

**PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TERHADAP STUNTING
MELALUI APLIKASI ANDROID DAN BUKU SAKU REMAJA STUNTING**
*INCREASING ADOLESCENT KNOWLEDGE AND ATTITUDE TO STUNTING
THROUGH ANDROID APPLICATIONS AND POCKET BOOK*

Resmiati

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat
email: resmiati1989@gmail.com

ABSTRAK

Selain faktor ekonomi, tingkat pengetahuan dan kesadaran orang tua akan pentingnya pemenuhan gizi bagi anak merupakan faktor utama yang menyebabkan tingginya angka stunting di Indonesia. Pengetahuan dan kesadaran ini tidaklah tumbuh dengan serta merta, hal ini harus terus dipupuk dan ditanamkan sejak dini, yaitu pada usia remaja. Remaja berpeluang besar untuk memutus siklus stunting, karena remaja adalah calon orang tua yang akan melahirkan generasi penerus. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap stunting. Metode yang digunakan adalah melakukan edukasi dengan menggunakan media aplikasi android dan buku saku stunting. Kegiatan dilakukan di Sekolah Menengah Putri Yayasan Waqaf Ar-Risalah dan Panti Asuhan Aisyiyah Koto Tangah di Kota Padang. Pelaksanaan kegiatan berupa *pretest* tentang stunting, sosialisasi aplikasi android dan buku saku remaja stunting sebagai media edukasi, dan melakukan *posttest* sebagai bentuk evaluasi keberhasilan kegiatan. Hasil kegiatan berupa peningkatan pengetahuan sebanyak 4,3 poin dan peningkatan sikap sebanyak 5,3 poin pada kelompok yang menggunakan media buku saku. Sedangkan pada kelompok yang menggunakan media edukasi berupa aplikasi android terjadi peningkatan pengetahuan sebanyak 3,4 poin dan sikap sebanyak 6 poin. Kesimpulan: media yang digunakan, baik buku saku maupun aplikasi android mampu melakukan perubahan terhadap skor pengetahuan dan sikap remaja terhadap stunting.

Kata kunci: *Pengetahuan dan sikap, remaja, stunting, aplikasi android, buku saku*

ABSTRACT

Beside economic factors, the level of knowledge and awareness of parents about the importance of nutrition for children is the main factor that causes the high stunting prevalence in Indonesia. This knowledge and awareness does not grow immediately, it must continue to be nurtured and instilled from adolescents. Adolescents have a great opportunity to break the stunting cycle, because they are prospective parents who will give birth to the next generation. The purpose of this activity is to increase the knowledge and attitudes of adolescents towards stunting. The method used is to provide education using android application media and pocket book. The activity was carried out at Sekolah Menengah Putri Yayasan Waqaf Ar-Risalah and Panti Asuhan Aisyiyah Koto Tangah in Padang City. Implementation of activities in the form of pre-tests on stunting, socialization of android applications and pocket books as educational media, and conducting post-tests as a form of evaluating the success of activities. The result of the activity is an increase in knowledge by 4.3 points and an increase in attitude by 5.3 points in the group using pocket book media. Meanwhile, in the group using educational media in the form of an android application, there was an increase in knowledge by 3.4 points and attitude by 6 points. Conclusion: the media used, both pocket books and android applications, are able to make changes to the knowledge scores and attitudes of adolescents towards stunting.

Keywords: *Knowledge and attitude, adolescents, stunting, android application, pocket book*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi utama di Indonesia. Prevalensi stunting dalam tiga tahun terakhir (2015-2017) lebih tinggi dibanding masalah gizi lainnya, seperti gizi

kurang, kurus, dan gemuk [1]. Stunting adalah hasil dari kekurangan nutrisi jangka panjang dan seringkali mengakibatkan keterhambatan perkembangan mental, prestasi yang buruk dan berkurangnya kapasitas intelektual. Hal

ini secara menyeluruh akan mempengaruhi produktivitas ekonomi di tingkat nasional [2]. Selain itu, stunting akan mengakibatkan meningkatnya resiko obesitas dan terkena penyakit degeneratif, seperti jantung koroner, stroke, diabetes, dan lainnya [3].

Selain faktor ekonomi, tingkat pengetahuan dan kesadaran orang tua akan pentingnya pemenuhan gizi bagi anak merupakan faktor utama yang menyebabkan tingginya angka stunting di Indonesia. Pengetahuan dan kesadaran ini tidaklah tumbuh dengan serta merta, hal ini harus terus dipupuk dan ditanamkan sejak dini, yaitu pada usia remaja [2,3].

Remaja berpeluang besar untuk memutus siklus stunting, karena remaja adalah calon orang tua yang akan melahirkan generasi penerus. Masa remaja menawarkan kesempatan untuk mengatasi masalah gizi yang ditimbulkan pada saat pertama dekade kehidupan dan untuk mengembangkan pola makan dan gaya hidup yang sehat. Masa remaja merupakan masa dimana penerimaan ide-ide baru dan keterlibatan dengan lingkungan meningkat. Masa ini juga merupakan masa ketika identitas, nilai-nilai, kapasitas dan sikap terbentuk. Selain itu, juga terjadi pembentukan pola makan dan praktik makan [2,3,4].

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan paling cepat setelah pertumbuhan pada masa bayi. Sekitar 15-20% peningkatan tinggi badan terjadi pada masa remaja, dimana 40-60% masa tulang terbentuk, dan hingga 50% dari berat badan orang dewasa diperoleh. Pada saat yang sama, otak remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang luar biasa dan sebagian dibentuk oleh sosial, emosional dan paparan perilaku [4]. Pengoptimalan pendidikan gizi pada remaja tentu akan berdampak sangat baik untuk pola makan dan perilakunya dimasa akan datang, baik untuk dirinya sendiri maupun anak-anaknya kelak.

Pendidikan atau edukasi dalam waktu yang pendek (*immediate impact*) akan menghasilkan perubahan pengetahuan. Pengetahuan merupakan faktor kekuatan terjadinya perubahan sikap. Pengetahuan dan sikap akan menjadi landasan terhadap pembentukan perilaku remaja sehingga dalam diri seseorang idealnya ada keselarasan yang

terjadi antara pengetahuan dan sikap, dimana sikap terbentuk setelah terjadi proses tahu terlebih dahulu [5].

Edukasi dapat dilakukan dengan berbagai cara dan berbagai media. Media merupakan sesuatu yang bersifat menyalurkan pesan dan dapat merangsang pikiran, perasaan dan kemauan sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar atau memahami pesan. Setiap media mempunyai intensitas yang berbeda-beda dalam membantu permasalahan seseorang. Setiap media memiliki efek yang berbeda-beda dalam mempengaruhi pengetahuan dan perubahan sikap seseorang [5,6].

Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap stunting sehingga remaja sebagai calon orang tua mampu melakukan tindakan pencegahan sejak dini. Media yang digunakan adalah aplikasi android dan buku saku stunting khusus remaja yang sudah dirancang pada penelitian terdahulu [7].

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan yang dilakukan berupa edukasi dengan menggunakan media aplikasi android dan buku saku stunting khusus untuk remaja. Media ini merupakan salah satu output penelitian kami terdahulu. Kegiatan edukasi menggunakan media buku saku dilakukan di Sekolah Menengah Putri Yayasan Waqaf Ar-Risalah dan edukasi dengan media aplikasi android dilakukan di Panti Asuhan Aisyiyah Koto Tengah di Kota Padang. Tempat pelaksanaan pengabdian sangat terbatas karena dipengaruhi keadaan pandemi covid-19.

Adapun tahapan kegiatan pengabdian dilakukan sebagai berikut: 1. Persiapan awal berupa pengurusan izin ke pihak sekolah dan panti asuhan. 2. Persiapan media yang akan digunakan, berupa *maintenance* Aplikasi Android Edukasi Stunting Remaja dan mencetak serta memberbanyak Buku Saku Stunting. Media yang digunakan ini seperti terlihat pada gambar 1. Kemudian, tahapan ke -3: persiapan instrumen untuk mengevaluasi kegiatan berupa kuesioner *pre test* dan *post test*. Tahapan ke-4: pelaksanaan kegiatan: diawali dengan *pre test*, setelah itu kegiatan edukasi dengan media Aplikasi Android dilakukan dengan sosialisasi Aplikasi Edukasi Stunting Remaja dan demonstrasi cara penggunaan aplikasi secara langsung. Sedangkan pelaksanaan edukasi dengan

media Buku Saku Stunting dilakukan dengan membagikan buku saku dan meminta para siswi untuk membaca dan memahami materi yang tertera pada buku. Dalam pelaksanaan edukasi dengan media Buku Saku Stunting, tim pengabdian tidak bisa tatap muka langsung

dengan para siswi karena sedang diberlakukan PPKM (Pembatasan Kegiatan Masyarakat) di Kota Padang. Sehingga kegiatan dibantu oleh salah satu guru/ wali kelas di Sekolah Menengah Putri Yayasan Waqaf Ar-Risalah.



Gambar 1. Screenshot halaman *home* media aplikasi android dan media buku saku

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini berfokus pada edukasi stunting pada remaja dengan menggunakan media aplikasi android dan buku saku. Hasil kegiatan ini berupa perubahan pengetahuan dan sikap remaja terhadap stunting. Kegiatan dilakukan di dua tempat yang berbeda seperti terlihat pada gambar 2 dan 3.

Sedangkan hasil perubahan atau peningkatan pengetahuan dan sikap terlihat pada gambar 4 dan 5. Pada gambar 4 terlihat bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan dan sikap setelah dilakukan kegiatan edukasi dengan media buku saku. Selisih perubahan rata-rata dari skor pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan edukasi dengan buku saku adalah sebanyak 4,3 poin, sedangkan untuk sikap sebanyak 5,3 poin. Hal ini bisa dilihat lebih rinci pada tabel 1.

Sedangkan pada gambar 5 terlihat bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan dan sikap setelah dilakukan kegiatan edukasi dengan aplikasi android. Selisih perubahan rata-rata dari skor pengetahuan sebelum dan sesudah

dilakukan kegiatan edukasi aplikasi android adalah sebanyak 3,4 poin, sedangkan untuk sikap sebanyak 6 poin. Hal ini bisa dilihat lebih rinci pada table 2.

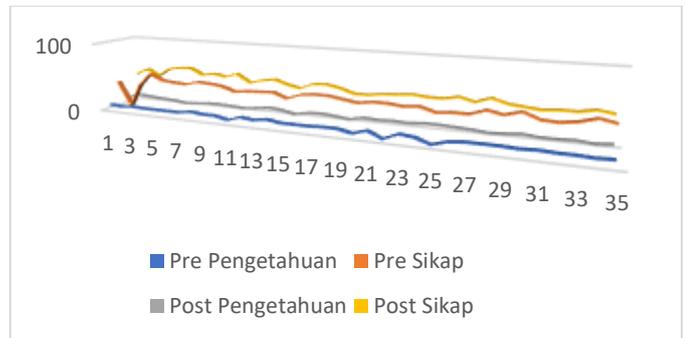
Pemberian edukasi stunting pada umumnya memberikan hasil yang signifikan dalam perubahan terhadap pengetahuan stunting. Hal ini sesuai dengan penelitian Muhdar, ddk tahun 2019 yang menggunakan media power point dan leaflet, dan Farisni pada tahun 2020 menggunakan edukasi pendampingan berupa kelompok preventif stunting [8,9].



Gambar 2. Pelaksanaan kegiatan di di Sekolah Menengah Putri Yayasan Waqaf Ar-Risalah



Gambar 3. Pelaksanaan kegiatan di di Panti Asuhan Aisiyyah Koto Tangah di Kota Padang



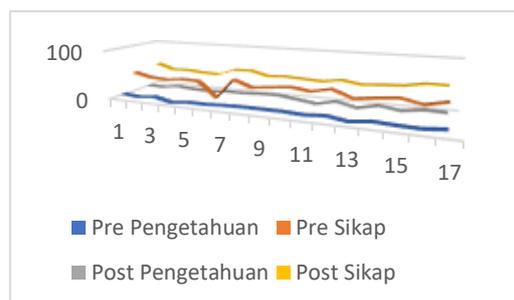
Gambar 4. Grafik skor perubahan pengetahuan dan sikap remaja menggunakan media edukasi buku saku stunting

Tabel 1. Perubahan rata-rata dan median pengetahuan dan sikap remaja terhadap stunting

	Pengetahuan Sebelum Kegiatan	Pengetahuan Setelah Kegiatan	Selisih	Sikap Sebelum Kegiatan	Sikap Setelah Kegiatan	Selisih
Mean	8,1	12,4	4,3	42,1	47,4	5,3
Median	8	12	4	43	46	3

Tabel 2. Perubahan rata-rata dan median pengetahuan dan sikap remaja terhadap stunting dengan menggunakan media aplikasi android

	Pengetahuan Sebelum Kegiatan	Pengetahuan Setelah Kegiatan	Selisih	Sikap Sebelum Kegiatan	Sikap Setelah Kegiatan	Selisih
Mean	6,5	9,9	3,4	38,4	44,35294	6,0
Median	7	11	4	39	43	4



Gambar 5. Grafik skor perubahan pengetahuan dan sikap remaja menggunakan media edukasi aplikasi android

Berdasarkan hasil diatas dapat disimpulkan bahwa media yang digunakan, baik buku saku maupun aplikasi android mampu melakukan perubahan terhadap skor pengetahuan dan sikap remaja terhadap stunting.

Aplikasi android lebih besar mempengaruhi perubahan sikap pada remaja dibanding buku saku, namun buku saku mempengaruhi pengetahuan lebih besar. Padahal isi dari buku saku dan aplikasi adalah

sama, yaitu sama-sama berupa materi edukasi terkait stunting yang didesign dengan sedemikian rupa. Bedanya, satu dalam versi cetak yang satu lagi dalam versi aplikasi android. Selain itu, pada aplikasi android menyediakan fitur perhitungan status gizi remaja untuk menentukan apakah mereka tergolong stunting atau tidak.

Edukasi merupakan proses transfer ilmu pengetahuan agar terjadi perubahan ke arah yang lebih baik. Media yang digunakan dalam

edukasi hendaknya memperhatikan keterlibatan panca indera, karena pengetahuan seseorang diperoleh melalui panca indera. Semakin banyak panca indera yang dilibatkan dalam proses edukasi maka semakin bagus dampaknya.

Selain itu, penggunaan media dalam proses edukasi harus disesuaikan dengan karakteristik responden. Penggunaan media berupa aplikasi android tentu tidak cocok digunakan pada masyarakat pedesaan yang tidak memiliki perangkat android. Ia hanya cocok digunakan pada kelompok remaja pengguna *smartphone*. Sementara itu, penggunaan media buku saku dan media berbasis cetak tentu tidak cocok bagi remaja buta huruf. Tapi sangat cocok bagi remaja yang bersekolah boarding (asrama atau pesantren) yang membatasi penggunaan *smartphone*.

KESIMPULAN

Edukasi gizi remaja perlu diprioritaskan karena pada siklus kehidupan remaja merupakan salah satu siklus kehidupan yang menjadi peluang untuk dapat memutus siklus stunting. Media aplikasi android dan buku saku mampu melakukan perubahan terhadap skor pengetahuan dan sikap remaja terhadap stunting.

SARAN

Media aplikasi android cocok digunakan untuk remaja karena sesuai dengan karakteristik remaja. Media berupa Aplikasi android dan buku saku stunting yang sudah dirancang sedemikian rupa dapat diduplikasi dan digunakan untuk peningkatan pengetahuan dan sikap remaja secara luas. Terkhusus untuk remaja yang bersekolah *boarding* (asrama atau pesantren) yang membatasi penggunaan handphone android penggunaan media buku saku lebih disarankan.

REFERENSI

- [1] Kemkes. 2018. Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan ISSN 2088-270X.
- [2] WHO. 2010. Nutrition Landscape Information System (NLIS) country profile indicators: interpretation guide. Geneva, Switzerland.
- [3] WHO. 2014. Global Nutrition Targets 2025: Stunting policy brief.
- [4] WHO. 2018. Guideline: implementing effective actions for improving adolescent nutrition. Geneva: World Health Organization.
- [5] Notoadmodjo S. 2010. Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi. Rineka Cipta. Jakarta.
- [6] Mubarak WI, Chayatin N, Rozikin K, Supradi. 2007. Promosi Kesehatan Sebuah Pengamatan Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan. Graha Ilmu .Yogyakarta.
- [7] Resmiati, Meiki Eru Putra, Welly Femelia. 2021. Efektifitas Aplikasi Edukasi Gizi Remaja Berbasis Android Untuk Pencegahan Stunting. Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan. 6(2):443-451.
- [8] Farisni, T., & Zakiyuddin, Z. 2020. Pembentukan Kp-Stunting (Kelompok Preventif Stunting) Sebagai Intervensi Berbasis Upaya Kesehatan Masyarakat Di Kabupaten Aceh Barat. *LOGISTA - Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 94-103. doi:10.25077/logista.4.2.94-103.2020
- [9] Muhdar, M., Rosmiati, R., Tedy Tulak, G., Saputri, E., & Wahyu Susanti, R. 2019. Peningkatan Pengetahuan Tentang Pencegahan Stunting Pada Wanita Usia Subur, Ibu Hamil Dan Ibu Balita Di Kecamatan Polinggona. *Logista - Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 142-148. doi:10.25077/logista.3.2.142-148.2019