

Upaya Pencegahan Stunting Melalui Program RemCINTA (Remaja Cirebon Sehat Tanpa Nemia)

Lisnawati*¹, Rani Widiyanti², Entin Jubaedah³

^{1,2,3} Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, Indonesia

e-mail co Author: *1 bidanlisna85@gmail.com

ABSTRAK

Sasaran remaja di Kota Cirebon adalah berkisar 3679 yang tersebar di 22 wilayah. Jumlah remaja terbanyak ada di wilayah kerja Puskesmas Majasem. Kendala yang ada pada Puskesmas Majasem diantaranya: kegiatan edukasi pada remaja belum rutin dilakukan, antusiasme remaja pada kegiatan posyandu remaja masih kurang dan masih adanya pernikahan dini pada remaja. Berdasarkan data tersebut, dilakukan edukasi melalui program RemCINTA melalui pelatihan konselor teman sebaya. Bertempat di Posyandu Remaja Puskesmas Majasem Kota Cirebon dilaksanakan pada tanggal 3 dan 4 Agustus 2024, melibatkan 30 orang remaja putri, 1 orang bidan koordinator dan 5 orang kader. Tujuannya untuk meningkatkan pemberdayaan remaja dalam pencegahan stunting melalui konselor teman sebaya. Diawali dengan melatih calon konselor teman sebaya pada 5 orang remaja putri. Selanjutnya konselor teman sebaya memberikan edukasi pada tim kecil. Satu orang koselor remaja memberikan edukasi kepada 5 orang remaja putri lainnya. Edukasi yang diberikan menggunakan media video animasi. Evaluasi menggunakan kuesioner pre test dan post test tentang pengetahuan dan sikap dalam pencegahan anemia. Hasilnya terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan anemia, konseling teman sebaya dapat dijadikan sebagai metode alternatif untuk memberikan edukasi, khususnya tentang pencegahan anemia dan pemberdayaan pada remaja putri berupa terbentuknya konselor teman sebaya yang berkomitmen untuk mengaktifkan kegiatan posyandu remaja.

Kata kunci: Stunting, Program RemCinta

PENDAHULUAN

Di Indonesia masalah stunting merupakan masalah serius dan juga merupakan masalah gizi utama yang sedang dihadapi saat ini. Apabila masalah ini tidak segera ditangani maka akan mengurangi tingkat kecerdasan dan berdampak pada kualitas sumber daya manusia (Sriwiyanti et al., 2022). Masalah stunting memiliki dampak yang cukup serius antara lain: jangka pendek terkait dengan morbiditas dan mortalitas pada bayi atau balita, jangka menengah terkait dengan intelektualitas dan kemampuan kognitif yang rendah, dan jangka panjang terkait dengan kualitas sumber daya manusia dan masalah penyakit degenerative di usia dewasa (Prastiwi et al., 2024).

Berdasarkan data sensus penduduk tahun 2020 menunjukkan sebesar 27,9% penduduk Indonesia adalah generasi Z yaitu generasi yang lahir dari tahun 1997-2012 (Mitra, 2022). Generasi ini merupakan generasi yang berada pada era teknologi informasi yang perkembangannya cukup pesat. Memasuki era revolusi industri 4.0, dengan semakin pesatnya teknologi informasi berdampak pada aktifitas yang dilakukan remaja yang berhubungan dengan akses internet (Budiarti et al., 2020). Banyak pilihan yang didapatkan remaja, yang seringkali pilihan tersebut kurang tepat. Sehingga secara tidak langsung menyebabkan masalah gizi remaja, seperti obesitas ataupun kurang gizi akibat adanya perilaku makan menyimpang seperti bulimia dan anoreksia nervosa (Mitra et al., 2022).

Penanganan masalah gizi sangat penting pada periode remaja (Indonesia, 2020). Remaja merupakan kelompok yang potensial yang dapat diandalkan sebagai agen perubahan perilaku (Rasdianah et al., 2023). Keterlibatan remaja dalam penanggulangan stunting merupakan hal yang penting karena remaja berada dalam garis depan dalam inovasi dan perubahan (Khobibah et al., 2021). Remaja putri merupakan calon ibu yang akan melahirkan generasi bangsa, oleh karena itu sangat penting untuk memperhatikan pola hidup dan kesehatannya (Adila et al., 2023). Ibu hamil anemia memiliki risiko 4,31 kali lebih besar melahirkan bayi dengan panjang tubuh pendek (stunting) dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak mengalami anemia (Widayati et al., 2023).

Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang paling umum terjadi di seluruh dunia, terutama anemia yang disebabkan karena defisiensi besi (Kristina et al., 2020). Anemia terkait dengan lima masalah global lainnya diantaranya adalah stunting, berat badan lahir rendah, kelebihan berat badan, pemberian ASI eksklusif dan wasting (Mitra, 2020). Remaja yang mengalami anemia dapat berdampak menurunnya Kesehatan reproduksi, perkembangan motorik, mental, kecerdasan terhambat, menurunnya prestasi belajar tingkat kebugaran menurun dan tidak tercapainya tinggi badan maksimal. Hal ini dapat mempengaruhi Kesehatan remaja putri sebagai seorang calon ibu yang dapat meningkatkan risiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir premature, berat badan lahir rendah dan stunting (Statistik, 2020).

Berdasarkan data profil Dinas Kesehatan Kota Cirebon tahun 2022, angka kejadian stunting di Kota Cirebon cukup tinggi yaitu sebesar 13,63% (*Profil Dinas Kesehatan Kota Cirebon Tahun 2022*, 2022). Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa remaja yang mengalami anemia adalah sebesar 32%. Pada tahun 2023, sasaran remaja di Kota Cirebon adalah berkisar 3679 yang tersebar di 22 wilayah. Jumlah remaja terbanyak ada di wilayah kerja Puskesmas Majasem, yaitu sekitar 177 remaja usia 15-19 tahun (*Laporan Puskesmas Majasem Kota Cirebon*, 2022). Puskesmas Majasem memiliki 2 Posyandu Remaja yang belum aktif dalam melaksanakan kegiatan. Kendala yang ada pada Puskesmas Majasem diantaranya yaitu : Kegiatan edukasi pada remaja belum rutin dilakukan, antusiasme remaja dalam hadir pada kegiatan

posyandu remaja masih kurang, belum pernah mengadakan pemeriksaan kadar Hemoglobin (Hb) pada remaja, dan masih adanya pernikahan dini pada remaja.

METODE

Pada pertemuan pertama, dilakukan pelatihan pada 5 orang remaja putri yang telah dipilih oleh Puskesmas untuk dilatih sebagai konselor teman sebaya. Pemberian materi edukasi dilakukan bekerjasama dengan 3 mahasiswa PIK/R (Pusat Informasi dan Konseling Remaja) wilayah Kota Cirebon. Pada pertemuan kedua, 5 orang remaja yang telah dilatih sebagai konselor teman sebaya tersebut memberikan edukasi pada tim kecil. Satu orang koselor remaja memberikan edukasi kepada 5 orang remaja putri lainnya. Edukasi yang diberikan menggunakan media video animasi dan media permainan monopoli anemia remaja yang terdiri dari 3 materi yaitu tentang gizi seimbang pada remaja, kesehatan reproduksi remaja dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan lembar kuesioner pre test dan post test tentang pengetahuan dan sikap remaja dalam pencegahan anemia. Pada kegiatan ini, peran mitra diantaranya menyiapkan sarana dan prasarana untuk mengaktifkan kembali kegiatan posyandu remaja. Melibatkan 30 orang remaja putri, 1 orang bidan koordinator dan 5 orang kader. Selain itu, mitra juga terlibat dalam pelaksanaan program sebagai fasilitator dalam melatih tim konselor teman sebaya. Kegiatan dilakukan pada tanggal 3 dan 4 Agustus 2024 di balai Posyandu remaja "Harum Manis" yang berada di wilayah kerja Puskesmas Majasem.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan pelatihan konselor teman sebaya, melibatkan 3 orang mahasiswa PIK/R (Pusat Informasi dan Konseling Remaja) kampus Cirebon, yaitu terlibat dalam melatih 5 orang calon konselor teman sebaya. Calon konselor telah dipilih oleh Puskesmas Majasem dengan kriteria: remaja putri usia > 15 tahun, perwakilan dari RW setempat dan berkomitmen untuk aktif dalam kegiatan posyandu remaja "harum manis". Pertemuan selanjutnya, melakukan edukasi kelompok kecil, yaitu 1 orang konselor remaja memberikan edukasi pada 5 orang remaja lainnya. Sehingga total ada 5 orang konselor teman sebaya dan 25 orang konseli.



Gambar 1. Keterlibatan Kepala Puskesmas Majasem dan Bidan Koordinator



Gambar 2. Keterlibatan Mahasiswa PIK/R dalam melatih calon konselor



Gambar 3. Pengisian kuesioner pengetahuan dan sikap



Gambar 4. Permainan monopoli anemia remaja



Gambar 5. Praktik konseling pada kelompok kecil



Gambar 6. Tim dan peserta pengabdian masyarakat

Evaluasi menggunakan kuesioner tentang pengetahuan dengan jumlah 15 pertanyaan dan sikap remaja tentang pencegahan anemia. Nilai pengetahuan adalah sebagai berikut:

- a. Baik, bila menjawab benar ($\geq 75\%$)
- b. Cukup, bila menjawab benar (56-74%)
- c. Kurang, bila menjawab benar ($<55\%$)

Adapun nilai sikap berdasarkan kuesioner sikap dengan jumlah 15 pertanyaan, dibagi menjadi 2 yaitu:

- a. Sikap Positif ($\geq 61\%$)
- b. Sikap Negatif ($< 61\%$)

Adapun hasil pretest dan posttest adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Pretest dan Posttest pada calon konselor teman sebaya

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Pengetahuan (Sebelum)		
Baik ($\geq 75\%$)	4	80
Cukup (56-74%)	1	20
Pengetahuan (Sesudah)		
Baik ($\geq 75\%$)	5	100
Sikap (Sebelum)		
Sikap Positif ($\geq 61\%$)	5	100
Sikap Negatif ($< 61\%$)	0	0
Sikap (Sesudah)		
Sikap Positif ($\geq 61\%$)	5	100
Sikap Negatif ($< 61\%$)	0	0

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa sebelum diberikan pelatihan, calon konselor teman sebaya mayoritas memiliki pengetahuan yang baik (80%) tentang pencegahan anemia pada remaja. Dan setelah diberikan pelatihan, seluruh calon konselor memiliki pengetahuan yang baik. Sikap calon konselor teman sebaya sebelum dan sesudah pelatihan seluruhnya memiliki sikap yang positif (100%).

Tabel 2. Hasil Pretest dan Posttest Pengetahuan pada Konseli

		Pengetahuan Sesudah Penyuluhan		Total
		Baik	Cukup	
Pengetahuan Sebelum Penyuluhan	Baik	4	0	4
	Cukup	16	4	20
	Kurang	0	1	1
Total		20	5	25

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa pengetahuan konseli sebelum penyuluhan baik dan tetap baik sesudah penyuluhan sebanyak 4 orang, sebelum penyuluhan cukup menjadi baik sebanyak 16 orang dan tetap cukup sebanyak 4

orang. Pengetahuan sebelum penyuluhan kurang menjadi cukup setelah penyuluhan sebanyak 1 orang.

Tabel 3. Hasil Pretest dan posttest Sikap Pada Konseli

		Sikap Sesudah Penyuluhan		Total
		Positif	Negatif	
SikapSebelum penyuluhan	Positif	11	0	11
	Negatif	14	0	14
Total		25	0	25

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sikap konseli sebelum penyuluhan positif dan tetap positif setelah penyuluhan sebanyak 11 orang, sebelum penyuluhan negatif menjadi positif sebanyak 14 orang. Tidak ada konseli yang memiliki sikap negatif.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan kontribusi positif pada masyarakat berupa adanya pemberdayaan remaja melalui pembentukan konselor teman sebaya yang akan mengaktifkan kembali kegiatan posyandu remaja. Selain itu, adanya peningkatan pengetahuan dan sikap remaja terhadap pencegahan anemia melalui konseling teman sebaya.

KESIMPULAN

Terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan anemia. Konseling teman sebaya dapat dijadikan sebagai metode alternatif untuk memberikan edukasi, khususnya tentang pencegahan anemia dan pemberdayaan pada remaja putri berupa terbentuknya konselor teman sebaya yang berkomitmen untuk mengaktifkan kegiatan posyandu remaja.

SARAN

Diharapkan kerjasama lintas sektor tetap terjalin agar upaya pencegahan stunting mendapatkan hasil yang optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH (JIKA DIPERLUKAN)

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, Kepala Puskesmas Majasem, Bidan Koordinator Puskesmas Majasem serta penanggung jawab posyandu remaja "Harum manis" yang telah memberikan dukungan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Adila, N., Thei, R. S. P., Wafiyah, Asmara, R., Wahyudin, Suryaini, I., S, P. R., Destiana, E., Rosalina, V., Akbar, L. P., & Mandani, T. R. (2023). Menekan Angka Stunting Dengan Pencegahan Anemia Pada Remaja Di Kelurahan Tanjung, Kec.

- Labuhan Haji, Lombok Timur. *Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara*, 1(April), 378–385.
- Budiarti, A., Anik, S., Putu, N., Wirani, G., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Tuah, H. (2020). Studi Fenomenologi penyebab anemia pada remaja di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2), 137–141.
- Indonesia, M. K. R. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020* (Issue 3, pp. 1–78).
- Khobibah, Nurhidayati, T., Ruspita, M., & Astyandini, B. (2021). Anemia Remaja dan Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 3(2), 11–17.
- Kristina, E., Maulani, H., & Kharin, C. (2020). Pengaruh Media Massa Terhadap Perilaku Diet: Systematic Review. *Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat*, March, 52–67.
- Laporan Puskesmas Majasem Kota Cirebon*. (2022).
- Mitra. (2020). Adolescent Knowledge of Anemia and Iron Supplement Consumption Before and After Health Education. *International Journal of Science and Society*, 2(4), 10–18.
- Mitra, D. (2022). *Remaja Sebagai Agen Perubahan Dalam Pencegahan Stunting Melalui Informasi Digital* (Pertama). Widina Bhakti Persada Bandung.
- Mitra, Lita, & Mardeni. (2022). *Edukasi Pencegahan Stunting pada 1000 hari pertama Kehidupan* (Dr. Mitra (Ed.)). widina.
- Prastiwi, I., Suriya, M., Putri, N. L., Zuriati, Yusup, B., Furqon, M., Putri, K. A., & Kamila, S. H. (2024). Pengabdian Kepada Masyarakat Edukasi Anemia Pada Remaja Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 15(1), 37–48.
- Profil Dinas Kesehatan Kota Cirebon Tahun 2022*. (2022).
- Rasdianah, N., Yusuf, M. N. S., & Tandiabang, P. A. (2023). Edukasi Anemia bagi Remaja Putri sebagai upaya Pencegahan Dini Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 2(2), 97–102. <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v2i2.18841>
- Sriwiyanti, Hartati, S., & Nazarena, Y. (2022). *Panduan Sederhana Pencegahan Risiko Stunting Bagi Remaja Putri* (Pertama). Lembaga Omega Medika.
- Statistik, B. P. (2020). *Pencegahan Perkawinan Anak*. PUSKAPA.
- Widayati, K., Astutik, W., & Asri Dewi, N. L. M. (2023). Screening Anemia remaja Putri di Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Dauh Puri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Jupemas)*, 4(1), 56–61. <https://doi.org/10.36465/jupemas.v4i1.1028>