dan kemampuan komunikasi remaja.
- 2) Pembentukan Kelompok Kader: Setelah proses seleksi, remaja yang terpilih akan dikelompokkan menjadi beberapa tim kader yang akan bertanggung jawab melakukan penyuluhan di lingkungan masing-masing.

b. Pelatihan Kader Remaja

Pelatihan akan diberikan kepada kader remaja terpilih, mencakup aspek teoretis dan praktis dalam pencegahan stunting.

1) Materi Pelatihan:

- a) Pemahaman tentang Stunting: Definisi, penyebab, dampak jangka panjang, serta upaya pencegahannya.
- b) Kesehatan Reproduksi: Informasi mengenai pentingnya kesehatan reproduksi bagi remaja perempuan untuk mempersiapkan kehamilan yang sehat.
- c) Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS): Pentingnya menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan untuk mendukung kesehatan anak dan mencegah infeksi yang dapat memicu stunting.

- d) Komunikasi Efektif dalam Penyuluhan: Keterampilan komunikasi dan teknik penyuluhan untuk menyampaikan informasi secara menarik dan mudah dipahami.
- 2) Simulasi Penyuluhan: Kader remaja akan dilatih melalui simulasi penyuluhan, di mana mereka mempraktikkan cara menyampaikan informasi kepada teman sebaya dan masyarakat. Simulasi ini akan memberikan pengalaman langsung dalam menghadapi audiens dan mengatasi berbagai tantangan yang mungkin muncul selama penyuluhan.
- c. Penyuluhan oleh Kader
Setelah pelatihan, kader remaja melaksanakan kegiatan penyuluhan di lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat. Penyuluhan ini dilakukan melalui pendekatan partisipatif, seperti diskusi kelompok, pembagian leaflet, dan kampanye media sosial. Kader remaja juga berkolaborasi dengan posyandu dan puskesmas dalam kegiatan edukasi terkait gizi anak dan ibu hamil.
- d. Monitoring dan Evaluasi
Monitoring dan evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas pelaksanaan kegiatan, perubahan pengetahuan dan sikap masyarakat terkait pencegahan stunting, serta kinerja kader remaja.
 - 1) Pre-Test dan Post-Test: Pre-test dilakukan sebelum pelatihan untuk mengukur pengetahuan awal para remaja mengenai stunting. Post-test dilakukan setelah pelatihan dan penyuluhan untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader.
 - 2) Evaluasi Kegiatan Penyuluhan: Evaluasi penyuluhan dilakukan dengan mengukur dampak penyuluhan yang dilakukan kader remaja terhadap pengetahuan masyarakat tentang pencegahan stunting. Survei sederhana akan digunakan untuk mengetahui seberapa banyak informasi yang diterima dan dipahami oleh masyarakat.
 - 3) Refleksi dan Tindak Lanjut: Setelah kegiatan selesai, dilakukan refleksi bersama dengan kader remaja, fasilitator, dan stakeholder untuk mengevaluasi kekuatan dan kelemahan program. Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar untuk pengembangan program di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian masyarakat dengan judul "Penguatan Kader Remaja sebagai Upaya Pencegahan Stunting" bertujuan untuk memberdayakan remaja sebagai agen perubahan dalam upaya pencegahan stunting. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa penguatan peran remaja melalui pelatihan dan penyuluhan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran baik di kalangan remaja maupun masyarakat.

Rekrutmen dan Pelatihan Kader Remaja

Sebanyak 15 remaja terpilih menjadi sasaran untuk dilatih sebagai kader kesehatan. Mereka mengikuti pelatihan intensif yang mencakup materi tentang stunting, gizi seimbang, kesehatan reproduksi, dan keterampilan komunikasi kesehatan. Sebelum mengikuti pelatihan, remaja umumnya memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai stunting. Namun, setelah pelatihan, terdapat peningkatan yang signifikan dalam pemahaman mereka tentang topik-topik yang disampaikan, khususnya terkait pentingnya gizi pada masa remaja dan ibu hamil sebagai upaya

pengecehan stunting. Hal ini terlihat dari peningkatan hasil post-test yang menunjukkan peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta setelah pelatihan.

Pelaksanaan Penyuluhan oleh Kader Remaja

Setelah pelatihan, para kader remaja melakukan penyuluhan di lingkungan tempat tinggal mereka. Kegiatan penyuluhan ini melibatkan sekitar 20 orang yang terdiri dari teman sebaya. Penyuluhan yang dilakukan oleh para kader remaja berjalan efektif, dengan respon positif dari peserta penyuluhan. Hal ini terlihat dari hasil survei sederhana yang dilakukan setelah penyuluhan, di mana sebagian besar peserta melaporkan peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang dan pentingnya menjaga kesehatan ibu hamil untuk mencegah stunting. Para kader juga mampu memanfaatkan media sosial untuk menyebarkan informasi mengenai stunting, yang mendapatkan respon baik dari teman sebaya.

Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja

Untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan dan sikap remaja mengenai pencegahan stunting, dilakukan pengukuran melalui pre-test dan post-test. Tabel pre-test dan post-test menunjukkan hasil peningkatan pengetahuan remaja sebelum dan sesudah pelatihan. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan kader remaja setelah pelatihan. Pemahaman tentang stunting meningkat sebesar 40%, sementara pengetahuan mengenai gizi seimbang dan kesehatan reproduksi juga mengalami peningkatan yang serupa. Keterampilan dalam komunikasi kesehatan, yang menjadi aspek penting dalam penyuluhan, juga mengalami peningkatan yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan berhasil meningkatkan kompetensi kader remaja dalam hal pengetahuan dan penyampaian informasi.

Dampak Penyuluhan pada Masyarakat

Survei terhadap peserta penyuluhan menunjukkan bahwa 85% dari peserta memahami pentingnya asupan gizi pada masa remaja dan ibu hamil setelah mengikuti penyuluhan. Selain itu, sebanyak 78% peserta mengaku akan menerapkan pola makan sehat dan mendukung program pencegahan stunting di lingkungan mereka. Dampak positif dari penyuluhan ini menunjukkan bahwa kader remaja mampu memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perubahan pengetahuan dan sikap masyarakat terkait pencegahan stunting. Ini membuktikan bahwa remaja dapat berperan aktif sebagai agen perubahan dalam masyarakat. Partisipasi aktif masyarakat dalam kegiatan penyuluhan juga menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif untuk meningkatkan kesadaran kolektif terkait isu gizi dan kesehatan.

Tantangan dan Pembelajaran

Beberapa tantangan yang dihadapi dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah keterbatasan waktu remaja untuk terlibat aktif karena aktivitas sekolah, serta kurangnya dukungan infrastruktur di beberapa wilayah untuk penyuluhan langsung. Meski demikian, penggunaan media sosial sebagai platform edukasi menjadi solusi yang efektif untuk menjangkau audiens yang lebih luas. Tantangan ini menjadi pembelajaran penting bagi pelaksanaan program serupa di masa mendatang. Dukungan infrastruktur dan penjadwalan yang lebih fleksibel menjadi faktor yang harus diperhatikan. Penggunaan teknologi, seperti media sosial, terbukti menjadi alternatif yang dapat meningkatkan jangkauan penyuluhan, terutama di kalangan remaja.

SIMPULAN

Kegiatan penguatan kader remaja sebagai upaya pencegahan stunting menunjukkan hasil yang positif, baik dalam peningkatan pengetahuan kader remaja maupun dalam dampak penyuluhan terhadap masyarakat. Peningkatan pengetahuan remaja tentang stunting, gizi seimbang, dan kesehatan reproduksi memberikan dasar yang kuat untuk peran aktif mereka sebagai agen perubahan. Penyuluhan yang dilakukan kader remaja juga berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya mencegah stunting sejak dini. Ke depan, program ini perlu dikembangkan lebih lanjut dengan dukungan infrastruktur yang memadai dan peningkatan keterlibatan teknologi untuk mencapai hasil yang lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., et al. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427-451.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting. Jakarta: Kemenkes RI.
- Nisbett, N., Gillespie, S., Haddad, L., & Harris, J. (2014). Why worry about the politics of childhood undernutrition? *World Development*, 64, 420-433.
- World Health Organization (WHO). (2014). Global Nutrition Targets 2025: Stunting Policy Brief. Geneva: WHO
- Sawyer, S. M., Afifi, R. A., Bearinger, L. H., Blakemore, S. J., Dick, B., Ezeh, A. C., & Patton, G. C. (2012). Adolescence: A foundation for future health. *The Lancet*, 379(9826), 1630-1640.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., et al. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427-451.