
ANALISIS TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG *STUNTING* PADA REMAJA

Rosmalia Kamil^{1*} Intan Monik Pratami²

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Brebes

rosemulyawan@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: *Stunting* memiliki dampak yang berpengaruh terhadap masa depan anak apabila tidak dilakukan pencegahan sejak dini. Pencegahan *stunting* dapat dilakukan pada siklus daur hidup di tahap remaja. Pengetahuan gizi remaja khususnya remaja putri mengenai *stunting* sangat penting untuk mencegah terjadinya *stunting*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang *stunting*. **Metode:** Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan survei melalui kuesioner kepada remaja putri di Pondok Pesantren Al Falah Jatirokeh. Kuesioner ini dirancang secara cermat untuk mencakup berbagai aspek pengetahuan tentang *stunting*, termasuk definisi, penyebab, dampak, serta cara pencegahan. **Hasil:** Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan responden termasuk dalam kategori kurang sebanyak 21 orang dan sebagian kecil kategori baik sebanyak 9 orang. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang *stunting* di Pondok Pesantren Al Falah Jatirokeh masih perlu ditingkatkan. Sebagian besar responden memiliki pemahaman umum tentang *stunting*, namun sebagian besar dari mereka masih belum siap dalam mengidentifikasi faktor risiko yang menyebabkan *stunting*. Selain itu, hasil juga menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri pada pondok pesantren ini kurang paham tentang dampak jangka panjang yang ditimbulkan oleh *stunting*. **Kesimpulan:** Upaya kolaboratif antara pendidik, staf, dan orangtua diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja putri Pondok Pesantren Al Falah tentang *stunting*.

Kata kunci: *Stunting*, Remaja Putri, Pengetahuan, Pondok Pesantren.

Background: *Stunting* has an impact on children's future if it is not prevented from an early age. *Stunting* prevention can be carried out in the life cycle in the adolescent stage. Adolescent nutritional knowledge, especially adolescent girls, about *stunting* is very important to prevent *stunting*. This study aims to find out the overview of the level of knowledge of adolescent girls about *stunting*. **Methods:** This study used descriptive research with a survey through a questionnaire to adolescent girls at the Al Falah Jatirokeh Islamic Boarding School. This questionnaire is carefully designed to cover various aspects of knowledge about *stunting*, including definition, causes, impacts, and ways to prevent it. **Results:** The results of this study showed that most of the respondents' knowledge level was in the poor category of 21 people and a small part of the good category was 9 people. The level of knowledge of young women about *stunting* at the Al Falah Jatirokeh Islamic Boarding School still needs to be improved. Most of the respondents had a general understanding of *stunting*, but most of them were still not prepared to identify the risk factors that cause *stunting*. In addition, the results also show that most of the young women at this Islamic boarding school do not understand the long-term impact of *stunting*. **Conclusion:** Collaborative efforts between educators, staff, and parents are needed to increase the knowledge and understanding of young women of Al Falah Islamic Boarding School about *stunting*.

Keywords: *Stunting*, Young Women, Knowledge, Islamic Boarding School.

*corresponding author: Rosmalia Kamil (rosemulyawan@gmail.com)

PENDAHULUAN

Stunting merupakan permasalahan gizi yang mengancam kualitas hidup generasi penerus bangsa. *Stunting* adalah suatu kondisi pada anak yang gagal tumbuh karena kekurangan zat gizi kronis sehingga menimbulkan anak menjadi lebih pendek untuk usianya (Widjayatri et al., 2020). Kekurangan gizi masa anak-anak selalu dihubungkan dengan kekurangan vitamin mineral yang spesifik dan berhubungan dengan mikronutrien maupun makronutrien tertentu.

Secara global, sekitar 22,2% balita di dunia mengalami *stunting*, terbanyak di Asia dan Afrika. Lebih dari setengah balita *stunting* di Asia mencapai 55%, sedangkan sepertiganya berasal dari Afrika mencapai 39% (Kemenkes RI, 2018). Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), angka *stunting* nasional mengalami penurunan dari 37,2% pada tahun 2013 menjadi 30,8% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2013; Kemenkes RI, 2018). Menurut Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) pada 2019, angka tersebut mengalami penurunan menjadi 27,7% sedangkan menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Brebes Tahun 2023 menyebut, berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Brebes, kasus *stunting* tahun 2021 sejumlah 26,58%, di tahun 2022 sejumlah 29,11%, sedangkan perbulan juni tahun 2023 sejumlah 3.054 Baduta yang terkena *stunting*. Ada kenaikan di tahun

2022 dan membutuhkan upaya dari berbagai pihak (Dinkes Jateng, 2023; Dinkes Brebes 2023).

Stunting memiliki dampak yang berpengaruh terhadap masa depan anak apabila tidak dilakukan pencegahan sejak dini. Dampak jangka panjang berupa rendahnya produktifitas di masa dewasa serta meningkatkan risiko terjadinya penyakit *degeneratif*. Masalah gizi pada balita termasuk *stunting* dipengaruhi oleh kondisi ibu maupun calon ibu, masa janin, dan masa bayi atau balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita. Status gizi masa prakonsepsi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi. Keadaan kesehatan dan status gizi ibu hamil ditentukan pada masa remaja dan dewasa sebelum hamil atau selama menjadi Wanita Usia Subur (WUS).

Pencegahan *stunting* dapat dilakukan pada siklus daur hidup di tahap remaja. Pengetahuan gizi remaja khususnya remaja putri mengenai *stunting* sangat penting untuk mencegah terjadinya *stunting*. Pemberian edukasi mengenai *stunting* sebaiknya dimulai sejak usia remaja sebagai persiapan memasuki masa prakonsepsi. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu metode yang tepat untuk memberikan informasi kepada remaja (Puspitaningrum dkk, 2017). Penelitian Walilulu, Ibrahim dan Umasugi (2018), menyatakan bahwa

edukasi berpengaruh terhadap pengetahuan dan upaya pencegahan *stunting*.

Pendidikan dan pemahaman akan kesehatan sangatlah penting, terutama saat membahas isu kesehatan yang mungkin belum sepenuhnya dipahami oleh masyarakat terutama kalangan remaja. Salah satu isu kesehatan yang masih belum banyak diketahui adalah *stunting*. *Stunting* merujuk pada pertumbuhan anak yang tidak optimal dan tertinggal dalam segi fisik, dan intelektual akibat kekurangan gizi kronis. Menurut data Dukcabil Brebes jumlah remaja usia 12-14 tahun di Desa Jatirokeh sebanyak 776 orang dengan jumlah pria 415 orang dan jumlah wanita 361 orang. Dalam konteks ini, penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Al Falah Jatirokeh sebanyak 38 remaja putri untuk menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri tentang *stunting*.

Pondok pesantren memiliki peran penting dalam membentuk kepribadian dan pengetahuan peserta didiknya. Oleh karena itu, penting bagi remaja putri pesantren untuk memahami masalah kesehatan yang aktual dan relevan. Tingkat pengetahuan mereka tentang *stunting* akan menjadi cerminan sejauh mana informasi ini telah menyebar di kalangan peserta didik pondok pesantren.

METODE

Metode penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan survei melalui

kuesioner kepada remaja putri di Pondok Pesantren Al Falah Jatirokeh yang bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang *stunting*. Kuesioner ini dirancang secara cermat untuk mencakup berbagai aspek pengetahuan tentang *stunting*, termasuk definisi, penyebab, dampak, serta cara pencegahan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel Umur	Peserta	%
10-11 tahun	14	36,8
12-13 tahun	18	47,4
14 tahun	6	15,8
Jumlah	38	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui rata-rata usia responden 12-13 tahun dengan usia terendah 10 tahun dan tertinggi 14 tahun, sebagian besar responden berada di kelas VI sebanyak 18 orang. Responden merupakan peserta yang ikut dalam kegiatan Komunitas Peduli Kesehatan Santri Putri di Pondok Pesantren Al Falah Jatirokeh dan bersedia mengisi kuisioner.

Tabel 2. Kategori Pengetahuan

Pengetahuan	Peserta	%
Baik	9	23,7
Cukup	8	21,1
Kurang	21	55,2
Jumlah	38	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan responden termasuk dalam kategori kurang sebanyak 21 orang dan sebagian kecil kategori baik sebanyak 9 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 sanitasi dan pola asuh.

Pada penelitian ini sebanyak 15 pertanyaan tentang pengetahuan yang ditanyakan kepada responden seperti definisi *stunting*, tanda-tanda *stunting*, faktor-faktor yang mempengaruhi *stunting*, penyebab *stunting*, pencegahan *stunting* serta mengenai dampak *stunting*. Pengukuran total skor pengetahuan menurut Arikunto (2019), dibagi menjadi 3 kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Pengetahuan baik apabila responden dapat menjawab benar sebanyak 11-15 pertanyaan, cukup apabila menjawab benar sebanyak 8-11 pertanyaan, sedangkan kurang apabila menjawab benar ≤ 8 pertanyaan. Pengetahuan dapat diperoleh melalui pendidikan maupun orang lain. Setiap saat pengetahuan bisa berubah karena adanya pemahaman baru (Arikunto Suharsimi).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang *stunting* di Pondok Pesantren Al Falah Jatirokeh masih perlu ditingkatkan. Sebagian besar responden memiliki

pemahaman umum tentang *stunting*, namun sebagian besar dari mereka masih belum siap dalam mengidentifikasi faktor risiko yang menyebabkan *stunting*. Dalam hal ini, penting untuk menyebarkan informasi yang lebih luas dan akurat tentang faktor-faktor risiko yang berkontribusi terhadap *stunting*, seperti pola makan yang tidak sehat dan kekurangan gizi

Selain itu, hasil juga menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri pada pondok pesantren ini kurang paham tentang dampak jangka panjang yang ditimbulkan oleh *stunting*. Ada beberapa anak yang hanya memiliki pengetahuan umum tentang *stunting*, tetapi belum menyadari betapa seriusnya dampaknya terhadap perkembangan fisik dan kemampuan mental seseorang. Oleh karena itu, pendidikan tentang *stunting* harus ditingkatkan, termasuk memberikan informasi yang lebih rinci tentang dampak jangka panjangnya, seperti gangguan pertumbuhan dan perkembangan otak.

Dari segi pencegahan, sebagian besar remaja putri ini tahu bahwa *stunting* dapat dicegah, namun pemahaman mereka tentang bagaimana caranya masih perlu diperbaiki. Penekanan pada pentingnya gizi seimbang dan pola makan sehat harus menjadi bagian integral dari pendidikan di pondok pesantren ini. Remaja putri harus diberdayakan dengan informasi tentang makanan bergizi, bahan-bahan yang perlu dihindari, serta

pentingnya penerapan pola hidup sehat secara keseluruhan.

Dalam rangka meningkatkan tingkat pengetahuan remaja putri tentang *stunting* di Pondok Pesantren Al Falah Jatirokeh, diperlukan upaya *kolaboratif* antara tenaga pendidik, staf, dan orang tua siswa. Pendekatan edukasi yang *holistik* dan terpadu harus diterapkan untuk memastikan bahwa peserta didik tidak hanya memiliki pengetahuan umum, tetapi juga pemahaman mendalam mengenai *stunting* serta upaya pencegahan yang dapat dilakukan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang isu ini, remaja putri akan dapat berperan dalam menyebarkan informasi kepada orang lain dan berkontribusi dalam upaya *global* untuk mengatasi masalah *stunting* (Khasanah, N. U., & Handayani, 2018).

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah mayoritas remaja putri di Pondok Pesantren Al Falah memiliki pemahaman umum tentang *stunting*, namun kurang dalam pemahaman mendalam tentang penyebab, efek, dan pencegahannya. Hal ini dikarenakan remaja kurang mendapatkan informasi tentang *stunting* baik di lingkungan pondok pesantren maupun lingkungan tempat tinggal. Artikel ini menyarankan bahwa upaya *kolaboratif* antara pendidik, staf, dan orangtua diperlukan untuk meningkatkan

pengetahuan dan pemahaman remaja putri Pondok Pesantren Al Falah tentang *stunting*.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Dinkes Brebes. (2023). *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Brebes: Dinas Kesehatan Kabupaten Brebes*.
- Dinkes Jateng. (2023). *Data dan Informasi*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (Diakses pada tanggal 15 Januari 2023)
- Kemenkes RI. (2013). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional*. Balai Penelitian dan Pengembangan. Departemen Kesehatan RI. Jakarta.
- Kemenkes RI. (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional*. Balai Penelitian dan Pengembangan. Departemen Kesehatan RI. Jakarta.
- Kemenkes RI. (2018). *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia dalam Buletin Pusat Data Informasi*. Kementerian Kesehatan RI.
- Khasanah, N. U., & Handayani, A. (2018). Pendidikan Karakter Holistik di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Al-Irshad Tegal. *Jurnal Tarbawi*, 3(1), 1-13.
- Puspitaningrum, W. F. Agushubana., A.Mawarni., dan D. Nugroho. (2017). Pengaruh Media Booklet terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri

Terkait Kebersihan dalam Menstruasi di Pondok Pesantren AlIshlah Demak Triwulan II tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.

Walilulu, S. H., Ibrahim, D., dan Umasugi, M. T. (2018). Pengaruh Edukasi terhadap Tingkat Pengetahuan dan Upaya Pencegahan Stunting Anak Usia Balita. *Jurnal penelitian Kesehatan Suara Forikes*.

Widjayatri et al. (2020). Sosialisasi Pengaruh Stunting Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.