

## UPAYA MENCEGAH *STUNTING*: PENYULUHAN TENTANG JANGAN HAMIL DI USIA DINI “JAMILUDIN” DI DESA KARANGREJO

Dina Wahyu Nuralifah<sup>1</sup>, Ihda Furoishotun Nabilah<sup>2</sup>, Maysa Daliya<sup>3</sup>, Rismayati Maulidina<sup>4</sup>, Wildah Nurul Islami<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Ilmu Falak, UIN Sunan Ampel, Jl Ahmad Yani 117 Wonocolo, Surabaya

<sup>2</sup>Sejarah Peradaban Islam, UIN Sunan Ampel, Jl Ir. H. Soekarno 682 Gunung anyar, Surabaya

<sup>3</sup>Manajemen Pendidikan Islam, UIN Sunan Ampel, Jl Ahmad Yani 117 Wonocolo, Surabaya

<sup>4</sup>Sosiologi, UIN Sunan Ampel, Jl Ir. H. Soekarno 682 Gunung anyar, Surabaya

<sup>5</sup>Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Jl Ahmad Yani 117 Wonocolo, Surabaya

E-mail: dinawahyunur9@gmail.com

### Abstrak

*Stunting* merupakan masalah global yang menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak secara kronis akibat kekurangan gizi dan nutrisi yang memadai. Salah satu faktor yang dapat berkontribusi terhadap *stunting* adalah kehamilan usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi upaya mencegah *stunting* melalui pendekatan penyuluhan tentang dampak kehamilan usia dini di Desa Karangrejo. Penyuluhan dianggap sebagai instrumen efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja mengenai pentingnya meminum tablet penambah darah, dampak negatif hamil di usia dini serta dampaknya terhadap pertumbuhan anak. Metode penelitian ini melibatkan pendekatan kualitatif dengan melakukan wawancara terhadap perangkat Desa Karangrejo mengenai *stunting* dan diskusi kelompok terarah. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa kasus *stunting* di desa tersebut dipengaruhi oleh rendahnya pemahaman mengenai *stunting* serta pentingnya nutrisi selama kehamilan. Penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat dan para remaja, menggambarkan efek samping dari kehamilan usia dini terhadap pertumbuhan anak. Selain itu, pendekatan ini juga menggerakkan partisipasi aktif masyarakat dalam mengatasi masalah ini. Upaya ini melibatkan kolaborasi antara tenaga kesehatan, pemerintah desa, dan masyarakat dalam memberikan edukasi serta dukungan yang dibutuhkan. Dalam kesimpulan, penelitian ini menunjukkan bahwa penyuluhan tentang dampak kehamilan usia dini dapat menjadi strategi efektif dalam upaya pencegahan *stunting* di Desa Karangrejo. Dengan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat serta menggalang dukungan lintas sektor, pendekatan ini memiliki potensi untuk menciptakan perubahan yang signifikan dalam mengatasi masalah *stunting* dan memastikan pertumbuhan generasi mendatang yang lebih sehat.

**Kata Kunci:** *Stunting, Penyuluhan, hamil usia dini*

### Abstract

*Stunting* is a global problem that chronically hinders children's growth and development due to malnutrition and adequate nutrition. One factor that can contribute to *stunting* is early pregnancy. This study aims to explore efforts to prevent *stunting* through an outreach approach on the impact of early pregnancy in Karangrejo Village. Counseling is considered an effective instrument in increasing awareness and understanding of adolescents about the importance of taking blood-boosting tablets, the negative effects of pregnancy at an early age and its impact on child growth. This research method involves a qualitative approach by interviewing Karangrejo Village officials on *stunting* and focus group discussions. The results revealed that *stunting* cases in the village were influenced by low understanding of *stunting* and the importance of nutrition during pregnancy. The counseling conducted succeeded in increasing the knowledge and awareness of the community and adolescents, describing the side effects of early pregnancy on child growth. In addition, this approach mobilizes active community participation to overcome this problem. This effort involves

*collaboration between health workers, village governments, and communities to provide the education and support needed. In conclusion, this study shows that counseling on the impact of early pregnancy can be an effective strategy in stunting prevention efforts in Karangrejo Village. By raising public awareness and knowledge and garnering cross-sectoral support, this approach has the potential to create significant change in tackling stunting and ensuring the healthier growth of future generations.*

**Keywords:** *Stunting, counseling, early pregnancy*

## PENDAHULUAN

Di zaman yang dinamis ini, perhatian terhadap kesehatan dan perkembangan anak semakin meningkat. Salah satu fokus utama nasional adalah *stunting*, suatu kondisi dimana pertumbuhan fisik dan perkembangan anak terhambat atau mengalami gangguan pertumbuhan yang menyebabkan tinggi badan mereka tidak mencapai potensi genetiknya akibat kekurangan gizi dan nutrisi yang tepat. Salah satu faktor risiko utama *stunting* adalah kehamilan usia dini. Kehamilan usia dini dapat memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan ibu dan anak, termasuk peningkatan risiko *stunting*. (Jannah, 2017)

*Stunting* tidak hanya menjadi permasalahan kesehatan semata, melainkan juga memiliki implikasi sosial dan ekonomi yang berdampak dalam jangka panjang bagi generasi yang akan datang. Salah satu aspek yang memerlukan perhatian adalah kehamilan usia dini, yang mungkin menjadi faktor risiko terjadinya *stunting* pada anak-anak. Kehamilan usia dini memiliki implikasi serius baik bagi ibu maupun janin yang dikandung.

Dalam hal ini, pendekatan penyuluhan muncul sebagai alat yang efisien untuk menciptakan perubahan positif serta pemahaman kepada remaja mengenai risiko kehamilan usia dini. Selain itu, penyuluhan juga dapat memberikan informasi mengenai, usia pernikahan, perilaku yang terjadi di usia remaja, pentingnya meminum tablet tambah darah setiap minggunya, dan Resiko Hamil di usia muda. Karena Masa remaja merupakan periode peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang melibatkan pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Pada masa ini, individu mengalami perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan. (Lukman Alfajri et al., 2022)

Dengan adanya penyuluhan tentang dampak kehamilan usia dini, diharapkan remaja di Desa Karangrejo dapat lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan menghindari kehamilan usia dini. Hal ini dapat berkontribusi dalam upaya mencegah *stunting* dan memastikan pertumbuhan dan perkembangan yang sehat bagi anak-anak di desa tersebut.

Dalam tulisan ini, penulis akan menjelajahi lebih dalam mengenai dampak kehamilan pada usia dini, serta bagaimana upaya penyuluhan bisa menjadi kunci dalam pencegahan *stunting*. Penulis akan membahas dampak dari kehamilan usia dini, rintangan yang dihadapi, dan cara penyuluhan bisa merubah pandangan serta perilaku masyarakat untuk membentuk masa depan yang lebih sehat dan cerah bagi anak-anak di desa ini. Dengan demikian, tulisan ini bertujuan memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai urgensi upaya mencegah *stunting* melalui pendekatan penyuluhan.

## METODE

Metode penelitian ini melibatkan pendekatan kualitatif dengan melakukan wawancara terhadap perangkat desa, puskesmas Desa Karangrejo dan diskusi kelompok

terarah. Selain itu, pendekatan ini juga menggerakkan partisipasi aktif masyarakat dalam mengatasi masalah ini. Pelaksanaan penyuluhan dilakukan pada hari Senin, 21 Agustus 2023 kepada Siswa-Siswi MTs Miftahul Khoir Desa di Balai Desa Karangrejo.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Pengenalan tentang *Stunting* dan Kehamilan Usia Dini

*Stunting* merupakan suatu kondisi yang terjadi saat pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak terhambat secara signifikan akibat kurangnya asupan gizi yang memadai dan nutrisi yang tepat selama periode kritis dalam perkembangan, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan (HPK). Rentang waktu ini dimulai sejak awal kehamilan hingga anak mencapai usia 2 tahun. (RSUD Dr. Muhannad Zein Painan, 2022)

*Stunting* dapat mengakibatkan anak memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari rata-rata usianya, serta berisiko mengalami masalah kesehatan jangka panjang seperti penurunan daya tahan tubuh, gangguan kognitif, dan masalah dalam perkembangan fisik dan mental. Oleh karena itu, penyuluhan memiliki peran sentral dalam mengedukasi masyarakat mengenai pentingnya gizi yang mencukupi selama masa kehamilan dan dua tahun pertama kehidupan anak guna mencegah terjadinya *stunting*. (Fitriani et al., 2022)

Konsep dasar tentang *stunting* pada kehamilan usia dini melibatkan sejumlah aspek yang penting dalam memahami dampak dan upaya pencegahan *stunting* pada periode kritis ini. Berikut konsep dasar *stunting* sebagai berikut:

#### 1) Periode Kritis Pertumbuhan

Kehamilan usia dini merupakan salah satu periode yang sangat kritis dalam perkembangan anak. Pada tahap-tahap awal perkembangan, organ-organ dan sistem tubuh utama sedang berkembang dengan cepat. Kekurangan nutrisi dan gizi yang tidak memadai selama periode ini dapat memiliki dampak yang merugikan pada pertumbuhan anak yang sedang berkembang. Asupan Gizi Ibu Hamil: Asupan gizi yang cukup selama kehamilan memiliki dampak langsung pada pertumbuhan janin dalam rahim. Kurangnya asupan protein, energi, serta vitamin dan mineral penting seperti asam folat, zat besi, dan kalsium dapat menghambat pertumbuhan janin dan mengakibatkan risiko *stunting* pada bayi yang lahir nantinya. (Damayanti et al., 2023)

#### 2) Pengaruh Lingkungan Sosial dan Ekonomi

Kehamilan usia dini seringkali terjadi pada keluarga dengan tingkat pendapatan rendah dan akses terbatas terhadap layanan kesehatan yang berkualitas. Faktor-faktor lingkungan ini dapat mempengaruhi asupan gizi ibu hamil dan aksesnya terhadap perawatan medis yang diperlukan. (Fitriani et al., 2022)

#### 3) Penyuluhan dan Pendidikan:

Penyuluhan kepada calon ibu tentang pentingnya gizi yang baik selama kehamilan sangat penting. Informasi yang akurat tentang jenis makanan yang diperlukan, pentingnya suplementasi gizi, dan praktik hidup sehat dapat membantu calon ibu membuat keputusan yang tepat terkait nutrisi selama masa kehamilan. (Lukman Alfajri et al., 2022)

#### 4) Pelayanan Kesehatan yang Tersedia dan Terjangkau:

Akses terhadap layanan kesehatan yang berkualitas dan terjangkau sangat diperlukan. Ini mencakup layanan antenatal, konsultasi gizi, pemeriksaan kesehatan ibu dan janin, serta akses terhadap suplemen gizi yang direkomendasikan. (Damayanti et al., 2023)

Remaja sebagai calon orang tua dan *agent of change* (agen perubahan) serta remaja memiliki peran yang penting dalam pencegahan *stunting*. Remaja sebagai calon ibu perlu mengetahui dampak hamil di usia dini, pentingnya meminum tablet tambah darah, serta batasan usia menikah.

Uraian kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan mengenai JAMILUDIN jangan hamil di usia dini, yang berkolaborasi dengan pihak puskesmas, pada Senin, 21 Agustus 2023 pukul 09.00-12.00 WIB, kepada siswa-siswi MTS Mifathul Khoir kelas IX di Balai Desa Karangrejo karena ketersediaan ruangan yang cukup untuk menampung semua siswa.

Sosialisasi Jamiludin diawali dengan sarapan Bersama sebagai bentuk pengenalan aspek penting dalam pola makan yang sehat dilanjutkan dengan minum tablet tambah darah (TTD) Bersama bagi siswi MTS Mifathul khoir sebagai bentuk pencegahan anemia dan dapat membantu mengurangi risiko *stunting*.



Gambar 1. Sarapan Bersama Siswa-Siswi Kelas IX MTS Mifathul Khoir



Gambar 2. Foto Minum Tablet Tambah Darah Siswi MTS Mifathul Khoir

Selanjutnya diberikan materi JAMILUDIN oleh mahasiswa kkn yang berisikan risiko hamil di usia dini dan pentingnya minum tablet tambah darah bagi remaja Wanita sebagai bentuk pencegahan risiko *stunting* pada keturunannya.



Gambar 3. Penyampaian Materi “JAMILUDIN” oleh Mahasiswa KKN UINSA

Setelah penyampaian materi, dilakukan sesi “*fun games*” yang berhubungan dengan pentingnya Kesehatan reproduksi dan menjaga kesehatan tubuh secara keseluruhan. Dengan partisipasi aktif oleh siswa-siswi MTS Miftahul Khoir bertujuan untuk memberikan edukasi *sex* sejak dini dan peduli terhadap Kesehatan diri sendiri.



Gambar 4. *Fun Games* “Kesehatan”



Gambar 5. Foto Bersama Sosialisasi JAMILUDIN

Rangkaian acara yang terakhir yaitu sesi foto bersama yang diikuti siswa-siswi MTS Miftahul Khoir, Ahli gizi Puskesmas Desa Karangrejo, guru pendamping dan mahasiswa KKN UINSA.

## KESIMPULAN

Kelompok 106 KKN UINSA telah melakukan rangkaian kegiatan sosialisasi “JAMILUDIN” Jangan Hamil di Usia Dini bagi siswa-siswi kelas IX MTS Miftahul Khoir. Kegiatan tersebut bertujuan untuk mencegah remaja agar tidak hamil di usia yang belum mencukupi serta pencegahan anemia sebagai bentuk pencegahan *stunting*. Kehamilan pada usia dini memiliki dampak serius pada pendidikan, kesehatan, dan perkembangan sosial remaja. Pencegahan *stunting* juga sangat penting karena *stunting* dapat memengaruhi perkembangan fisik dan mental anak secara jangka panjang. Diharapkan Sosialisasi "JAMILUDIN" ini berhasil mencapai tujuannya dalam mencegah kehamilan usia dini dan anemia serta memberikan dampak positif pada kesejahteraan siswa-siswi kelas MTS Miftahul Khoir.

## DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, F. N., Mulyanti, L., Anggraini, N. N., Ulvie, Y. N. S., & Khiaokham, K. T. L. (2023). *Perlunya Cegah Stunting dengan Peran Keluarga*. UNIMUS PRESS.
- Fitriani, Barangkau, Masrah Hasan, Ruslang, Eka Hardianti, Khaeria, Resti Oktavia, & Selpiana. (2022). Cegah Stunting Itu Penting! *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JurDikMas) Sosiosaintifik*, 4(2), 63–67. <https://doi.org/10.54339/jurdikmas.v4i2.417>
- Jannah, M. (2017). *Remaja Dan Tugas - Tugas Perkembangannya Dalam Islam*. *Psikoislamedia :Jurnal Psikologi*, 1(1), 243–256. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>
- Lukman Alfajri, A., Lubis, D., Latifah, A., Putri, W., Herawati, R., Fardiansyah, M. I., Jaya, J. N., Shabrina, N., Nisa, K., Kurniasari, E., Uskono, M., Cristiyani, N., Tri, R., Ningtyas, R., Ayu, S., & Lestari, D. (2022). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Mengenai Pentingnya Gizi dan Pola Asuh Anak di Desa Ngambarsari (Stunting Prevention Through Increasing Public Knowledge About the Importance of Nutrition and Child Parenting in Ngambars. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarat*, 2022(2), 226–237.
- RSUD Dr. Muhannad Zein Painan. (2022). *PENURUNAN PREVALENSI STUNTING DAN WASTING*.