Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat
Volume 4 | Nomor 2 | April – Juni 2023
e-ISSN: 2722-5798 & p-ISSN: 2722-5801
DOI: 10.33860/pjpm.v4i2.1691
Website: http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/PJPM/

Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja pada Bina Keluarga Remaja sebagai Upaya Pencegahan Stunting

Kartika Adyani, Friska Realita
Prodi Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia
Email korespondensi: kartika.adyani@unissula.ac.id

Article history:

Received: 17-11-2022
Accepted: 02-01-2023
Published: 30-04-2023

Kata kunci:

keluarga;
remaja;
stunting.

ABSTRAK

Remaja menjadi sasaran penting dalam upaya pencegahan stunting. Pencegahan tersebut dapat dilakukan dengan edukasi Kesehatan reproduksi. Keterlibatan orang tua sangat diperlukan dalam intervensi penurunan stunting, bukan hanya meningkatkan gizi remaja namun juga lingkungan pertumbugan dan perkembangan mereka perlu dioptimalkan. Oleh karena itu pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan peran keluarga tentang Kesehatan reproduksi remaja seabagai salah satu bentuk pencegahan stunting dengan metode penyuluhan. Peserta dalam kegiatan ini adalah anggota Bina Keluarga Remaja Desa Jurang yaitu para orang tua yang memiliki remaja yaitu 17 orang. Kegiatan ini memberikan dampak peningkatan pengetahuan dari 26,6% peserta berpengetahuan baik sebelum penyuluhan menjadi 93,3% setelah penyuluhan. Meningkatnya pengetahuan ini diharapkan dapat meningkatkan peran serta orang tua dalam mendampingi anak mereka utamanya adalah dalam mempersiapkan gizi seimbang dan orang tua dapat menjadi sumber informasi utama terkait Kesehatan reproduksi remaja.

Keywords:

family;
adolescents;
stunting.

ABSTRACT

Adolescents are an important target in efforts to prevent stunting. Prevention can be done with reproductive health education. Parental involvement is needed in stunting reduction interventions, not only to improve adolescent nutrition but also to optimize their growth and development environment. Therefore this service aims to increase the role of the family regarding adolescent reproductive health as a form of stunting prevention with the counseling method. Participants in this activity were members of Jurang Village Youth Family Development, namely parents who had teenagers, namely 17 people. This activity had the effect of increasing knowledge from 26.6% of participants who had good knowledge before counseling to 93.3%. It is hoped that this increased knowledge will increase the participation of parents in accompanying their children, especially in preparing balanced nutrition and parents can become the main source of information related to adolescent reproductive health.

©2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Kekurangan gizi masih menjadi masalah utama di banyak negara dan menyebabkan hampir setengah dari kematian anak secara global (Black et al., 2013). Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) yang dilakukan pada bulan Januari hingga Desember 2021 di 34 Provinsi dan 514 kabupaten/Kota di Indonesia menunjukkan bahwa prevaliensi stunting sebesar 24,4% (5,33 juta) balita. Angka ini telah mengalami penurunan dari tahun-tahun sebelumnya yaitu 30,8% pada 2018, 27,7% pada 2019

e-ISSN: 2722-5798 | p-ISSN: 2722-5801
Vol. 4 No. 2: April - Juni 2023 | Hal. 435 - 441

(Kemenkes RI, 2021). Namun angka tersebut masih diatas rata-rata angka stunting dunia. Pandemi covid berpotensi meningkatkan balita mengalami gizi buruk dan stunting karena berkurangnya daya beli masyarakat sehingga konsumsi pangan tidak memenuhi kebutuhan gizi serta pembatasan aktifitas masyarakat yang menjadikan berkurangnya akses pelayanan Kesehatan (Azizah, 2021).

Stunting merupakan kondisi dinama anak mengalami gangguan pertumbuhan yang mengakibatkan tinggi badan tidak sesuai dengan usianya yang disebabkan oleh kekurangan gizi dalam waktu yang lama (Khairani, 2020). Bukti yang luas menunjukkan bahwa puncak kejadian stunting adalah dari lahir hingga 3 bulan, peningkatan kematian terjadi pada usia 24 bulan yang terjadi karena adanya gangguan pertumbuhan, sehingga pencegahan kejadian BBLR dan kegagalan pertumbuhan dini menjadi agenda utama pemangku kepentingan Kesehatan dan gizi global (da Silva Lopes et al., 2017). Stunting merupakan sebuah siklus, dimana anak yang terlahir dari ibu yang anemia dan kekurangan gizi akan mengalami stunting dan berlanjut pada keturunan berikutnya yang disebut sebagai siklus stunting antargenerasi. Siklus ini harus diputus pada masa yang tepat (Martorell & Zongrone, 2012). Perbaikan pada Panjang lahir, berat badan ibu, jumlah kelahiran, tingkat pendidikan ibu, serta status social berpotensi mencegah 20-30% kejadian stunting (Mertens et al., 2020).

Pemerintah mengupayakan penurunan stunting dengan sasaran prioritas adalah ibu hamil, anak usia 0-2 tahun atau rumah tangga 1000 HPK. Remaja sebagai calon ibu hamil menjadi sasaran penting dalam upaya percepatan pencegahan stunting tersebut (Satriawan, 2018). Kurangnya gizi pada masa kehamilan dapat menyebabkan stunting. Tingginya angka kelahiran umur 15-19 tahun menyumbang 30-35 % kasus stunting, oleh karena itu pencegahan stunting berupa edukasi tentang Kesehatan reproduksi penting dilakukan pada masa pra nikah yaitu masa remaja (Perpres. No 18, 2020; Rahmanindar et al., 2021). Penting melibatkan orang tua dan komunitas remaja dalam intervensi penurunan stunting, karena intervensi tersebut tidak hanya meningkatkan gizi remaja namun juga untuk mengoptimalkan lingkungan pertumbuhan dan perkembangan untuk mencapai kesehatan yang lebih baik (van Tuijl et al., 2021).

Menurut Survei Status Gizi Indonesia Kemenkes prevalensi stunting di Kudus mencapai 17,21 %. Data dari Dinas Kesehatan kabupaten Kudus, Jawa Tengah, Kasus stunting di Kudus pada bulan Juni 2022 mencapai 2.747 balita yaitu 4,5% dari total balita. Kabupaten Kudus mendukung proyek nasional penurunan stunting, salah satunya adalah sosialisasi dan edukasi sejak dini dengan melibatkan calon pengantin, ibu hamil, dan menyusui. Dinkes Kabupaten Kudus pun gencar menyoliasisasikan pencegahan stunting utamanya dalam pembiasaan pola hidup sehat dan makan makanan bergizi seimbang melalui kader dalam Bina Keluarga Remaja (BKR) dan Bina Keluarga Balita (BKB) (Jateng, 2021). Bina Keluarga Remaja atau yang akrab disebut sebagai BKR adalah kegiatan yang dilakukan oleh keluarga dalam bentuk kegiatan dimana orang tua mendapatkan informasi dalam meningkatkan bimbingan dan pembinaan tumbuh kembang anak dan remaja secara baik dan terarah dengan dibantu oleh fasilitator dan kader Kesehatan. Desa Jurang, Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah telah rutin menjalankan BKR dengan tujuan mewujudkan kepedulian dan tanggung jawab orang tua dalam membimbing dan mengarahkan anak dan remaja melalui interaksi yang harmonis. Anggota dari kegiatan ini adalah keluarga yang memiliki anak usia 6-21 tahun dan belum menikah.

Hasil wawancara dengan kader Kesehatan Desa Jurang, ada balita stunting di wilayah ini namun untuk jumlahnya kader tidak bisa menginformasikan karena sedang

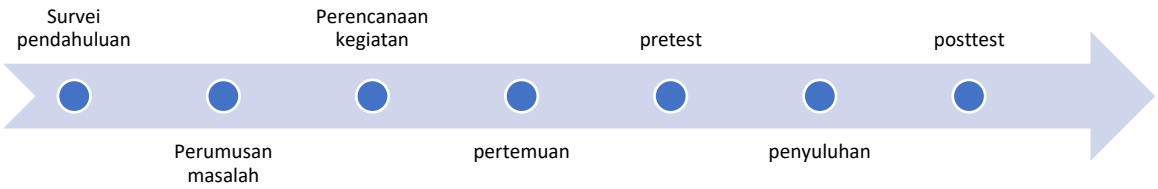
e-ISSN: 2722-5798 | p-ISSN: 2722-5801
Vol. 4 No. 2: April - Juni 2023 | Hal. 435 - 441

dilakukan skrining ulang oleh Puskesmas setempat. Anggota BKR tersebut belum pernah mendapatkan informasi tentang pentingnya Kesehatan reproduksi untuk mencegah stunting. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menguatkan peran orang tua tentang Kesehatan reproduksi sebagai salah satu upaya pencegahan stunting.

METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan tahapan persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Persiapan kegiatan dilakukan untuk mengumpulkan permasalahan mitra sehingga menemukan kebutuhan mitra. Wawancara dilakukan terhadap ketua Bina Keluarga Remaja Anggrek Desa Jurang, Kabupaten Kudus, Jawa tengah dan juga kader Kesehatan setempat. Berdasarkan hasil wawancara tersebut diketahui bahwa peserta BKR belum pernah mendapatkan informasi tentang pentingnya menjaga Kesehatan reproduksi remaja sebagai upaya pencegahan stunting.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan peserta anggota Bina Keluarga Remaja yaitu para orang tua yang memiliki remaja di wilayah Desa Jurang. Acara ini dihadiri oleh 17 peserta. Pengabdian ini memberikan penyuluhan kesehatan terkait dengan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi remaja sebagai upaya pencegahan stunting dengan menggunakan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab.



Gambar 1. Bagan Alir kegiatan PkM

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah penyuluhan Kesehatan dengan cara:

1. Ceramah untuk memberikan gambaran pentingnya menjaga Kesehatan reproduksi remaja agar terhindar dari penyimpangan seksual yang akan mengakibatkan pernikahan dini dan dapat menjadi penyebab stunting dengan media power point.
2. Diskusi dan tanya jawab dengan memberikan kesempatan kepada peserta untuk menyampaikan pertanyaannya seputar materi yang disampaikan.

Pemahaman peserta diukur sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan untuk melihat pengaruh dari penyuluhan yang diberikan dengan menggunakan kuesioner berskala guttman sejumlah 15 item pertanyaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan Peserta mengisi kuesioner pengetahuan sebelum materi diberikan. Hasil dari pengisian kuesioner ini menunjukkan bahwa mayoritas orang tua belum memahami risiko stunting yang bisa timbul akibat kurangnya kesadaran terhadap kesehatan reproduksi seperti merokok, tidak meminum tablet tambah darah pada saat menstruasi pada anak perempuan,

e-ISSN: 2722-5798 | p-ISSN: 2722-5801
Vol. 4 No. 2: April - Juni 2023 | Hal. 435 - 441

kebiasaan memakan makanan siap saji yang tidak diimbangi dengan menu sehat, dan juga bahaya pernikahan dini. Selain itu dari hasil wawancara juga didapatkan bahwa ada beberapa orang tua yang memiliki komunikasi kurang dengan anak remaja mereka.

Kegiatan ini memberikan dampak peningkatan pengetahuan dari 26,6% peserta berpengetahuan baik sebelum penyuluhan menjadi 93,3% setelah penyuluhan (Gambar 3)

Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Penyuluhan

Hambatan dalam pemberdayaan keluarga diantaranya adalah ketidakadekuatnya informasi serta keterampilan keluarga dalam pengelolaan sumber daya yang ada (Oxy Handika, 2020). Kualitas berpikir remaja dapat dipengaruhi oleh pola pengasuhan orang tua. Mereka yang memberikan informasi yang baik kepada remaja dapat mempengaruhi kematangan dan pembentukan sikap remaja (Kustati et al., 2022).

Kemampuan orang tua dalam berdiskusi dengan remaja diperlukan sehingga dapat menjadi sumber informasi terpercaya saat remaja ingin bertanya tentang kesehatan reproduksinya. Ada kemungkinan remaja akan mendapatkan informasi yang salah terutama terkait dengan kesehatan reproduksinya jika tidak dibarengi dengan arahan orang tua yang dapat menyebabkan penyimpangan (Baganu, 2018). Pandemi Covid-19 menjadikan penggunaan media sosial pada remaja meningkat sebanyak 40%. Hal ini dapat berdampak negatif bagi remaja apabila tidak dipantau oleh orang tua. Hasil penelitian menujukkan bahwa terdapat pengaruh penggunaan sosial media terhadap pengetahuan remaja terkait dampak perilaku seksual pranikah (Prasasti et al., 2022).

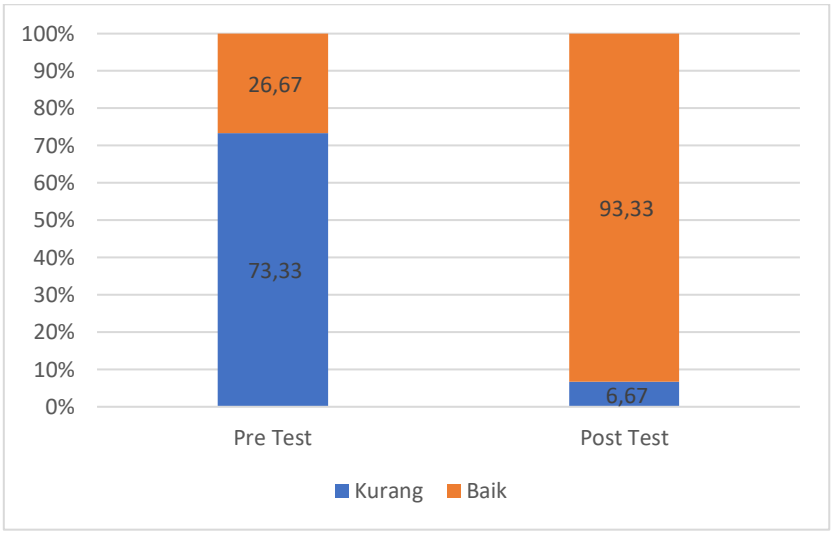
Masih adanya orang tua yang beranggapan tabu membicarakan kesehatan reproduksi kepada anaknya membuat anak bisa mencari informasi dari berbagai sumber diantaranya adalah media sosial yang isinya belum tentu sesuai dengan kebutuhan anak. Oleh karena itu pengawasan orang tua saat anak menggunakan media sosial sangatlah penting (Barokah & Zolekhah, 2019). Orang tua yang memiliki pengetahuan rendah tentang pendidikan seks pada anak, memiliki risiko untuk tidak memberikan pendidikan seks kepada anak mereka, oleh karena itu orang tua membutuhkan informasi terkait pendidikan seks agar dapat menyalurkannya kepada anak mereka (Adyani et al., 2021).

Penyuluhan yang diberikan berisi tentang faktor yang mempengaruhi kesehatan reproduksi remaja, pengertian kesehatan reproduksi remaja, pengaruh pola asuh terhadap kesehatan reproduksi remaja, karakteristik remaja, permasalahan kesehatan remaja yang dapat menyebabkan stunting (anemia, KEK, obesitas,

e-ISSN: 2722-5798 | p-ISSN: 2722-5801
Vol. 4 No. 2: April - Juni 2023 | Hal. 435 - 441

pernikahan dini), pengertian stunting, cara menjaga kesehatan reproduksi, dan hal-hal yang perlu diinformasikan kepada remaja terkait kesehatan reproduksi. Titik utama dalam penyuluhan ini adalah Masalah gizi yang terjadi pada masa remaja seperti obesitas, anemia dan KEK dapat menjadi jendela masuknya kejadian stunting.

Menurut Literatur review yang dilakukan oleh Alwi dkk (2022) asupan protein dan zink serta kondisi sosial ekonomi berpengaruh terhadap kejadian stunting pada remaja (Alwi et al., 2022). Remaja membutuhkan gizi yang tepat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang akan berpengaruh terhadap kesehatan keturunannya (Black et al., 2013). Kondisi kehamilan serta kesejahteraan janin dipengaruhi oleh status gizi prakonsepsi. Keadaan kesehatan dan status gizi ibu hamil ditentukan jauh sebelum masa kehamilan yaitu pada masa remaja dan dewasa sebelum kehamilan terjadi (Cetin et al., 2010). Orang tua berperan dalam perbaikan gizi remaja, utamanya adalah mempengaruhi pola konsumsi remaja (Febriani, 2019).



Gambar 3. Pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan

Anemia dan tidak makan pagi merupakan salah satu masalah gizi pada remaja yang diakibatkan oleh keterbatasan pengetahuan remaja terkait gizi seimbang (Harianti et al., 2022). Pencegahan stunting dapat dilakukan pada tahap remaja dengan cara mempersiapkan calon ibu sejak dini. Ketika remaja memiliki pengetahuan yang memadai tentang bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksi diharapkan kita telah mempersiapkan ibu yang memiliki pengetahuan cukup dalam memenuhi gizinya.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Penyuluhan diikuti oleh 17 anggota Bina Keluarga Remaja Anggrek Desa Jurang, Kabupaten Kudus. Kegiatan ini berjalan lancar memberikan dampak peningkatan pengetahuan peserta tentang pentingnya peran orang tua dalam mendampingi remaja agar terhindar dari risiko memiliki keturunan stunting. Diharapkan orang tua dapat mendampingi anak mereka khususnya adalah menyiapkan isi piring remaja dengan menu seimbang, mendampingi remaja dengan menjadi sumber informasi utama terkait dengan Kesehatan reproduksi mereka. Kegiatan PkM dapat dilanjutkan dengan memberikan informasi sesuai dengan kebutuhan anggota BKR, agar para anggota lebih siap dalam mendampingi pertumbuhan dan perkembangan remaja.

e-ISSN: 2722-5798 | p-ISSN: 2722-5801
Vol. 4 No. 2: April - Juni 2023 | Hal. 435 - 441

DAFTAR PUSTAKA

Adyani, K., Machfudloh, M., & Sunarto, S. (2021). An Analysis of Factors Affecting Parental Behavior in Providing Early Age Sex Education. *Jurnal Kebidanan*, *11*(2), 98–106. https://doi.org/10.31983/jkb.v11i2.6671

Alwi, M. A., Hamzah, H., & Lewa, A. F. (2022). Determinan dan Faktor Risiko Stunting pada Remaja di Indonesia: Literature Review: Determinant and Risk Factor Stunting on Adolescents in Indonesia: Literature Review. *Svasta Harena: Jurnal Ilmiah Gizi*, *3*(1), 7–12. Retreived from https://www.poltekkespalu.ac.id/jurnal/index.php/SHJIG/article/view/1489

Azizah, U. (2021). Risiko Peningkatan Stunting Pada Balita Selama Pandemi Covid-19 Di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *2*(3), 240–245. https://doi.org/10.31004/jkt.v2i3.2343

Baganu, E. N. (2018). *Peran Orang Tua dalam Memberikan Pendidikan Seks terhadap Perilaku Seksual Remaja di GKII Jemaat Tengkapak*. Sekolah Tinggi Theologia Jaffray. https://repository.sttjaffray.ac.id/uk/publications/268983/peran-orang-tua-dalam-memberikan-pendidikan-seks-terhadap-perilaku-seksual-remaj

Barokah, L., & Zolekhah, D. (2019). Hubungan penggunaan Media massa dengan Tingkat pengetahuan dampak pernikahan dini terhadap kesehatan reproduksi. *Jurnal Kebidanan*, 44–53. https://doi.org/10.35872/jurkeb.v11i01.329

Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., Ezzati, M., Grantham-McGregor, S., Katz, J., & Martorell, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, *382*(9890), 427–451. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X

Cetin, I., Berti, C., & Calabrese, S. (2010). Role of micronutrients in the periconceptional period. *Human Reproduction Update*, *16*(1), 80–95. https://doi.org/10.1093/humupd/dmp025

da Silva Lopes, K., Ota, E., Shakya, P., Dagvadorj, A., Balogun, O. O., Peña-Rosas, J. P., De-Regil, L. M., & Mori, R. (2017). Effects of nutrition interventions during pregnancy on low birth weight: an overview of systematic reviews. *BMJ Global Health*, *2*(3), e000389. http://dx.doi.org/10.1136/bmjgh-2017-000389

Febriani, R. T. (2019). Body image dan Peran Keluarga Remaja Status Gizi Lebih di Kota Malang. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI)*, *5*(2), 72–78. https://doi.org/10.31290/jiki.v5i2.1412

Harianti, R., Fitri, I., Hotmauli, H., Iballa, B. D. M. A., Anita, F., & Siregar, U. A. (2022). Literasi Gizi Remaja Melalui Permainan Edukasi Goaksi (Go Aksi Bergizi). *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *6*(5), 1188–1194. https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i5.10857

Jateng, P. P. (2021). *Cegah Stunting, Perhatikan Nutrisi Sejak Remaja*. https://jatengprov.go.id/beritadaerah/cegah-stunting-perhatikan-nutrisi-sejak-remaja/

Kemenkes RI. (2021). buku saku hasil studi status gizi indonesia (SSGI) tingkat nasional, provinsi, dan kabupaten/kota tahun 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan R.I. Retreived from https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-studi-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2021/

Khairani. (2020). Situasi Stunting di Indonesia. *Jendela Data Dan Informasi Kesehatan*, *208*(5), 1–34. https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-Situasi-Stunting-di-Indonesia_opt.pdf

Kustati, A. L. K., Adyani, K., & Realita, F. (2022). The Role Of Sexuality Knowledge And Parent's The Role Of Communication Quality In Introducing Sex Education To Adolescents. *Science Midwifery*, *10*(3), 2233–2239. https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i3.477

Martorell, R., & Zongrone, A. (2012). Intergenerational influences on child growth and undernutrition. *Paediatric and Perinatal Epidemiology*, *26*, 302–314. https://doi.org/10.1111/j.1365-3016.2012.01298.x

Mertens, A., Benjamin-Chung, J., Colford, J. M., Coyle, J., van der Laan, M. J., Hubbard, A. E., Dayal, S., Malenica, I., Hejazi, N., & Sofrygin, O. (2020). Causes and consequences of child growth failure in low-and middle-income countries. *MedRxiv*. https://drive.google.com/file/d/1d3m4bplQKpre_bdJfhUrj8dtrkeQUDj_/view

Oxy Handika, D. (2020). Keluarga Peduli Stunting Sebagai Family Empowerment Strategy Dalam Penurunan Kasus Stunting di Kabupaten Blora. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *4*(4 SE-Articles), 685–692. https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i4.3981

Perpres. No 18. (2020). Peraturan Presiden Republik Indonesia No 18 Tahun 2020 Tentang RPJMN 2020-2024. *Kemenkumham*, *Januari*, 2271. https://jdih.setkab.go.id/PUUdoc/176020/Perpres_Nomor_18_Tahun_2020.PDF

Prasasti, D., Adyani, K., & Realita, F. (2022). Relationship between the Use of Social Media and Knowledge on the Impact of Premarital Sexual Behavior during the Covid-19 Pandemic among Adolescents at SMA Negeri 10 Semarang. *Embrio: Jurnal Kebidanan*, *14*(2), 134–145. https://doi.org/10.36456/embrio.v14i2.4836

Rahmanindar, N., Izah, N., Astuti, P. T., Hidayah, S. N., & Zulfiana, E. (2021). The Peningkatan Pengetahuan Tentang Persiapan Pranikah Sebagai Upaya Kehamilan Sehat Untuk Mencegah Stunting. *Journal Of Social Responsibility Projects by Higher Education Forum*, *2*(2), 83–86. https://doi.org/10.47065/jrespro.v2i2.973

Satriawan, E. (2018). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018-2024 (National Strategy for Accelerating Stunting Prevention 2018-2024). *Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K) Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia*, *November*, 1–32. http://tnp2k.go.id/filemanager/files/Rakornis 2018/Sesi 1_01_RakorStuntingTNP2K_Stranas_22Nov2018.pdf

van Tuijl, C. J. W., Madjdian, D. S., Bras, H., & Chalise, B. (2021). Sociocultural and economic determinants of stunting and thinness among adolescent boys and girls in Nepal. *Journal of Biosocial Science*, *53*(4), 531–556. https://doi.org/10.1017/S0021932020000358