



Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Stunting

Andiani¹, Tutik Lestari^{1✉} dan Tati Sumiati¹

¹ Staf Pengajar Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, Ternate, Indonesia.

Email : andianimahbub@gmail.com; tutik198692@gmail.com; tati.sumiati@gmail.com

✉ Korespondensi : Tutik Lestari, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, Ternate, Indonesia,
 Email : tutik198692@gmail.com

Info Artikel :	<input checked="" type="checkbox"/> Artikel Penelitian	<input type="checkbox"/> Artikel Pengabdian	<input type="checkbox"/> Riview Artikel
<i>*Diterima : 7 Juni 2023</i>	<i>*Disetujui : 22 Juli 2023</i>	<i>*Publikasi On-Line : 24 Juli 2023</i>	

Abstrak

Pemenuhan gizi pada masa anak-anak dapat menentukan banyak aspek kehidupan dikemudian hari, seperti kesehatan, prestasi, intelektualitas dan produktivitas pada masa remaja dan dewasa. Stunting merupakan salah satu indikasi kejadian kurang gizi pada anak-anak. Dikatakan pendek jika nilai z-scorenya panjang atau tinggi badan menurut umur <-2 standar deviasi, dikatakan stunted dan <-3 SD dikatakan severely stunted. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja tentang stunting. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif, populasinya adalah siswa/i SLTP yang mengikuti kegiatan Jumpa Bakti Persahabatan IV tahun 2021 sebanyak 294 dengan jumlah sampel sebanyak 75 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik accidental sampling. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar tingkat pengetahuan responden termasuk dalam kategori kurang sebanyak 37 orang dan sebagian kecil kategori baik sebanyak 13 orang. Hal ini didasarkan karena remaja kurang mendapatkan informasi tentang stunting baik di lingkungan sekolah maupun tempat tinggal.

Keyword: Pengetahuan, Remaja, Stunting.

I. PENDAHULUAN

Pertumbuhan di usia balita akan menentukan perkembangan fisik dan mental serta keberhasilan diusia selanjutnya. Pola makan bergizi seimbang di usia ini sangat penting, bukan hanya untuk pertumbuhan fisik, tetapi juga perkembangan kecerdasannya (Kurniasih dkk, 2010). Pada masa anak-anak baik buruknya pemenuhan gizi dapat menentukan banyak aspek kehidupan dikemudian hari. Stunting merupakan salah satu indikasi kejadian kurang gizi akibat dari kekurangan gizi kronis terutama dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pada bayi (0-11 bulan) dan anak balita (12-59 bulan) sehingga anak terlalu pendek untuk usianya (Persagi, 2018). 1000 HPK adalah masa sejak anak berada dalam kandungan hingga berusia 2 (dua) tahun yang disebut dengan periode emas. Dimana pada periode ini terjadi pertumbuhan otak yang sangat pesat untuk mendukung seluruh proses pertumbuhan anak dengan sempurna. Oleh sebab itu harus adanya dukungan gizi karena pada 1000 HPK jika terjadi kekurangan gizi maka tidak dapat diperbaiki pada masa mendatang

Berdasarkan data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2020 prevalensi stunting pada balita diseluruh dunia mencapai rata-rata 22% atau sebanyak 149,2 juta sehingga menjadi masalah global yang sedang dihadapi oleh masyarakat di dunia. Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi stunting tertinggi kedua di Asia Tenggara sebesar 31,8% setelah Timor Leste sebesar 48,8% (ADP, 2020). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 dan 2018, pevalensi stunting balita sebesar 37,6% dan 30,8%. Selanjutnya data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2019 sebesar 27,7%, 2021 sebesar 24,4% dan 2022 sebesar 21,6%. Penurunan angka kejadian stunting masih relatif kecil dan prevalensinya masih diatas angka ambang batas yang ditetapkan oleh WHO yaitu 20% dan target penurunan tahun 2024 sebesar 14%. Sementara itu prevalensi stunting di Maluku Utara masih

cukup tinggi sebesar 26,1%, tertinggi di Kabupaten Halmahera Timur 32,3% dan terendah Kota Ternate 17,7%.

Dampak negatif yang terjadi pada anak ketika mengalami stunting yaitu pertumbuhan, perkembangan dan produktifitas. Selain itu meningkatkan risiko penyakit infeksi, penyakit kronik dan kematian pada akhirnya akan menurunkan produktifitas kerja ketika dewasa. Masalah yang dapat ditimbulkan dikemudian hari lebih besar, karena anak tersebut tidak dapat mengejar ketinggalan pertumbuhannya bahkan kedepannya bangsa Indonesia akan mengalami lost generation (Soekirman 2000). Kekurangan gizi pada anak balita dapat disebabkan oleh penyebab langsung (intake zat gizi dan penyakit infeksi) dan tidak langsung (ketahanan pangan di keluarga, pola pengasuhan anak serta pelayanan kesehatan dan kesehatan lingkungan).

Pada siklus daur kehidupan tahap remaja inilah yang sangat penting dilakukannya intervensi mencegah terjadinya prevalensi stunting. Salah satunya dengan pemberian informasi tentang pengetahuan gizi agar para remaja dapat memahami kebutuhan gizi yang dibutuhkan (Andiani, dkk 2021), upaya memenuhi gizi pada 1000 HPK sebaiknya diberikan informasi sejak dini kepada calon ibu terkait dengan permasalahan stunting. Selain itu, persiapan memasuki masa prakonsepsi bagi remaja sangat berkaitan dengan pemenuhan gizi setiap harinya. Salah satu faktor yang mempengaruhi kondisi kehamilan yaitu status gizi prakonsepsi (Noviasty, 2020). Selain itu informasi tentang stunting juga dapat diberikan di lingkungan masyarakat dengan sasarannya remaja maupun masyarakat umum, sebagai upaya pencegahan stunting sejak dini (Supriyatni, dkk 2021). Melalui pendidikan kesehatan tersebut remaja akan mampu membentuk pemahaman yang baik terkait perilaku sadar gizi untuk pencegahan stunting (Waston, 2019).

Remaja mempunyai peran besar dalam mewujudkan generasi berkualitas dimasa yang akan datang karena sebagai calon orang tua nantinya. Upaya yang paling tepat guna pencegahan stunting diawali dari kaum remaja dengan meningkatkan pengetahuan tentang stunting serta bagaimana dampak yang timbul jika anak mengalami stunting. Kurangnya pengetahuan remaja sebagai calon orang tua tentang pengasuhan 1000 HPK dapat meningkatkan risiko anak yang dilahirkan kelak mengalami gangguan pertumbuhan hingga stunting. Hal tersebut perlu bagi remaja untuk mendapatkan pendidikan parenting serta pemahaman kesehatan akan pentingnya penerapan makan dengan pola gizi seimbang. Beberapa hal yang perlu direncanakan oleh remaja sebelum kejenjang pernikahan, antara lain usia ideal menikah (21 tahun bagi perempuan dan 25 tahun bagi laki-laki), sehat baik jasmani maupun rohani, kesiapan mental, juga kesiapan finansial/ekonomi.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif karena bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja tentang stunting. Penelitian yang dilaksanakan bulan November 2021 dengan jumlah populasinya adalah seluruh siswa/i SLTP yang mengikuti kegiatan Jumpa Bakti Persahabatan IV (JUMBAPAS) oleh Korps Sukarela Relawan IAIN Ternate sebanyak 294 orang dengan jumlah sampel sebanyak 75 orang. Penentuan sampel menggunakan rumus Slovin dimana tehnik pengambilan sampel dilakukan secara accidental sampling dengan bantuan KSR IAIN Ternate. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner kuesioner yang telah disusun sebelumnya. Dimana kuesioner pengetahuan stunting yang sudah dimodifikasi, diukur dengan menggunakan skala gluttman sebanyak 12 pertanyaan. Analisis data dilakukan secara univariat untuk distribusi frekuensi..

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	N (75)	%
Umur		
11-12 tahun	9	12.0
13-14 tahun	64	85.3
15 tahun	2	2.7
Kelas		
VII	7	9.3
VIII	30	40.0
IX	38	50.7

Asal Sekolah		
SLTP N 3 Ternate	4	5.3
SLTP N 4 Ternate	8	10.7
SLTP N 6 Ternate	1	1.3
Putra Bahari Ternate	15	20.0
IT Nurul Ternate	9	12.0
SLTP N 1 Tikep	3	4.0
SLTP N 7 Tikep	7	9.3
MTS 1 Tikep	13	17.3
Citra Umat Tikep	5	6.7
Ikhwan Tikep	7	9.3
SLTP N 4 Kab. Halut	3	4.0

Berdasarkan Tabel 1 diketahui rata-rata usia responden 13 tahun dengan usia terendah 11 tahun dan tertinggi 15 tahun, sebagian besar responden berada di kelas IX sebanyak 38 orang dan sebagian besar responden bersekolah di Ternate. Responden merupakan peserta yang ikut dalam kegiatan Korps Sukarelawan IAIN Ternate dan bersedia diwawancarai dalam penelitian ini.

Tabel 2. Kategori Pengetahuan Remaja

Pengetahuan	N (75)	%
Baik	13	17.3
Cukup	25	33.4
Kurang	37	49.3

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan responden termasuk dalam kategori kurang sebanyak 37 orang dan sebagian kecil kategori baik sebanyak 13 orang. Hal ini didasarkan karena remaja kurang mendapatkan informasi tentang *stunting* baik di lingkungan sekolah maupun tempat tinggal. Hal yang demikian juga mengenai informasi *stunting* bagi masyarakat, karena masih memiliki persepsi kurang gizi disebabkan dari pola konsumsi yang salah. Namun pada kenyataannya terdapat 3 (tiga) hal yang perlu diperhatikan dalam upaya pencegahan *stunting* seperti pola konsumsi, pola asuh serta sanitasi dan akses air bersih.

Pengetahuan merupakan hasil tahu dari penginderaan seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindera yang dimiliki. Pada penelitian ini sebanyak 12 pertanyaan tentang pengetahuan yang ditanyakan kepada responden seperti definisi *stunting*, ciri-ciri anak mengalami *stunting*, cara mengetahui seseorang mengalami *stunting*, faktor-faktor yang mempengaruhi, bagaimana pencegahan *stunting* serta mengenai dampak jika mengalami *stunting*. Pengukuran total skor pengetahuan dibagi menjadi 3 kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Pengetahuan baik apabila responden dapat menjawab benar sebanyak 10-12 pertanyaan, cukup apabila menjawab benar sebanyak 7-9 pertanyaan, sedangkan kurang apabila menjawab benar ≤ 6 pertanyaan. Pengetahuan dapat diperoleh melalui pendidikan maupun orang lain. Setiap saat pengetahuan bisa berubah karena adanya pemahaman baru.

Seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik, memiliki sikap atau perilaku positif terhadap sesuatu sehingga pengetahuan tersebut dapat mengubah perilaku seseorang dari perilaku negatif menjadi perilaku positif Notoatmodjo (2003). Penelitian yang dilakukan oleh Muthia et al (2015) penggunaan media audio visual pada saat penyuluhan berdampak positif dengan adanya peningkatan pengetahuan responden. Lebih efektif penggunaan media audio visual dibandingkan dengan metode ceramah. Ratih, et al (2021) media komunikasi efektif dalam meningkatkan pemahaman mengenai *stunting*. Pesan yang disampaikan melalui video lebih mudah dipahami secara sederhana, karena keadaan yang terjadi pada kehidupan atau lingkungannya.

Kemampuan berpikir seseorang dalam menerima informasi juga dapat dipengaruhi dari umur, karena semakin dewasa seseorang kemampuan berfikirnya semakin baik. Tingkat pengetahuan seseorang dapat juga dipengaruhi oleh informasi yang diterima, semakin banyak informasi yang diperoleh seseorang maka meningkat pula tingkat pengetahuan tentang hal tersebut. Pengetahuan dapat membentuk perilaku dan sikap seseorang karena dengan pengetahuan dapat menumbuhkan pemahaman seseorang dalam bersikap. Pengetahuan mengandung dua aspek yaitu positif dan negatif. Kedua aspek tersebut dapat menentukan sikap seseorang.

Oleh sebab itu, remaja merupakan sasaran utama upaya pencegahan *stunting*. Remaja kelak akan mengambil peran sebagai orangtua, sehingga para remaja harus lebih aktif berkontribusi terhadap upaya pencegahan *stunting* yang harus segera dilakukan. Remaja tidak sekedar hanya tahu dan mengerti tetapi harus menjadi agent perubahan yang mampu menyebarkan informasi *stunting* lebih luas pada lingkungan sekitarnya. Dilihat dari kondisi saat ini, para remaja lebih aktif dan menghabiskan waktunya untuk media sosial. Oleh karena itu salah satu upaya pencegahan *stunting* dapat dilakukan melalui media sosial. Peran media sosial sebagai sumber informasi merupakan salah satu cara yang efektif serta dapat menjawab informasi yang keliru tentang *stunting*.

IV. PENUTUP

Hasil penelitian gambaran pengetahuan remaja tentang *stunting* diketahui sebagian besar remaja berpengetahuan kurang tentang *stunting*. Hal ini dikareakan remaja kurang mendapatkan informasi tentang *stunting* baik dilingkungan sekolah maupun lingkungan tempat tinggal.

DAFTAR PUSTAKA

- Andiani dkk. 2021. Penyuluhan Pengetahuan Gizi Remaja Pada Siswa SMU Katolik Bintang Laut Kota Ternate. Jurnal BIOSAINSTEK. Vol. 4 No. 1, 42–46, e-ISSN : 2685-677X.
- Asian Development Bank (ADP). 2020. Prevalensi Stunting Balita Indonesia Tertinggi ke-2 di Asia Tenggara. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/25/prevalensi-stunting-balita-indonesia-tertinggi-ke-2-di-asia-tenggara>. Di akses 10 Juli 2023
- Dedeh Kurniasih dkk. 2010. Sehat dan Bugar Berkat Gizi Seimbang, Kompas Gramedia. Nakita PT Penerbitan Sarana Bobo
- Fiona Waston, Minarto, Sri Sukotjo, Jee Hyun Rah dan Ardiani Khrisna Maruti. 2019. Pembangunan Gizi di Indonesia. Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat. Kedeputusan Pembangunan Manusia, Masyarakat dan Kebudayaan. Kementrian PPN/Bapenas
- Ida Baroroh. Peningkatan pengetahuan Tentang Pemenuhan Gizi Remaja dan Edukasi Pencegahan Stunting. Jurnal Abdimas-HIP. Vol 3 No 2 Agustus 2022
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kabupaten/Kota 2021.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kabupaten/Kota 2021. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Persagi. 2018. Stop Stunting dengan konseling gizi. Jakarta: penebar Plus
- Reni Noviasy, Mega Idriani, Fadillah Rahayu dan Firdaus. Eduwhap Remaja Siap Cegah Stunting dalam Wadah Kumpul Sharing Remaja. Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat . Vol. 4 No. 2 Tahun 2020. ISSN: 2579-6283 E-ISSN: 2655-951X
- Soekirman. 2000. Ilmu Gizi dan Aplikasinya untuk keluarga dan masyarakat. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Departemen Pendidikan Nasional.
- Supriyatni, Nani dkk. 2021. Kolaborasi Cegah Stunting dengan Mempersiapkan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Perawatan Jambula. Jurnal BIOSAINSTEK. Vol. 3 No. 1, 16–19 e-ISSN : 2685-677X.
- World Health Organization. 2020. Prevalensi dan Jumlah Balita Stunting di Dunia. [Online]. <https://www.antaraneews.com/infografik/2615789/prevalensi-dan-jumlah-balita-stunting-di-dunia>. Diakses 10 Juli 2023.