

Program Peer Modeling untuk Pencegahan Stunting pada Kelompok Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) Sahaja di SMP N 1 Gamping, Yogyakarta

Suryani¹, Agil Dhiemitra Aulia Dewi^{2*}, Andhita Dyorita³

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Jalan Lingkar Selatan Siliwangi No.63, Mlangi, Nogotirto, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55292

^{2*}Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Jalan Lingkar Selatan Siliwangi No.63, Mlangi, Nogotirto, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55292

³Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Jalan Lingkar Selatan Siliwangi No.63, Mlangi, Nogotirto, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55292

E-mail : agildhiemitra@unisayogya.ac.id

Abstrak

Remaja dengan status gizi yang buruk menjadi awal mata rantai kasus stunting. Kelompok PIK-R yang dikembangkan di sekolah dapat menjadi model intervensi untuk meningkatkan strategi pencegahan perkawinan anak berbasis komunitas. Kegiatan yang dilaksanakan PIK-R di sekolah bertujuan meningkatkan pengetahuan terkait kesehatan reproduksi remaja, seksualitas, kehamilan berisiko, BBLR dan stunting. Kelompok PIK-R di SMPN 1 Gamping sudah terbentuk dengan nama PIK-R Sahaja namun kurang berkembang secara optimal karena kurangnya kemampuan dan kepercayaan diri remaja pengurus PIK R Sahaja. Selain itu, pengelolaan program PIK R Sahaja belum berjalan karena belum jelasnya alur PIK R dan fasilitas yang dibutuhkan belum tersedia dengan memadai. Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk mengaktifkan kembali kegiatan PIK-R Sahaja dengan membekali pengurus dengan ilmu konseling, gizi, dan edukasi berbasis peer group. Pengadaan fasilitas standar yang memadai untuk konseling juga akan dilakukan. Hasil dari kegiatan tersebut adalah terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan pengurus dan kader sebagai peer modeling dalam melakukan peer educator, peer counselor, penilaian status gizi dan kesehatan mental yang baik untuk mencegah stunting sejak dini. Pengurus dan kader PIK-R antusias dalam pelaksanaan peer group serta mampu memanfaatkan fasilitas yang disediakan untuk kegiatan PIK-R. Simpulan kegiatan ini adalah pelatihan PIK-R mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader PIK-R SMP N 1 Gamping.

Kata Kunci : Stunting; Peer-modeling; PIK-R; Kesehatan Mental; Penilaian Status Gizi.

Abstract

Adolescents with poor nutritional status are the beginning of the chain of stunting cases. PIK-R groups developed in schools can be an intervention model to improve community-based child marriage prevention strategies. Activities carried out by PIK-R in schools are expected to increase knowledge related to adolescent reproductive health, sexuality, risky pregnancy, low birth weight and stunting. The PIK-R group at SMPN 1 Gamping has been formed under the name PIK-R Sahaja but has not developed optimally due to the lack of ability and confidence of PIK R Sahaja management teenagers. In addition, the management of the PIK R Sahaja program has not been running because it is not yet clear the flow of PIK R and the facilities needed are not yet available adequately. This Community Service aims to reactivate PIK-R Sahaja activities by equipping administrators with counseling, nutrition, and peer-group-based education. Procurement of adequate standard facilities for counseling will also be carried out. The result of this activity is an increase in the skills of administrators and cadres as peer modeling in conducting peer educators, peer counselors, nutritional status assessments and good mental health to prevent stunting from an early age. PIK-R administrators and cadres are enthusiastic in implementing peer groups and are able to utilize the facilities provided for PIK-R activities.

Keywords: Stunting; Peer-modeling; PIK-R; Mental Health; Nutritional Status Assessment.



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



PENDAHULUAN

Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) adalah suatu wadah kegiatan yang dikelola remaja, dalam hal ini siswa sekolah yang bertujuan memberikan pelayanan informasi dan konseling kesehatan reproduksi serta penyiapan kehidupan berkeluarga. Pendidikan teman sebaya menurut penelitian mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja dan berpengaruh pada perilaku remaja (Rasmaniar et al. 2022). Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) Sahaja merupakan salah satu PIK R di Kapenawon Gamping yang berlokasi di SMP N I Gamping Sleman Yogyakarta. PIK R Sahaja di dirikan tahun 2018. Pembina PIK R Sahaja Ibu Endang Sri Surani menyampaikan jika pada awal berdirinya sudah dilakukan program penyuluhan rutin untuk siswa-siswi di SMP N I Gamping kemudian tahun 2020-2022 PIK R Sahaja non aktif karena masa pandemi. Pada akhir tahun 2022 diaktifkan kembali dengan pengurus siswa sebanyak 9 orang. Pengurus terdiri dari ketua (1 orang), sekretaris (1 orang), bendahara (1 orang), seksi pendidikan sebaya (2 orang), konselor sebaya (2 orang) dan life skills (2 orang). Pengurus PIK R mendapatkan pelatihan biasanya dari pengelola PIK R kecamatan namun sampai saat ini belum terlaksana. Karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan dari pengurus IK R maka selama periode pengurus baru ini belum ada kegiatan lagi. Pengurus baru juga menyatakan belum berani tampil dan belum menguasai cara mengelola PIK R di sekolah.

Evaluasi keaktifan siswa mengikuti program PIK R, dari sampel 67 siswa menunjukkan data hanya 22 orang (33%) siswa yang tahu adanya PIK R di sekolah, selebihnya 14 orang (21%) lupa dan 30 orang (45%) mengatakan tidak tahu. Sedangkan keikutsertaan siswa dalam kegiatan PIK R menunjukkan 7 orang (10%) sering mengikuti kegiatan PIK R, 14 orang (21%) jarang mengikuti dan sebagian besar 46 (69 %) tidak pernah mengikuti. Hal ini menunjukkan organisasi PIK R Sahaja belum begitu dikenal oleh siswa terutama siswa kelas 7 dan kelas 8. Fasilitas yang dimiliki PIK R Sahaja saat ini berupa ruangan terbuka berukuran 4x4 m², 1 buah almari, 1 buah meja. Kondisi ruangan PIK R tampak tidak terawat dan digunakan untuk menyimpan barang-barang koperasi sekolah. Lemari yang tersedia juga tidak representative untuk digunakan karena beberapa bagiannya rusak. Sebagai identitas, ruang PIK R ini juga belum ada papan nama untuk mengenalkan nama PIK R Sahaja. Papan mading ukuran 60x90 m² diletakkan di depan ruangan.

Berkaitan dengan stunting, penelitian sebelumnya menunjukkan sebanyak 53 % remaja mengalami defisiensi energi berat dan 48 % defisiensi protein berat. Resiko lebih besar terjadi pada remaja putri. Hasil pengukuran status gizi pada siswa putri SMP N 1 Gamping berdasarkan pengukuran Indeks Masa Tubuh (IMT) menunjukkan sebagian besar termasuk kategori kurang. Distribusi status gizi dari responden 67 siswa SMP N I Gamping 6% memiliki status gizi lebih, 39% memiliki stats gizi normal, 55% memiliki status gizi kurang. Sebagai calon ibu, status gizi yang buruk akan berdampak pada kesehatan selama masa kehamilan dan beresiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah yang nantinya dapat menjadi stunting (1). Oleh karena PIK R diharapkan menjadi wadah secara khusus yang berkaitan dengan PKBR (Penyiapan Kehidupan Berkeluarga Bagi Remaja). Kepala BKKBN Dr. (HC) dr. Hasto Wardoyo, Sp. OG (K) menyatakan kualitas kesehatan remaja menjadi kunci dalam pencegahan stunting. Remaja dengan status gizi yang buruk menjadi awal mata rantai kasus stunting (Dewi, Fauzia, and Astuti 2022).

Peran remaja dalam upaya pencegahan stunting secara dini sangat penting. Remaja diharapkan menjadi sehat sebelum menikah serta bergerak mempengaruhi teman sebayanya agar bisa siap secara reproduksi dan terjadinya stunting sejak dini (Simbolon, Batbual, and Ratu Ludji 2022). **Namun demikian**, kondisi psikologis remaja yang masih rentan, remaja mengalami perubahan aspek sosial yang menyebabkan remaja mengalami fase krisis. Remaja ini kadang mengalami salah persepsi yang bisa beresiko pada terjadinya perilaku menyimpang. Diantara contoh perilaku menyimpang usia remaja adalah pola hidup yang tidak sehat, maraknya perilaku bullying yang berdampak pada stress dan dilampiaskan dengan pola makan tidak sehat dan tuntutan penampilan yang menarik tanpa memperhatikan kesehatan tubuh (Irawan, Dhiemitra, and Dewi 2022; Karisa, Dhiemitra, and Dewi 2022). Remaja ibarat mata uang yang memiliki 2 sisi berlawanan karena proses transisi yang mereka alami. Ancaman masalah kesehatan dan mental karena perilaku menyimpang serta adanya peluang untuk mengembangkan potensi di usia remaja. Oleh karena itu, ketersediaan pembina, pengurus dan fasilitas pada Mitra PIK R Sahaja bisa menjadi modal awal untuk mengembangkan PIK R Sahaja menjadi PIK R yang produktif dan pengurus menjadi model sebaya remaja sehat di lingkungan SMP N I Gamping.

Berdasarkan analisis situasi yang diuraikan di atas, maka permasalahan kelompok Mitra PIK R Sahaja SMP N I Gamping adalah (1) Pengurus PIK R belum mendapatkan pelatihan sehingga belum mampu dan masih malu untuk melaksanakan peran dan tugasnya. Kemampuan ini termasuk dalam pengelolaan PIK R mulai dari perencanaan, pelaksanaan, evaluasi dan pelaporan. (2) Status gizi masih dibawah normal serta layanan kesehatan untuk siswa belum dilaksanakan karena keterbatasan alat dan kemampuan dalam melakukan pemeriksaan dan pelayanan kesehatan remaja. Fasilitas yang dibutuhkan belum semua tersedia dengan memadai. (3) Fasilitas yang ada belum dimanfaatkan secara optimal untuk menunjang program PIK R.

Kegiatan Program Kemitraan Masyarakat ini bertujuan meningkatkan kemampuan dan kepercayaan diri pengurus menjadi kader Kesehatan PIK R Sahaja, meningkatkan pengetahuan dan kemampuan dalam mengelola kesehatan remaja sehingga terbentuk remaja yang sehat secara utuh fisik dan mental dan menjadi bagian dari proses pencegahan kasus stunting sejak dini, dan meningkatkan pengelolaan program PIK R agar PIK R menjadi produktif kembali.

Keutamaan kegiatan ini adalah kolaborasi keilmuan keperawatan, gizi dan psikologi diharapkan dapat mencapai tujuan kegiatan dengan menerapkan Iptek guna menyelesaikan masalah utama mitra . Iptek yang dikembangkan adalah Program Peer Modeling Pencegahan Stunting (PEDE PENTING) Kelompok Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) Sahaja SMP N I Gamping. PIK-R yang dikembangkan di sekolah dapat menjadi model intervensi untuk meningkatkan strategi pencegahan perkawinan anak berbasis komunitas. Kegiatan yang dilaksanakan PIK-R di sekolah mampu meningkatkan pengetahuan terkait kesehatan reproduksi remaja, seksualitas, kehamilan berisiko, BBLR dan stunting. Kegiatan PIK-R juga mampu meningkatkan sikap siswa terhadap pencegahan perkawinan di usia dini (Rofiq 2019; Simbolon, Batbual, and Ratu Ludji 2022; Suryani et al. 2021; Wahyuningsih and Rustiyah 2021). Secara rinci solusi yang ditawarkan diuraikan dalam Tabel 2 sebagai berikut:

METODE

Kegiatan pengabdian Masyarakat dilaksanakan dalam rentang waktu Agustus-November 2024 di SMPN 1 Gamping, Sleman, Yogyakarta. Partisipan kegiatan adalah pengurus sekaligus kader PIK-R Sahaja yang merupakan siswa kelas X dan XI SMPN 1 Gamping. Bahan dan alat yang digunakan dalam kegiatan adalah kuesioner DASS, alat pengukur antropometri (statuometer, timbangan digital), lembar balik edukasi remaja dan Kesehatan reproduksi, banner anemia dan peer educator, poster gizi remaja dan kesehatan mental, LCD proyektor, laptop, ruang kelas dan ruang konseling PIK-R.

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam PKM ini adalah metode *Participatory Learning and Action (PLA)*. Metode ini sebagai bentuk upaya pemberdayaan masyarakat (*empowerment*) dan partisipasi masyarakat (*community participation*) yaitu kelompok remaja siswa di sekolah yang tergabung dalam PIK R. Peer modeling remaja disebutkan sebagai intervensi efektif untuk mencegah kejadian stunting melalui pembentukan remaja sehat generasi berencana (Rofiq 2019; Simbolon, Batbual, and Ratu Ludji 2022; Suryani et al. 2021; Wahyuningsih and Rustiyah 2021).

Langkah-langkah pelaksanaan PKM sebagai berikut Persiapan : (1) Sosialisasi dan kordinasi persiapan dengan semua pengurus dan pengelola PIK R, (2) Menyusun jadwal kegiatan, (3) Penyusunan materi yang dikemas dalam bentuk cetak dan e book sehingga dapat diakses secara online oleh mitra remaja yang menyukai dunia digital. Materi meliputi: Program PIK R, Peer modeling, peer educator, peer counselor, kesehatan reproduksi remaja, gizi sehat remaja, kesehatan mental remaja. Pelaksanaan kegiatan ini adalah (1) pelatihan kompetensi dan kepercayaan diri pengurus dan kader PIK R Sahaja meliputi: Pelatihan peer modeling, Pelatihan peer educator, Pelatihan peer counselor. (2) Pelatihan kemampuan dalam mengelola kesehatan remaja melalui: Kesehatan reproduksi remaja Deteksi gizi remaja, Pelatihan pola hidup sehat dan gizi seimbang remaja, Pelatihan remaja sehat mental. (3) Pelatihan pengelolaan PIK R meliputi: Penyusunan program, Pelaksanaan program, Monitoring evaluasi dan Pelaporan PIK R. (4) Pengadaan fasilitas program PIK R meliputi: ruangan PIK R, papan nama, menyusun media edukasi Kesehatan reproduksi, media edukasi gizi, median edukasi kesehatan mental bersama mitra.

Kegiatan yang dilaksanakan dimonitor dan dievaluasi dengan cara (1) evaluasi kesiapan peer modeling remaja, (2) pelaksanaan pendampingan praktek peer educator dan peer counselor, (3) evaluasi bersama mitra terkait hasil implementasi, (4) menyusun rencana tindak lanjut bersama mitra, (5)

membuat video kegiatan dan unggah ke youtube, (6) membuat manuskrip publikasi. Dalam pelaksanaan kegiatan juga melibatkan partisipasi mitra yang sudah disepakati yaitu (1) kesediaan mitra dalam pelaksanaan PKM yang dibuktikan dalam bentuk surat, (2) pernyataan kesediaan mitra, (3) mengundang pengurus, kader siswa dan pengelola untuk mengikuti seluruh rangkaian program PKM, (4) menyediakan sarana prasarana untuk pelaksanaan PIK R, (5) memotivasi pengurus, dan kader siswa untuk hadir dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan PKM dari awal sampai akhir, (6) bersedia hadir dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan PKM dari awal sampai akhir., (7) bersedia menerapkan dan melanjutkan semua capaian program PKM.

Metode pengumpuln data dilaksanakan dengan kuesioner, observasi, dan kuis. Untuk menilai tingkat pengetahuan kader PIK-R sebelum dan sesudah pemberian materi edukasi disebarkan kuis melalui platform online. Kemudian untuk Latihan menilai Kesehatan mental remaja, kader diminta mengisi kuesioner DASS dan dilatih untuk melakukan interpretasi hasil. Kader PIK-R yang telah mendapatkan materi kemudian diminta untuk praktek langsung simulasi dan roleplay memberikan konseling peergroup kemudian pelaksana pengabdian mengobservasi dan menilai sejauh mana pemahaman kader. Pengumpulan data dilaksanakan dalam beberapa tahap, yaitu tahap 1(edukasi gizi dan psikologi remaja), tahap 2 (konseling dan penilaian status gizi), dan tahap 3 (monitoring dan evaluasi). Data yang diperoleh berupa data pengetahuan kader, data penilaian status gizi, dan data Kesehatan mental. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif menggunakan Ms Excel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk menjalankan peer modeling pencegahan stunting pada siswa SMP N 1 Gamping, dilakukan beberapa persiapan sebelumnya, yaitu sosialisasi dan kordinasi persiapan dengan semua pengurus dan pengelola PIK R dengan diawali rapat koordinasi dengan guru Pembina kemahasiswaan dan kepala sekolah SMPN 1 Gamping. Selanjutnya adalah menyusun jadwal kegiatan pelatihan dan penyusunan materi yang dikemas dalam bentuk cetak dan e book sehingga dapat diakses secara online oleh mitra remaja yang menyukai dunia digital. Materi meliputi: Program PIK R, Peer modeling, peer educator, peer counselor, kesehatan reproduksi remaja, gizi sehat remaja, kesehatan mental remaja. Untuk penilaian peningkatan pengetahuan siswa, dilakukan penyusunan kuis pre-posttest untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan dan kemampuan mitra. Terakhir adalah persiapan kelengkapan administrasi kegiatan PKM oleh tim PKM: daftar hadir, ATK, akomodasi.



Gambar 3. Pelatihan edukasi kesehatan jiwa, penilaian status gizi, praktik edukasi teman sebaya oleh pengurus PIK-R, serta penyerahan alat kesehatan, peralatan konseling, dan bahan PIK-R.

Pelaksanaan kegiatan peer modeling terbagi menjadi 3 bagian yaitu : (1)Pelatihan kompetensi dan kepercayaan diri pengurus dan kader PIK R Sahaja meliputi: Pelatihan peer modeling, Pelatihan peer educator, Pelatihan peer counselor, (2) Pelatihan kemampuan dalam mengelola kesehatan remaja melalui: Kesehatan reproduksi remaja Deteksi gizi remaja, Pelatihan pola hidup sehat dan gizi seimbang remaja, Pelatihan remaja sehat mental, (3) Pelatihan pengelolaan PIK R meliputi: Penyusunan program,

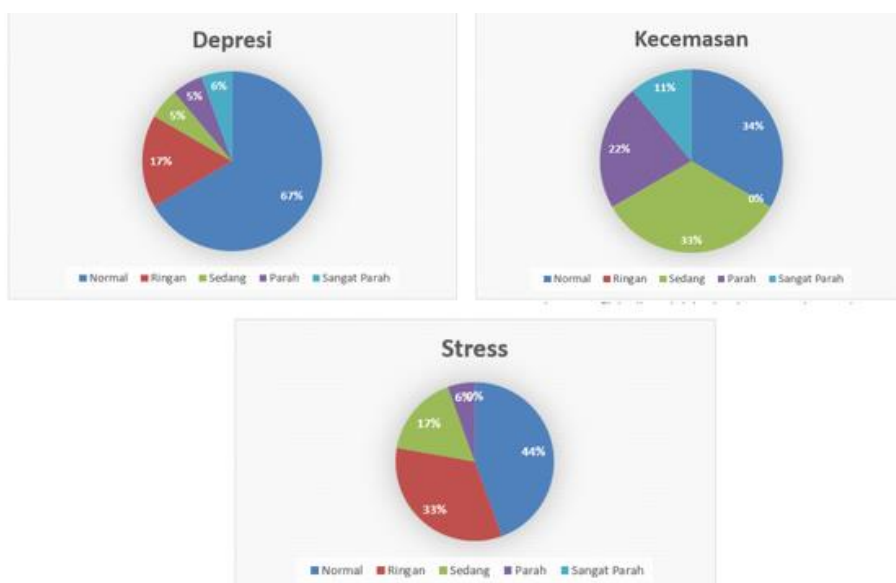
Pelaksanaan program, Monitoring evaluasi dan Pelaporan PIK R.

Selanjutnya untuk persiapan penerapan kegiatan PIK-R, dilakukan pengadaan fasilitas program PIK R meliputi: ruangan PIK R, papan nama, menyusun media edukasi Kesehatan reproduksi, media edukasi gizi, median edukasi kesehatan mental bersama mitra. Kegiatan pertama adalah pelatihan kompetensi dan kepercayaan diri pengurus dan kader PIK R Sahaja dan dilakukan tanya jawab di awal dan di akhir sesi dengan peserta pelatihan. Hasilnya, sebagian besar peserta lebih memahami bagaimana peranan peer educator, peer konselor dalam memahami teman-teman sebayanya. Peserta dilatih bagaimana cara memberikan konseling yang baik. Peserta juga diberikan edukasi mengenai gizi remaja dan kaitannya dengan stunting. Di akhir sesi, peserta mampu menjawab dan mempraktekkan materi yang diberikan saat pelatihan. Dari hasil kegiatan tersebut, diperoleh data bahwa pengurus PIK-R terdiri dari kelas 7,8, dan 9, 75% berjenis kelamin perempuan, rata-rata berusia 13 tahun, berat badan 47,8 kg, dan tinggi badan 156 cm (Tabel 1).

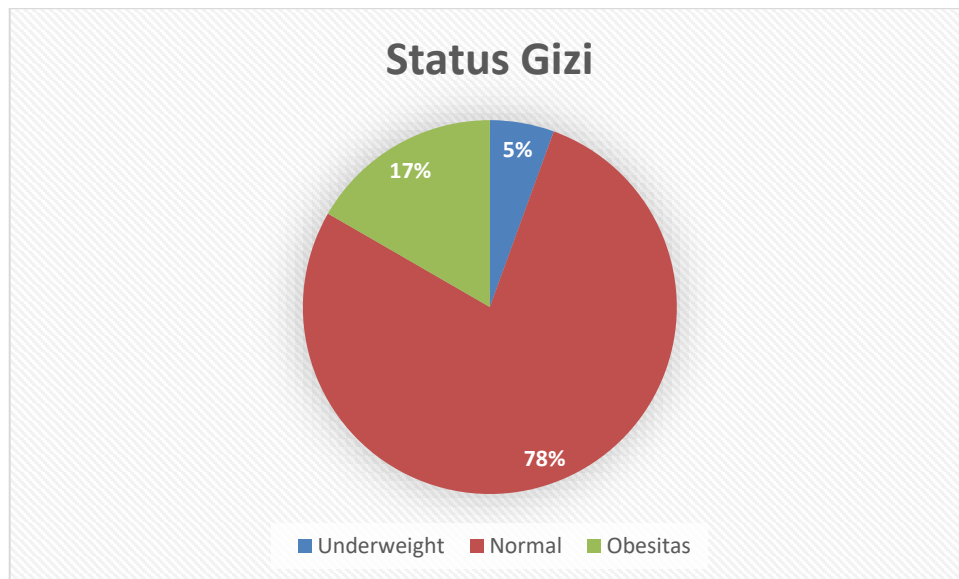
Tabel 1. Karakteristik responden (pengurus PIK-R SMP N 1 Gamping)

Variabel	f	%	Rata-rata	SD	Min.	Maks.
Jenis Kelamin						
Laki-laki	5	25	-	-	-	-
Perempuan	15	75	-	-	-	-
Agama						
Islam	18	90	-	-	-	-
Katholik	2	10	-	-	-	-
Kelas						
7	8	40	-	-	-	-
8	9	45	-	-	-	-
9	3	15	-	-	-	-
Usia	-	-	13,25	0,639	12	14
Berat Badan	-	-	47,8	11,063	30	70
Tinggi Badan	-	-	156,1	5,32	148	166

Berdasarkan hasil tes skrining kesehatan mental menggunakan kuesioner DASS-42 pada pengurus PIK-R yang dilakukan untuk melatih cara mengisi dan menilai kuesioner, diperoleh hasil 33% pengurus mengalami depresi, 56% mengalami stress, dan 66% mengalami kecemasan dengan level ringan hingga sangat parah.



Gambar 1. Grafik hasil tes skrining kesehatan mental responden



Gambar 2. Grafik Status Gizi Responden

Tabel 1 menunjukkan bahwa seusia remaja ini antara 11-14 tahun, cukup rentan mengalami gangguan kesehatan mental sehingga tes skrining kesehatan mental sangat dibutuhkan dan kegiatan peer konseling diharapkan menjadi solusi yang besar untuk teman seusianya (Muniandy et al. 2022; Muniandy, Fatin Aisyah Yusoff, and Agil Dhiemitra Aulia Dewi 2024)(Gambar 1). Kesehatan mental remaja sangat penting untuk diperhatikan karena dapat mempengaruhi performa dalam belajar, berprestasi dan bersosialisasi dengan orang lain (Agnafors, Barmark, and Sydsjö 2021; Juniarti, Lestari, and Jati 2022; Lee et al. 2024). Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa remaja yang memiliki kesehatan mental yang baik dapat menunjukkan permorma akademik yang lebih baik dan begitu pula sebaliknya (Centers for Disease Control and Prevention 2019; Demenech et al. 2021; Hossain et al. 2019; Lukoševičiūtė-Barauskienė et al. 2023)

Kegiatan selanjutnya adalah pelatihan penilaian status gizi kepada pengurus PIK-R dengan menggunakan data pengurus sendiri. Pelatihan dilakukan dengan mengukur berat badan dan tinggi badan untuk menilai indeks massa tubuh (IMT) menurut usia berdasarkan referensi standar WHO. Diperoleh data bahwa 78% berstatus gizi normal, 17% status gizi obesitas, dan 5% berstatus gizi underweight. Peserta pelatihan sangat antusias mengikuti pelatihan dan mendapatkan pengalaman pribadi menilai status gizi temannya untuk bahan dalam memberikan edukasi dan motivasi teman sebayanya untuk memperhatikan kesehatan dan kebutuhan gizinya agar tercapai remaja yang sehat dan mencegah terjadinya stunting (Bargiota et al. 2013; Muniandy et al. 2022; E. Widiarti et al. 2018; N. Widiarti and K 2012). Status gizi remaja harus menjadi perhatian khusus karena dapat berkaitan dengan kesehatan remaja dan kesehatan reproduksi remaja ke depannya terutama untuk nantinya dalam upaya persiapan kehamilan saat sudah dewasa dan menikah. Status gizi remaja yang baik diharapkan dapat menjadi Upaya pencegahan stunting lebih dini dengan mencegah ibu hamil mengalami Kekurangan Energi Kronis. Pengetahuan remaja yang baik terkait stunting dan kesehatan reproduksi dapat menjadi salah satu upaya juga dalam pencegahan stunting, karena peningkatan pengetahuan remaja tentang upaya pencegahan stunting dan anemia memiliki dampak positif dalam upaya pencegahan stunting (Mutiaru Putri and Rosida 2023).

SIMPULAN

PKM Program Peer Modeling Pencegahan Stunting (PEDE PENTING) Kelompok Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) Sahaja SMP N I Gamping ini menunjukkan peningkatan kemampuan dan kepercayaan diri pengurus menjadi kader Kesehatan PIK R Sahaja, terjadi peningkatan pengetahuan dan kemampuan dalam mengelola kesehatan remaja sehingga terbentuk remaja yang sehat secara utuh fisik dan mental dan menjadi bagian dari proses pencegahan kasus stunting sejak dini, dan program PIK R agar PIK R menjadi produktif kembali.

UCAPAN TERIMA KASIH

Artikel jurnal ini ditulis penulis berdasarkan hasil pengabdian Masyarakat yang dibiayai oleh Kemenristek Dikti melalui Program Hibah Penelitian, dan Pengabdian kepada Masyarakat 2023. Isi sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis

DAFTAR PUSTAKA

- Agnafor, Sara, Mimmi Barmark, and Gunilla Sydsjö. 2021. "Mental Health and Academic Performance: A Study on Selection and Causation Effects from Childhood to Early Adulthood." *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 56(5): 857–66. <https://doi.org/10.1007/s00127-020-01934-5>.
- Bargiota, Alexandra, Maria Delizona, Andreas Tsitouras, and Georgios N. Koukoulis. 2013. "Eating Habits and Factors Affecting Food Choice of Adolescents Living in Rural Areas." *Hormones* 12(2): 246–53.
- Centers for Disease Control and Prevention. 2019. "Youth Risk Behavior Survey. Data Summary & Trends Report 2009-2019." : 108. www.cdc.gov/healthyyouth/data/yrbs/pdf/YRBSDataSummaryTrendsReport2019-508.pdf.
- Demenech, Lauro Miranda, Adriano Trassantes Oliveira, Lucas Neiva-Silva, and Samuel C Dumith. 2021. "Prevalence of Anxiety, Depression and Suicidal Behaviors among Brazilian Undergraduate Students: A Systematic Review and Meta-Analysis." *Journal of affective disorders* 282: 147–59.
- Dewi, Agil Dhiemitra Aulia, Faurina Risca Fauzia, and Tri Dyah Astuti. 2022. "Nutritional Knowledge, Vitamin C, and Iron Intake in Relation to the Anemia of Female Adolescents in Bantul, Special Region of Yogyakarta: Pengetahuan Gizi, Asupan Vitamin C, Dan Zat Besi Kaitannya Dengan Anemia Remaja Putri Di Bantul, Daerah Istimewa Yog." *Amerta Nutrition* 6(1SP): 291–297. <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/39870>.
- Hossain, Sahadat et al. 2019. "Impacts of Socio-Cultural Environment and Lifestyle Factors on the Psychological Health of University Students in Bangladesh: A Longitudinal Study." *Journal of affective disorders* 256: 393–403.
- Irawan, Mailani Agestaria, Agil Dhiemitra, and Aulia Dewi. 2022. "Hubungan Berat Badan Berlebih , Pemilihan Makanan Dengan Kepercayaan Diri Pada Pelajar SMA Di Kabupaten Lampung Timur." 3(1): 17–27.
- Juniarti, Redha Tri, Widya Lestari, and Sri Nugroho Jati. 2022. "Hubungan Kesehatan Mental Terhadap Prestasi Belajar Pada Siswa SMPN 17 Pontianak." *Eksistensi* 4(1): 13–19.
- Karisa, Salma, Agil Dhiemitra, and Aulia Dewi. 2022. "The Relationship Between Fast Food Consumption with Obesity in Woman of Childbearing Age in Bandung Hubungan Konsumsi Fast-Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Wanita Usia Subur Di Kota Bandung." *Journal of Global Nutrition* 2(1): 132–38.
- Lee, Xzania, Anya Griffin, Maya I. Ragavan, and Mona Patel. 2024. "Adolescent Mental Health and Academic Performance: Determining Evidence-Based Associations and Informing Approaches to Support in Educational Settings." *Pediatric Research* 95(6): 1395–97.
- Lukoševičiūtė-Barauskienė, Justė, Monika Žemaitaitytė, Vaida Šumakarienė, and Kastytis Šmigelskas. 2023. "Adolescent Perception of Mental Health: It's Not Only about Oneself, It's about Others Too." *Children* 10(7).
- Muniandy, Naleena Devi, Fatin Aisyah Yusoff, and Agil Dhiemitra Aulia Dewi. 2024. "Effect of Food Intake on Mood in Higher Education Institute Students in Malaysia." *Environment-Behaviour Proceedings Journal* 9(28): 11–17.
- Muniandy, Naleena Devi, Sharifah Nurhuzira Syed Azhar, Agil Dhiemitra Aulia Dewi, and Dhiya' Nurfatimah Ibrahim. 2022. "Dietary Behaviour and Mental Health Status among Students of Higher Education Institutes in Malaysia." *Environment-Behaviour Proceedings Journal* 7(20): 455–64. <http://dx.doi.org/10.21834/ebpj.v7i20.3394>.
- Mutiara Putri, Intan, and Luluk Rosida. 2023. "Upaya Pencegahan Stunting Melalui Sosialisasi Program Pendewasaan Usia Perkawinan Dan Anemia Remaja." *Masyarakat Berdaya dan Inovasi* 4(1): 80–87.
- Rasmaniar, Rasmaniar, Euis Nurlaela, Ahmad Ahmad, and Nurbaya Nurbaya. 2022. "Pendidikan

- Teman Sebaya Melalui Pemberdayaan Kader Posyandu Remaja Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Remaja Tentang Manfaat Gizi Dalam Pencegahan Stunting: Penelitian Kuasi Eksperimen.” *Health Information : Jurnal Penelitian* 14: 76–88.
- Rofiq, Akhmad. 2019. “Pusat Informasi Dan Konseling Remaja: Upaya Perwujudan Pendidikan Nonformal.” *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah* 3(2): 73–84.
- Simbolon, Demsa, Bringwatty Batbual, and Ina Debora Ratu Ludji. 2022. “Pembinaan Perilaku Remaja Putri Dalam Perencanaan Keluarga Dan Pencegahan Anemia Melalui Pemberdayaan Peer Group Sebagai Upaya Pencegahan Stunting.” *Media Karya Kesehatan* 5(2): 162–75.
- Suryani, Pudji, Handy Lala, SKM Mph, and Prodi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Malang. 2021. “Efektivitas Metode Peer Educator Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kader Dalam Pencegahan Stunting Di Kota Malang.” *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia* 7(1): 11–18.
- Wahyuningsih, Endah, and Siti Rustiyah. 2021. “Pusat Informasi Dan Konseling Remaja (PIK-R) Dalam Meningkatkan Kualitas Remaja.” ... : *Jurnal Ilmu Sosial* ... 1(1): 70–81. <https://e-journal.fisipol-undar.ac.id/index.php/panoptikon/article/view/25%0Ahttps://e-journal.fisipol-undar.ac.id/index.php/panoptikon/article/download/25/12>.
- Widianti, Efri et al. 2018. “Pembentukan Self Help Group Keluarga Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ).” *Media Karya Kesehatan* 1(2): 143–54.
- Widianti, Nur, and Aryu Candra K. 2012. “Hubungan Antara Body Image Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Di Sma Theresiana Semarang.” *Journal of Nutrition College* 1(1): 607–13.