

## PENINGKATAN PENGETAHUAN REMAJA MELALUI PENDIDIKAN KESEHATAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Annisa Arifah Abdillah<sup>1</sup>, Luluk Fajria Maulida<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Program Sarjana Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret

<sup>2</sup>Program Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas  
Kedokteran, Universitas Sebelas Maret

Email Korespondensi: lulukfajria@staff.uns.ac.id

Disubmit: 19 Mei 2025

Diterima: 08 Juli 2025

Diterbitkan: 01 Agustus 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i8.20748>

### ABSTRAK

Stunting adalah masalah kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia, karena bukan sekedar berpengaruh terhadap pertumbuhan fisik anak namun juga dapat menurunkan kemampuan kognitif, produktivitas, serta mendorong peningkatan risiko penyakit kronis di masa depan. Penyebab stunting bersifat multifaktorial, namun kekurangan gizi dan kurangnya pengetahuan masyarakat, terutama remaja sebagai calon ibu, menjadi faktor dominan. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan kepada remaja sebagai salah satu intervensi preventif yang begitu penting. Mengidentifikasi dampak pendidikan kesehatan pada peningkatan pengetahuan remaja mengenai stunting. Studi yang dilaksanakan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-eksperimental pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Sampel terdiri dari 30 remaja putri yang dipilih secara purposive di Desa Glagahwangi, Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten. Intervensi yang diberikan berupa penyuluhan kesehatan mengenai stunting dengan menggunakan media visual. Analisis data dilaksanakan menggunakan uji Wilcoxon guna melihat perbedaan skor pengetahuan sebelum serta sesudah intervensi. Ditemukan peningkatan pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan, yang mana hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Pendidikan kesehatan terbukti berpengaruh dalam mendorong peningkatan pengetahuan remaja mengenai stunting. Intervensi ini dapat menjadi strategi promotif dan preventif yang efektif dalam menumbuhkan kesadaran remaja, khususnya remaja putri, mengenai pentingnya gizi dan pencegahan stunting sejak usia dini. Program edukasi seperti ini sangat direkomendasikan untuk diterapkan secara luas di masyarakat.

**Kata Kunci:** Pendidikan Kesehatan, Remaja, Pengetahuan, Stunting, Pencegahan

### ABSTRACT

*Stunting is a serious public health problem in Indonesia, as it not only affects children's physical growth but can also reduce cognitive abilities, productivity, and increase the risk of chronic diseases later in life. The causes of stunting are multifactorial, but malnutrition and lack of knowledge of the community, especially adolescents as future mothers, are the dominant factors. Therefore, health education for adolescents is one of the most important preventive interventions. To determine the effect of health education on increasing*

adolescents' knowledge about stunting. This study used a quantitative approach with a pre-experimental pretest-posttest design without a control group. The sample consisted of 30 adolescent girls who were purposively selected in Glagahwangi Village, Polanharjo District, Klaten Regency. The intervention was health counseling on stunting using visual media. Data analysis was performed with Wilcoxon test to see the difference in knowledge scores before and after the intervention. There is an increase in knowledge after being given health education, with the Wilcoxon test results showing a  $p$  value = 0.000 ( $p < 0.05$ ). Health education is proven to be influential in increasing adolescents' knowledge about stunting. This intervention can be an effective promotive and preventive strategy in raising awareness of adolescents, especially adolescent girls, about the importance of nutrition and stunting prevention from an early age. Educational programs like this are highly recommended to be widely implemented in the community.

**Keywords:** Health Education, Adolescents, Knowledge, Stunting, Prevention

## 1. PENDAHULUAN

Stunting adalah salah satu persoalan kesehatan masyarakat yang serius serta menjadi indikator kegagalan pemenuhan kebutuhan dasar anak, khususnya dalam hal gizi. Stunting didefinisikan sebagai keadaan gagal tumbuh terhadap anak yang mempunyai ciri-ciri tinggi badan yang tidak mempunyai kesesuaian terhadap usia, dampak kurangnya gizi kronis terlebih selama 1.000 hari pertama kehidupan, yakni sejak kehamilan hingga anak berusia dua tahun (Sianaga et al., 2024). Periode ini merupakan masa emas pertumbuhan dan perkembangan, sehingga gangguan gizi dalam kurun waktu tersebut dapat berdampak jangka panjang terhadap kualitas hidup anak di masa mendatang.

Penyebab stunting bersifat multifaktorial, meliputi kekurangan gizi selama kehamilan, kurangnya asupan makanan bergizi selama dua tahun pertama kehidupan, infeksi berulang akibat sanitasi yang buruk, serta rendahnya tingkat pendidikan ibu yang dapat memengaruhi pemahaman mereka terhadap pola asuh dan gizi anak (Sarimin et al., 2023). Di tingkat global, masalah ini masih menjadi perhatian utama. Berdasarkan data prevalensi balita stunting yang dikumpulkan oleh WHO, pada tahun 2020 tercatat sebanyak 22% atau sekitar 149,2 juta balita di dunia mengalami stunting (Paramitha et al. 2024). Sementara di Indonesia, menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 prevalensi stunting nasional sebesar 21,5%. Meskipun angka ini mengalami penurunan sekitar 0,8 persen bila dibandingkan tahun sebelumnya, tetapi angka ini masih jauh dari target nasional sebesar 14% pada tahun 2024 (Nurmansyah et al., 2024).

Dampak stunting bukan sekedar terbatas terhadap pertumbuhan fisik anak yang terhambat, namun juga berpengaruh terhadap penurunan kapasitas kognitif, gangguan perkembangan motorik, serta peningkatan kerentanan terhadap penyakit. Anak yang mengalami stunting cenderung mempunyai kesulitan dalam proses belajar, daya tahan tubuh yang lemah, serta pada akhirnya berpengaruh terhadap produktivitas serta potensi ekonomi ketika mereka dewasa (Handayani et al., 2022). Dengan demikian, stunting tidak hanya menjadi masalah individu, tetapi juga dapat menimbulkan kerugian besar bagi bangsa secara keseluruhan karena menyangkut kualitas sumber daya manusia di masa depan.

Untuk menurunkan prevalensi stunting, diperlukan upaya yang holistik dan lintas sektor, mulai dari intervensi gizi, peningkatan akses terhadap layanan kesehatan, hingga pemberdayaan masyarakat melalui edukasi. Salah satu pendekatan strategis yang bisa dilakukan yaitu dengan pendidikan kesehatan, terlebih kepada kelompok remaja. Remaja, terutama remaja putri, merupakan sasaran penting karena mereka merupakan calon ibu yang akan menentukan kualitas generasi berikutnya. Pengetahuan remaja tentang stunting sangat berpengaruh terhadap kesiapan mereka dalam merencanakan kehamilan dan mengasuh anak secara sehat dan tepat. Namun sayangnya, tingkat pengetahuan remaja putri tentang stunting masih tergolong rendah. Menurut Oktari et al. (2024) sekitar 87% remaja putri di Indonesia memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai stunting, yang berisiko menurunkan kesadaran dan kepedulian mereka terhadap pencegahannya sejak dini.

Beberapa studi mengindikasikan jika intervensi pendidikan kesehatan terbukti efektif untuk mendorong peningkatan pemahaman remaja terkait stunting. Penelitian oleh Witdiawati et al. (2024) yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja sebesar 27,68% setelah dilakukan kegiatan penyuluhan kepada 52 remaja, yang juga mencatat adanya antusiasme tinggi dari peserta selama kegiatan berlangsung. Hal ini menegaskan bahwa pendidikan kesehatan bukan sekedar mempunyai fungsi menjadi sarana informasi, namun juga sebagai media yang mampu membentuk sikap dan perilaku preventif remaja terhadap stunting. Metode penyampaian yang komunikatif, interaktif, serta disesuaikan dengan karakteristik remaja sangat berperan dalam keberhasilan tahapan pembelajaran tersebut.

Menurut pada penjelasan sebelumnya, peneliti memandang jika pendidikan kesehatan mengenai stunting sangat penting diberikan terhadap remaja, khususnya remaja putri, untuk meningkatkan pengetahuan mereka dalam upaya pencegahan stunting sejak dini. Oleh karena itu, peneliti mempunyai ketertarikan dalam melaksanakan sebuah studi yang mempunyai tujuan dalam mengidentifikasi dampak Pendidikan Kesehatan pada peningkatan pengetahuan remaja mengenai stunting, yang dalam hal ini difokuskan pada remaja putri di Desa Glagahwangi, Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi nyata dalam usaha promotif serta preventif pada masalah stunting di tingkat masyarakat.

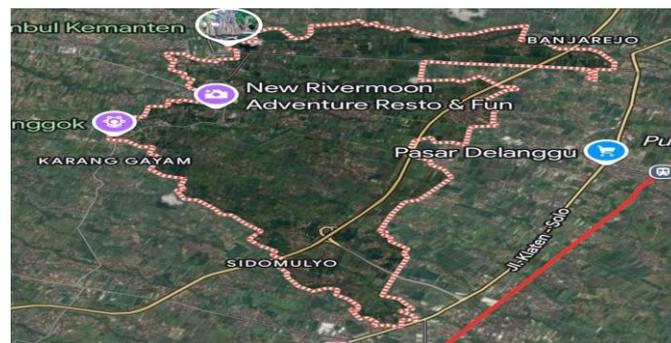
## 2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Desa Glagahwangi adalah salah satu desa yang ada pada Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten, Provinsi Jawa Tengah. Desa ini mempunyai luas wilayah sekitar 2,09 km<sup>2</sup>, yang setara dengan sekitar 8,27% dari total luas Kecamatan Polanharjo. Dengan jumlah penduduk sebanyak 3.181 jiwa, Desa Glagahwangi memiliki komposisi penduduk yang cukup seimbang antara laki-laki (1.604 jiwa) dan perempuan (1.577 jiwa). Desa ini memiliki kepadatan penduduk sekitar 1.526,53 jiwa per km<sup>2</sup>. Secara geografis, Desa Glagahwangi ada berkisar 5 km dari ibu kota kecamatan serta 16 km dari ibu kota kabupaten, memberikan akses yang relatif baik meskipun desa ini berada di wilayah pedesaan. Sebagian besar penduduk desa ini bekerja di sektor informal, dengan mayoritas penduduk memiliki tingkat pendidikan dasar dan menengah (BPS Kabupaten Klaten, 2024). Hal ini mempengaruhi

pengetahuan masyarakat, terutama dalam hal isu-isu kesehatan seperti stunting.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 responden remaja putri, diperoleh hasil bahwa sebanyak 3 orang (30%) memiliki tingkat pengetahuan rendah tentang stunting, 2 orang (20%) memiliki pengetahuan sedang, dan 5 orang (50%) memiliki pengetahuan tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa masih terdapat remaja dengan pengetahuan rendah mengenai stunting, sehingga diperlukan adanya pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan mereka terkait stunting. Berdasarkan yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah pada studi yang dilaksanakan yaitu “Apakah pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang stunting?”

Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Glagahwangi, Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah. Di bawah ini merupakan peta lokasi kegiatan pemberdayaan masyarakat pada (Gambar 1).



Gambar 1. Peta Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah

### 3. KAJIAN PUSTAKA

#### a. Stunting

Stunting yaitu keadaan gagal tumbuh terhadap anak dampak kurangnya gizi kronis, pada umumnya dimulai sejak ada pada kandungan atau dalam dua tahun pertama kehidupan. Konsep stunting melibatkan pertumbuhan fisik yang terhambat, pada umumnya mempunyai ciri-ciri yaitu tinggi badan yang lebih pendek yang semestinya mempunyai kesesuaian terhadap usia anak. Berdasarkan WHO stunting yaitu gangguan tumbuh kembang yang ditemui anak dampak dari gizi buruk, infeksi yang berulang, serta stimulasi psikososial yang tidak memadai.

Faktor penyebab stunting dapat begitu kompleks serta melibatkan sejumlah aspek, baik faktor biologis, sosial, ekonomi, ataupun lingkungan (Supariasa & Purwaningsih, 2019). Di bawah ini merupakan sejumlah faktor utama dari stunting: (1) Kurangnya Gizi: Kekurangan gizi adalah faktor utama yang mengakibatkan stunting. Nutrisi yang tidak mencukupi, terlebih protein, energi, zat besi, vitamin A, vitamin D, zinc, dan asam folat, bisa memberikan hambatan pertumbuhan linier anak-anak. (2) Infeksi dan Penyakit: Infeksi kronis seperti diare, infeksi saluran pernapasan, parasit, serta penyakit menular yang lain bisa memberikan gangguan pada penyerapan nutrisi dan mengakibatkan gangguan pertumbuhan terhadap anak-anak, yang

sehingga bisa mengakibatkan stunting. Salah satu hal yang biasanya bisa didapatkan yaitu orang tua yang merokok di dekat anaknya, hal itu bisa menyebabkan anak terpengaruh sejumlah gangguan kesehatan dari asap rokok tersebut (Duhita & Rahmawati, 2019). (3) Faktor Lingkungan: Lingkungan yang tidak sehat, contohnya sanitasi yang buruk, air bersih yang tidak tersedia, serta kepadatan penduduk yang tinggi, bisa mendorong peningkatan risiko stunting. (4) Faktor Sosial-Ekonomi: Ketidakmampuan keluarga dalam mencukupi keperluan nutrisi anak sebab terbatasnya ekonomi bisa dijadikan sebagai faktor risiko stunting. (5) Faktor Genetik: Faktor genetik atau pewarisan genetik pun bisa mempunyai peran pada stunting. Sejumlah faktor genetik bisa memberikan pengaruh terhadap Tingkat pertumbuhan linier terhadap anak-anak, walaupun sejumlah faktor lingkungan serta gizi pun begitu memberikan pengaruh. (6) Tidak cukupnya pengawasan Kesehatan serta perawatan: tidak memadainya akses atau keterlibatan pada pelayanan Kesehatan serta gizi, termasuk antenatal serta perawatan postnatal, dan tidak memadainya pengawasan pertumbuhan anak, bisa mendorong peningkatan risiko stunting.

Dampak dari stunting begitu serius serta kompleks, baik dengan fisik ataupun kognitif (Nirmalasari, 2020). Di bawah ini merupakan sejumlah pengaruh dari stunting: (1) Rendahnya Pertumbuhan Fisik: Stunting menyebabkan anak mempunyai tinggi badan yang lebih pendek dari yang semestinya berdasarkan pada umurnya. Hal ini bisa memberikan hambatan pada perkembangan fisik individu dengan menyeluruh. (2) Gangguan Kognitif: Kekurangan gizi yang mengakibatkan stunting pula bisa berpengaruh terhadap perkembangan otak serta kecerdasan anak. Anak yang mengalami stunting akan lebih mempunyai kapasitas kognitif yang lebih rendah, termasuk persoalan pada belajar, konsentrasi, serta daya ingat. (3) Gangguan Perilaku dan Emosional: Stunting bisa mengakibatkan persoalan perilaku serta emosional terhadap anak, contohnya kecemasan, depresi, serta kesulitan untuk melakukan interaksi sosial. Hal ini bisa berpengaruh negatif terhadap kualitas hidup serta hubungan sosial anak di masa mendatang. (4) Penyakit Kronis: Anak yang mengalami stunting mempunyai risiko lebih tinggi dalam mengalami penyakit kronis contohnya diabetes, penyakit jantung, serta hipertensi di waktu mendatang. Keadaan yang terjadi dikarenakan oleh perubahan metabolisme serta pola makan yang buruk yang kerap dialami terhadap seseorang yang menemui gejala stunting sejak dini. (5) Penurunan produktivitas serta pendapatan: seseorang yang mengalami stunting akan lebih mempunyai produktivitas yang lebih rendah pada masa dewasa, baik kaitannya dengan hal Pendidikan ataupun pekerjaan. Hal ini bisa berpengaruh terhadap pendapatan individu dengan ekonomi serta dalam Tingkat kemiskinan pada Masyarakat. (6) Siklus kemiskinan serta berkelanjutan: Anak yang mengalami stunting akan lebih mempunyai kesempatan Pendidikan serta pekerjaan yang lebih terbatas pada masa dewasa, maka mendorong peningkatan risiko individu dalam tetap ada pada lingkaran kemiskinan serta terjadi stunting pada generasi selanjutnya.

Dalam menangani stunting membutuhkan pendekatan yang komprehensif serta terpadu, karena penyebabnya memperlibatkan sejumlah faktor yang saling terkait, contohnya gizi, kesehatan, sanitasi, pendidikan, serta lingkungan (Purbowati et al., 2021). Salah satu upaya

utama adalah melalui intervensi gizi, yang mencakup pemberian makanan tambahan contohnya zat besi, vitamin A, dan suplemen gizi yang lain guna mencukupi kebutuhan nutrisi anak yang mungkin kurang tercukupi. Selain itu, penting juga untuk meningkatkan konsumsi makanan bergizi seimbang yang kaya akan protein, vitamin, dan mineral, serta memastikan praktik pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan sebagai fondasi penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Dari sisi pelayanan kesehatan, upaya pencegahan dilakukan melalui pemeriksaan kesehatan secara rutin untuk mendeteksi dini gangguan pertumbuhan, serta memastikan anak mendapatkan imunisasi lengkap sesuai jadwal sebagai perlindungan dari penyakit yang dapat menghambat tumbuh kembang. Tak kalah penting adalah peran pengasuhan dan pendidikan orang tua, yang dapat dilakukan melalui edukasi mengenai pentingnya gizi seimbang dan pemberian stimulasi perkembangan sesuai usia anak. Interaksi positif antara orang tua dan anak akan membantu membentuk fondasi tumbuh kembang yang optimal. Selain itu, aspek sanitasi dan kesehatan lingkungan juga menjadi faktor penting, dengan memastikan akses terhadap air bersih dan fasilitas sanitasi yang layak, serta membiasakan perilaku hidup bersih serta sehat untuk mencegah penyakit infeksi yang berisiko memperburuk kondisi gizi anak. Terakhir, intervensi berbasis komunitas dan dukungan kebijakan publik juga sangat diperlukan. Program pemberdayaan masyarakat yang melibatkan partisipasi aktif warga melalui edukasi dan pelatihan dapat meningkatkan kesadaran dan kepedulian kolektif terhadap pencegahan stunting. Sementara itu, pemerintah perlu mengimplementasikan kebijakan yang mendukung upaya ini, seperti program peningkatan gizi anak, penguatan layanan kesehatan ibu dan anak, serta penyediaan akses terhadap sumber daya kesehatan yang merata dan terjangkau. Dengan pendekatan menyeluruh dan kolaboratif ini, diharapkan angka stunting dapat ditekan dan berkelanjutan.

b. Pendidikan Kesehatan

Pendidikan Kesehatan merupakan aplikasi atau pengimplementasian Pendidikan pada bidang Kesehatan. Secara umum Pendidikan Kesehatan yaitu seluruh aktivitas guna melakukan pemberian serta peningkatan pengetahuan dan sikap seseorang dalam menjaga serta mendorong peningkatan Kesehatan individu tersebut (Permatasari & Suprayitno, 2021). Pendidikan Kesehatan merupakan sebuah tahapan pembelajaran yang dilaksanakan baik dengan formal ataupun non formal yang mempunyai tujuan dalam memberikan didikan serta ilmu pengetahuan, dan memperkembangkan potensi diri yang terdapat pada diri semua individu (Aisah et al., 2021). Menurut (Arifah et al., 2022) pendidikan kesehatan adalah usaha dalam mendorong peningkatan pengetahuan individu atau kelompok tentang Kesehatan. Pendidikan Kesehatan yaitu semua kegiatan dan usaha dalam menciptakan perubahan tingkah laku hidup sehat, baik lingkungan, Masyarakat, serta sosial. Pendidikan kesehatan tidak hanya berhubungan dengan komunikasi informasi, namun berkaitan dengan motivasi, keterampilan dan kepercayaan diri seseorang atau kelompok dalam memperbaiki kesehatan (Fatkhayah et al., 2020).

Menurut (Mughtar et al., 2023) tujuan dari pendidikan kesehatan yaitu guna melakukan perubahan pengetahuan seseorang atau

kelompok pada bidang Kesehatan supaya membuat Kesehatan menjadi sesuatu yang penting pada kehidupan mereka untuk meraih tujuan hidup sehat, dan bisa mempergunakan fasilitas pelayan Kesehatan yang terdapat secara tepat dan sesuai. Tujuan pendidikan kesehatan adalah dalam mengubah perilaku dan sikap masyarakat dalam membina serta memelihara perilaku hidup sehat serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal (Sari & Nuari, 2021). Pendidikan kesehatan sangat diperlukan sebagai dasar untuk kegiatan dalam kesehatan masyarakat untuk mencapai sehat jasmani, rohani, sosial dan ekonomi, dan tujuan akhir dari pendidikan kesehatan adalah agar masyarakat dapat mempraktikkan dalam kehidupan sehari-hari tentang bagaimana perilaku hidup sehat (Pratiwi, 2020)

Dalam studi yang dilaksanakan oleh Witdiawati et al. (2024) dijelaskan jika pendidikan kesehatan mempunyai dampak yang positif pada peningkatan pemahaman remaja mengenai stunting dan peran mereka dalam pencegahannya. Hal ini terlihat dari kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan pada 52 remaja, sebanyak 17 orang (33%) mengikuti kegiatan tersebut dan menunjukkan antusiasme tinggi dari awal hingga akhir kegiatan. Sesudah diberikan pendidikan kesehatan, dialaminya peningkatan pengetahuan remaja sebesar 27,68%.

Adapun tujuan dari aktivitas pemberdayaan masyarakat ini yaitu guna mendorong peningkatan pengetahuan mengenai stunting pada remaja di Desa Glagahwangi sebagai upaya pencegahan stunting sejak dini dengan edukasi yang tepat dan efektif.

#### 4. METODE

- a. Studi yang dilaksanakan mempergunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Pendekatan ini mempunyai tujuan dalam mengevaluasi dampak intervensi pendidikan kesehatan pada pengetahuan remaja putri mengenai stunting. Dalam desain ini, kelompok subjek hanya satu (tanpa kelompok kontrol), dan dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah intervensi. Tujuan utamanya adalah untuk mengetahui sejauh mana perubahan atau peningkatan pengetahuan peserta setelah mendapatkan edukasi, sehingga dapat dinilai efektivitas dari pemberian materi pendidikan kesehatan tersebut.
- b. Peserta dalam kegiatan ini adalah remaja putri yang berasal dari Desa Glagahwangi. Jumlah peserta yang ikut berpartisipasi sebanyak 30 orang, yang dipilih secara purposive berdasarkan kriteria inklusi, yaitu remaja putri berusia 11-21 tahun, berdomisili di Desa Glagahwangi, dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Adapun kriteria eksklusi adalah remaja putri yang sedang mengalami gangguan kesehatan yang menghambat partisipasi aktif dalam kegiatan, serta mereka yang tidak mendapatkan izin dari orang tua/wali untuk mengikuti kegiatan ini. Keterlibatan remaja putri sebagai sasaran utama didasarkan pada peran strategis mereka sebagai calon ibu yang perlu dibekali pengetahuan tentang pentingnya pencegahan stunting sedini mungkin.
- c. Pelaksanaan aktivitas dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, serta evaluasi, yang dipaparkan dibawah ini :

- 1) Tahap Persiapan  
Tahap ini dimulai dengan melaksanakan koordinasi dan perizinan kepada perangkat desa, seperti Kepala Desa, Ketua RT, Bidan Desa, serta kader kesehatan yang berada di wilayah Desa Glagahwangi. Tujuannya adalah untuk mendapatkan dukungan dan izin pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan bagi remaja. Setelah perizinan diperoleh, peneliti menentukan lokasi kegiatan yang strategis dan mudah dijangkau oleh peserta, seperti balai desa atau aula pertemuan. Selanjutnya, dilakukan perekrutan peserta dengan mengundang remaja putri usia 11-21 tahun melalui kader dan perangkat RT setempat. Pada tahap ini juga disusun materi edukasi yang relevan dan mudah dipahami tentang stunting, meliputi definisi, penyebab, dampak, dan upaya pencegahan. Selain itu, peneliti juga menyiapkan media edukatif berupa leaflet yang akan dibagikan kepada peserta sebagai alat bantu visual dan pengingat materi.
- 2) Tahap Pelaksanaan  
Tahap pelaksanaan dimulai melalui pemberian pre-test terhadap seluruh peserta sebelum menerima materi edukasi. Pre-test ini mempunyai tujuan dalam mengidentifikasi Tingkat pengetahuan awal peserta mengenai stunting. Setelah itu, dilanjutkan dengan sesi penyampaian materi melalui metode ceramah interaktif, yang dikombinasikan dengan pembagian leaflet agar peserta lebih mudah memahami informasi yang disampaikan. Materi disampaikan secara komunikatif agar suasana lebih hidup dan tidak membosankan. Setelah penyampaian materi selesai, dilakukan sesi tanya jawab untuk memberikan peluang terhadap peserta melakukan pengajuan pertanyaan serta memperjelas hal-hal yang belum dipahami. Sebagai penutup, peserta diminta mengisi post-test sebagai evaluasi untuk mengetahui peningkatan pengetahuan mereka setelah mendapatkan edukasi.
- 3) Tahap Evaluasi  
Tahap evaluasi merupakan tahapan akhir yang bertujuan untuk menilai keberhasilan intervensi pendidikan kesehatan yang telah diberikan. Pada tahap ini, data hasil pre-test dan post-test yang sudah dikumpulkan dianalisis guna mengidentifikasi terdapatnya perubahan pengetahuan peserta. Analisis dilakukan menggunakan uji statistik non-parametrik yakni Wilcoxon Signed Rank Test, yang sesuai dipergunakan karena data berasal dari sampel kecil dan tidak berdistribusi normal. Uji ini dipergunakan dalam mengidentifikasi apakah ditemukan perbedaan antara nilai pre-test dan post-test. Temuan dari analisis ini akan menjadi dasar untuk menyimpulkan apakah pemberian pendidikan kesehatan berdampak terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang stunting.

## 5. HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. Hasil

Data karakteristik responden dalam Tabel 1, diketahui bahwa mayoritas responden ada dalam kategori remaja awal, yaitu sebanyak 15 orang (50%), diikuti oleh remaja tengah sebanyak 12 orang (40%), dan sisanya merupakan remaja akhir sejumlah 3 individu (10%). Hal ini

mengindikasikan jika mayoritas responden masih berada pada tahap awal perkembangan remaja, di mana fase ini sangat krusial dalam membentuk pola pikir dan pengetahuan dasar tentang kesehatan, termasuk isu stunting. Dari segi jenis kelamin, semua responden dalam studi yang dilaksanakan yaitu perempuan (100%), karena fokus penelitian memang ditujukan kepada kelompok remaja putri sebagai calon ibu yang berperan penting dalam pencegahan stunting di masa depan melalui pengetahuan yang baik tentang gizi dan perawatan anak sejak dini. Berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan SD sebanyak 12 orang (40%) dan SMA juga sebanyak 12 orang (40%), diikuti oleh SMP sebanyak 4 orang (13,3%), dan S1 sebanyak 2 orang (6,7%). Distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja masih berada pada tingkat pendidikan dasar dan menengah. Tingkat pendidikan ini dapat memengaruhi tingkat pengetahuan mereka terhadap informasi kesehatan, sehingga pendidikan kesehatan yang disampaikan dalam penelitian ini sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan mereka secara menyeluruh.

**Tabel 1. Karakteristik Remaja Putri Desa Glagahwangi**

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
<b>Umur</b>		
Remaja Awal (11-14 Tahun)	15	50%
Remaja Tengah (15-17 Tahun)	12	40%
Remaja Akhir (18-21 Tahun)	3	10%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	30	100%
Laki-laki	0	0%
<b>Pendidikan</b>		
SD	12	40%
SMP	4	13.3%
SMA	12	40%
S1	2	6.7%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Data yang ditampilkan dalam Tabel 2, diketahui bahwa dari total 30 responden, tingkat pengetahuan mereka mengenai stunting sebelum diberikan pendidikan kesehatan bervariasi. Sebanyak 9 responden (30%) ada pada kategori pengetahuan rendah, 7 responden (23,3%) ada pada kategori pengetahuan sedang, serta 14 responden (46,7%) tergolong dalam kategori pengetahuan tinggi. Hal ini menunjukkan jika sebelum diberikan intervensi edukasi, mayoritas responden sudah mempunyai

pengetahuan yang cukup baik mengenai stunting, namun masih terdapat sekelompok remaja dengan tingkat pengetahuan yang rendah hingga sedang, yang menunjukkan perlunya upaya peningkatan pengetahuan secara menyeluruh.

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan yang meliputi penyampaian materi, pembagian leaflet, serta sesi tanya jawab secara interaktif, terjadi perubahan dalam distribusi tingkat pengetahuan. Hasil post-test menunjukkan bahwa seluruh responden, yaitu sebanyak 30 orang (100%), mengalami peningkatan dan masuk dalam kategori pengetahuan tinggi. Ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh peserta, serta media edukatif yang digunakan mampu mendukung proses pembelajaran secara efektif.

Untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan secara statistik, dilakukan analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Dari hasil uji tersebut, diperoleh bahwa sebanyak 16 responden termasuk dalam positive ranks, artinya mereka terjadi peningkatan nilai post-test dibandingkan pre-test. Sedangkan, tidak terdapat responden yang terjadi penurunan skor atau masuk dalam negative ranks, dan 14 responden lainnya mempunyai nilai pre-test dan post-test yang sama, yang menunjukkan bahwa mereka sudah memiliki pengetahuan yang tinggi sejak awal. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa dengan tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) sebesar 0,05, diperoleh p-value = 0,000. Nilai ini lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ), yang berarti secara statistik  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan begitu berarti ditemukan dampak antara pendidikan kesehatan yang diberikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang stunting. Temuan ini memperkuat bukti bahwa edukasi kesehatan yang terstruktur dan disampaikan dengan pendekatan yang sesuai dapat menjadi intervensi yang efektif untuk mendorong peningkatan kesadaran serta pengetahuan remaja mengenai isu penting seperti stunting, yang berkaitan langsung dengan kesehatan generasi masa depan.

**Tabel 2. Hasil Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Stunting pada Remaja**

Pengetahuan remaja	Pengetahuan remaja						Negative rank	Positive rank	Ties	p-value
	Rendah		Sedang		Tinggi					
	f	%	f	%	f	%				
Sebelum	9	30%	7	23.3%	1	46.7%	0	16	14	0,000
Sesudah	0	0%	0	0%	3	100%	0			

## b. Pembahasan

### 1) Karakteristik Responden

Karakteristik responden pada studi yang dilaksanakan menunjukkan bahwa mayoritas peserta berada pada kategori remaja awal, yaitu sebanyak 50%, diikuti oleh remaja tengah sebesar 40%, dan hanya 10% yang termasuk remaja akhir. Distribusi usia ini memberikan gambaran bahwa sebagian besar responden masih berada pada fase perkembangan awal masa remaja, yang ditandai

dengan rasa ingin tahu tinggi dan kesiapan lebih besar untuk menerima informasi baru. Remaja pada tahap ini cenderung lebih terbuka terhadap edukasi kesehatan, termasuk pengetahuan mengenai stunting. Hal ini selaras pada studi oleh Malisngor et al. (2024), yang memberikan pernyataan jika remaja awal lebih responsif terhadap informasi kesehatan karena perkembangan kognitif dan fisik mereka yang masih sangat aktif, sehingga lebih mudah dalam menyerap dan memahami materi edukatif.

Dari segi jenis kelamin, seluruh responden dalam penelitian ini adalah perempuan sebanyak 30 orang (100%), karena memang fokus penelitian ini diarahkan kepada remaja putri sebagai kelompok strategis dalam upaya pencegahan stunting. Remaja perempuan memiliki peran penting sebagai calon ibu di masa depan, sehingga pengetahuan mereka tentang stunting sangat berpengaruh terhadap kesehatan generasi selanjutnya. Penelitian Siregar et al. (2023) mendukung hal ini dengan menyatakan bahwa tingkat pengetahuan dan sikap seorang ibu terhadap gizi anak sangat memengaruhi fenomena stunting. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan kepada remaja putri menjadi langkah strategis yang dapat berdampak jangka panjang dalam upaya menurunkan prevalensi stunting.

Dari aspek pendidikan, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Atas (SMA), masing-masing sebanyak 40%. Sisanya terdiri dari 13,3% berpendidikan SMP dan 6,7% berpendidikan S1. Tingkat pendidikan ini mencerminkan latar belakang pendidikan yang beragam, namun mayoritas masih berada pada jenjang dasar hingga menengah. Hal ini penting karena tingkat pendidikan sangat memengaruhi kemampuan seseorang dalam memahami informasi kesehatan. Penelitian oleh Anggraini (2025) menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan lebih tinggi memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai stunting dan tindakan pencegahannya. Maka dari itu, pendidikan kesehatan yang diberikan harus disesuaikan dengan kemampuan kognitif masing-masing individu agar materi yang disampaikan dapat diterima dan dipahami secara maksimal.

## 2) Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Stunting pada Remaja

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari pendidikan kesehatan tentang stunting terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri, sebagaimana dibuktikan melalui hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test yang menghasilkan nilai  $p$ -value = 0,000 ( $p < 0,05$ ). Nilai tersebut mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan bermakna antara pengetahuan responden sebelum dan sesudah intervensi pendidikan kesehatan. Artinya, intervensi yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan responden.

Sebelum intervensi dilakukan, tingkat pengetahuan responden mengenai stunting masih cukup bervariasi, dengan 9 orang (30%) berada dalam kategori rendah, 7 orang (23,3%) dalam kategori sedang, dan 14 orang (46,7%) dalam kategori tinggi. Variasi ini mencerminkan bahwa meskipun ada sebagian remaja yang sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang stunting, masih terdapat kelompok remaja dengan pengetahuan yang terbatas. Namun, setelah dilakukan edukasi yang dirancang secara sistematis dan

komunikatif, hasil post-test menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) berada dalam kategori pengetahuan tinggi, yang mengindikasikan keberhasilan intervensi pendidikan dalam meningkatkan pengetahuan mereka secara menyeluruh.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Malisngorar et al. (2024), yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan remaja mengenai isu gizi, termasuk upaya pencegahan stunting. Pendidikan kesehatan yang disampaikan dengan pendekatan yang interaktif dan melibatkan partisipasi aktif remaja terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan karena memungkinkan peserta untuk lebih terlibat secara kognitif dan emosional dalam proses pembelajaran.

Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui teori pembelajaran kognitif, yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang akan lebih mudah berkembang apabila informasi yang diberikan sesuai dengan tingkat perkembangan kognitif, mudah dipahami, dan disampaikan melalui media yang menarik serta pengulangan yang memadai. Dalam konteks kegiatan ini, penggunaan leaflet dan ceramah interaktif memberikan stimulus yang kaya terhadap skema kognitif remaja mengenai stunting. Mereka tidak hanya memperoleh pengetahuan tentang pengertian dan penyebab stunting, tetapi juga memahami dampaknya terhadap pertumbuhan anak, serta strategi pencegahan yang dapat dilakukan sejak remaja, seperti menjaga asupan gizi dan mempersiapkan diri menjadi ibu yang sehat di masa depan. Lebih lanjut, dari hasil analisis data, diketahui bahwa sebanyak 16 responden berada dalam kategori positive ranks, yaitu mengalami peningkatan skor post-test dibandingkan dengan pre-test. Ini berarti bahwa mayoritas remaja mengalami peningkatan pengetahuan setelah mengikuti pendidikan kesehatan. Tidak terdapat responden yang mengalami penurunan skor, dan sisanya memiliki skor yang sama karena sudah tinggi sejak awal.

Maka dari itu pendidikan kesehatan merupakan strategi promotif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap stunting. Hal ini penting karena remaja, khususnya remaja putri, akan menjadi generasi penerus sekaligus calon ibu yang memiliki peran besar dalam menurunkan angka kejadian stunting di masa depan. Intervensi semacam ini tidak hanya berdampak jangka pendek pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga berpotensi berdampak jangka panjang terhadap perubahan sikap dan perilaku hidup sehat.

Berikut merupakan gambar dari kegiatan pemberdayaan masyarakat pendidikan kesehatan tentang stunting di Desa Glagahwangi:



Gambar 2. Sesi pengisian lembar pretest



Gambar 3. Sesi pengisian lembar posttest



Gambar 4. Foto bersama remaja putri Desa Glagahwangi

## 6. KESIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar remaja memiliki tingkat pengetahuan yang rendah hingga sedang. Namun, setelah intervensi, seluruh responden mengalami peningkatan pengetahuan hingga mencapai kategori tinggi. Hasil uji statistik Wilcoxon menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan adanya pengaruh dari pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja. Berdasarkan temuan ini, intervensi pendidikan kesehatan direkomendasikan untuk diterapkan secara lebih luas, khususnya di wilayah dengan angka stunting yang tinggi, sebagai upaya promotif dalam meningkatkan

pemahaman remaja mengenai pentingnya pencegahan stunting sejak dini. Untuk pengembangan ke depan, diperlukan penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat (misalnya quasi-experimental atau randomized controlled trial) serta melibatkan populasi yang lebih beragam, guna mengevaluasi efektivitas jangka panjang dari intervensi ini dan dampaknya terhadap perubahan perilaku maupun status gizi anak dalam jangka panjang.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Aisah, S., Ismail, S., & Margawati, A. (2021). Edukasi Kesehatan dengan Media Video Animasi: Scoping Review. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1), 641-655.
- Anggraini, H. (2025). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 6-59 Bulan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Science Journal*, 16(1), 47-52. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v15i02.1200>
- Arifah, N., Anjalina, I., Febriana, A. I., Khairunnisa, E., Amir, N. P., Aprilisa, W., Muzhaffar, Z., & Manyullei, S. (2022). Penyuluhan Kesehatan tentang Anemia pada Siswa di SMPN2 Galesong Selatan Kabupaten Takalar. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 176-182. <https://doi.org/10.25008/altifani.v2i2.222>
- BPS Kabupaten Klaten. (2024). Kecamatan Polanharjo Dalam Angka 2024. BPS Kabupaten Klaten.
- Duhita, F., & Rahmawati, N. I. (2019). Dampak Kesehatan Anak pada Periode Embrio, Janin, Bayi dan Usia Sekolah dengan Ayah Perokok. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 4(1), 12-20. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.41777>
- Fatkhiyah, N. (2020). Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja. *Abdimas: Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat*, 4(1), 84-89. <https://doi.org/10.30630/jppm.v4i2.909>
- Handayani, N., Indraswari, R., Shaluhiah, Z., & Kusumawati, A. (2022). Pemberdayaan Kader Remaja SANTUN (Sehat Anti Stunting) di Kecamatan Guntur Kabupaten Demak. *Journal of Public Health and Community Service*, 1(1), 55-59.
- Malisngorar, M. S. J., Soamole, I., & Junita, W. O. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Stunting terhadap Pengetahuan Remaja di Desa Teluti Baru Kecamatan Tehoru. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1), 83-92. <https://doi.org/10.55606/termometer.v2i1.2804>
- Muchtar, F., Rejeki, S., Elvira, I., & Hastian, H. (2023). Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), 138-144. <https://doi.org/10.34312/ljpmt.v2i2.21400>
- Nirmalasari, N. O. (2020). Stunting pada Anak : Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia. *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*, 14(1), 19-28. <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2372>
- Nugroho, S. M., & Wahyuni, K. S. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Kesehatan Reproduksi terhadap Sikap Remaja dalam Upaya Preventif Kasus Stunting. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Respati Yogyakarta*, 6(1), 142-150.

- Nurmansyah, A., Sarinengsih, Y., Jamiyanti, A., Marti, V., Lengga, Agustin, D. N., W, D. A., A, T. Y., S, N. D., E, R. S., S, D. P., Rizkia, T., Kurniawan, R., Fauziah, E., Herliyuandi, F., Ayu, A., Rema, M., Mulyani, S., Widyastuti, ... Aisyah, S. (2024). Cegah Stunting dengan Penanganan yang Tepat pada Masyarakat Dusun Barujati. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(12), 5539-5545. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i12.17558>
- Oktari, V., Hadi, S. P. I., & Prabandari, F. H. (2024). The Influence of Health Education Using Lecture and Leaflet Methods on the Knowledge of Toddler Posyandu Cadres About Stunting Prevention in Children. *Journal of Health (JoH)*, 11(02), 212-220. <https://doi.org/10.30590/joh.v11n2.748>
- Paramitha, I. A., Arifiana, R., Khusnul, G., Pangestu, Rahayu, N. A., & Rosidi, A. (2024). Gambaran Kejadian Stunting Berdasarkan Karakteristik Ibu pada Balita Usia 24-59 Bulan. *HEALTHY : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 3(1), 37-44.
- Permatasari, D., & Suprayitno, E. (2021). Pendidikan Kesehatan Reproduksi pada Remaja. *JURNAL EMPATHY Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 8-12. <https://doi.org/10.37341/jurnalempathy.v0i0.46>
- Purbowati, M. R., Ningrom, I. C., & Febriyanti, R. W. (2021). Gerakan Bersama Kenali, Cegah, dan Atasi Stunting Melalui Edukasi Bagi Masyarakat di Desa Padamara Kabupaten Purbalingga. *AS-SYIFA : Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 15-22.
- Sarimin, D. S., Rondonuwu, R. H. S., Ponidjan, T. S., Syariel, Z., & Pasambo, Y. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Tentang Pencegahan Stunting Melalui Edukasi dan Gema Penting. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPKMN)*, 4(3), 2407-2413. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v4i3.1451>
- Sianaga, R., Rumondang, R., Nopalina, N., Nuraisyah, N., Pasaribu, N. E., & Gea, T. P. (2024). Pemberdayaan Masyarakat untuk Pencegahan Stunting dan Edukasi Gangguan Perkembangan Balita di Puskesmas Medan Denai Tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, 2(4), 1303-1308.
- Siregar, M. U., & Gurning, F. P. (2023). Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Kejadian Stunting di Desa Nagasaribu. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 1-4.
- Supariasa, I. D. N., & Purwaningsih, H. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Balita di Kabupaten Malang. *Karta Rahardja*, 1(2), 55-64.
- Witdiawati, Purnama, D., Rosidin, U., Shalahuddin, I., & Sumarni, N. (2024). Pendidikan Kesehatan Tentang Peran Remaja dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(4), 1744-1751. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i4.13904>