KOLABORASI
JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT
ISSN 2809-0438
Vol. 05 No. 06 PP. 889-896 E-ISSN 2723-7729

# Pemberdayaan Remaja Putri dalam Upaya Pencegahan Stunting

**Immawanti[1], Pattola[1], Munadiah Wahyuddin[1], Ima Laila[1], Fitrah Ramadhani Aras[1]**
*[1]Department of Nursing, STIKes Marendeng Majene, Indonesia*

*Correspondence author: Immawanti*
*Email: immawanti.ch@gmail.com*
*Address: Lingkungn Lembang Kec. Banggae Timur,Majene, West Sulewesi 91411 Indonesia, Telp. 081355185664*
*DOI: https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i6.671*
This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

**Abstract**

**Introduction:** Stunting remains a serious public health problem in Indonesia. It impacts children's physical growth and cognitive development and increases the risk of chronic diseases in adulthood. One of the main causes of stunting is a lack of knowledge about balanced nutrition and reproductive health from adolescence. Adolescent girls play a crucial role in stunting prevention efforts because they are potential mothers and directly determine the nutritional status of the next generation. Therefore, educating and empowering adolescent girls is a strategic step in breaking the chain of stunting in the community.
**Objective:** This community service program aims to improve adolescent girls' knowledge and skills regarding balanced nutrition and reproductive health as a stunting prevention effort in Pangaliali Village, Banggae District, Majene Regency, West Sulawesi.
**Method:** Implementation methods included program outreach, seminars and workshops on adolescent nutrition and reproductive health, and ongoing mentoring. Thirty adolescent girls aged 13–19 participated. Evaluation was conducted through pre- and post-assessment questionnaires to measure improvements in knowledge and adoption of healthy behaviors..
**Result:** The results showed an 85% increase in adolescent girls' knowledge and a 50% change in behavior toward adopting healthy eating patterns. The program's success was also supported by the use of educational media such as posters, learning modules, and the MAMMIS (Media Monitoring and Interactive Stunting) digital application as an interactive learning tool. These media were provided to adolescent girls as target partners in this community service activity.
**Conclusion:** this community service program has proven effective in increasing the capacity of adolescent girls in stunting prevention. It is hoped that this activity will continue through the formation of adolescent cadres at the school level and become a program within the intra-school organization (OSIS) so that nutrition and reproductive health education efforts can be sustainable and contribute to reducing stunting rates.

**Keywords:** cervical cancer, education, HPV vaccine, knowledge

**Latar Belakang**

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang kompleks dan merupakan tantangan besar bagi pembangunan kesehatan nasional di Indonesia. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, sehingga tinggi badan anak tidak sesuai dengan usianya. Kekurangan gizi ini umumnya terjadi sejak masa janin dalam kandungan dan berlanjut pada periode awal kehidupan anak. Namun, kondisi stunting umumnya baru dapat teridentifikasi setelah anak berusia dua tahun. Dampak dari stunting tidak hanya terbatas pada hambatan pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan otak serta meningkatkan kerentanan terhadap penyakit kronis pada usia dewasa (World Health Organization, 2013).

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi balita stunting di Provinsi Sulawesi Barat pada tahun 2021 tercatat sebesar 33,8%. Angka tersebut mengalami peningkatan menjadi 35% pada tahun 2022, atau naik sebesar 1,2 poin dibandingkan tahun sebelumnya (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Secara geografis, tiga kabupaten tercatat memiliki prevalensi stunting di atas rata-rata provinsi. Salah satunya adalah Kabupaten Majene dengan prevalensi stunting tertinggi di Sulawesi Barat pada tahun 2021 sebesar 35,7%, yang meningkat menjadi 40,6% pada tahun 2022 atau naik 4,9 poin. Data Dinas Kesehatan tahun 2023 mencatat bahwa prevalensi stunting di Kabupaten Majene mencapai 35,66% atau setara dengan 3.559 kasus (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Sementara itu, pada triwulan pertama tahun 2025, jumlah kasus stunting di wilayah kerja Puskesmas Banggae 1 tercatat sebanyak 144 anak (17,86%).

Salah satu determinan penting dalam terjadinya stunting adalah rendahnya pengetahuan mengenai gizi seimbang sejak masa remaja. Remaja, khususnya remaja putri, memiliki peran sentral dalam upaya pencegahan stunting karena mereka merupakan calon ibu yang kelak berkontribusi langsung terhadap status gizi anak. Upaya pencegahan stunting dapat dilakukan melalui penerapan pola hidup bersih dan sehat, antara lain dengan rutin berolahraga, tidak merokok, istirahat yang cukup, menjaga asupan gizi melalui pola makan teratur, mengonsumsi tablet tambah darah, serta menjaga kesehatan reproduksi dan seksual (Ginting, Simamora, & Siregar, 2021). Status gizi remaja perempuan merupakan faktor penting dalam kesehatan reproduksi yang akan berpengaruh sejak masa pra-kehamilan, kehamilan, hingga menyusui.

Kelurahan Pangaliali terletak di wilayah pesisir barat Sulawesi Barat dan memiliki konsentrasi penduduk tertinggi, yaitu 284.644 jiwa pada tahun 2023. Wilayah ini masih menjadi lokus stunting, dengan jumlah kasus tercatat sebanyak 144 anak (17,86%) pada tahun 2025. Meskipun berbagai intervensi telah dilakukan, kasus baru stunting masih ditemukan setiap tahunnya. Lingkungan Kelurahan Pangaliali yang padat penduduk didominasi oleh kelompok usia remaja. Tingkat pendidikan remaja di wilayah ini relatif rendah; sebagian besar hanya menyelesaikan pendidikan hingga tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap rendahnya pendidikan tersebut adalah praktik pernikahan dini, yang terjadi ketika remaja perempuan dinikahkan oleh keluarganya setelah remaja laki-laki pulang dari melaut atau berlayar. Kondisi ini berdampak pada meningkatnya kasus pernikahan dini, kehamilan remaja, kehamilan di luar nikah, penyimpangan perilaku seksual, hingga praktik aborsi. Semua faktor tersebut berkontribusi terhadap peningkatan risiko terjadinya stunting pada generasi berikutnya. Fenomena ini menunjukkan adanya keterkaitan erat antara aspek sosial budaya, pendidikan, dan kesehatan reproduksi dengan kejadian stunting di masyarakat.

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa di Kelurahan Pangaliali belum tersedia sarana atau wadah khusus yang dapat mengakomodasi kebutuhan remaja dalam memperoleh informasi kesehatan, terutama mengenai stunting, gizi remaja, dan kesehatan reproduksi. Berdasarkan wawancara dengan beberapa remaja setempat, diketahui bahwa mereka jarang mendapatkan edukasi kesehatan secara langsung. Informasi mengenai kesehatan umumnya hanya diperoleh melalui mata pelajaran sekolah dan tidak secara komprehensif membahas topik-topik tersebut.

Menyadari pentingnya peran remaja dalam pencegahan stunting, maka diperlukan intervensi strategis berupa kegiatan pemberdayaan remaja, khususnya remaja putri, dalam upaya pencegahan stunting sejak dini. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja mengenai pentingnya gizi seimbang, penerapan pola hidup sehat, serta kesiapan dalam menjaga kesehatan reproduksi. Remaja merupakan "agen perubahan" yang memiliki potensi besar dalam memutus rantai stunting lintas generasi. Dengan peningkatan kapasitas dan pengetahuan remaja, diharapkan dapat terbentuk generasi yang sehat, kuat, cerdas, dan bebas dari stunting.

**Tujuan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja putri tentang pentingnya asupan nutrisi yang bergizi, menjaga kesehatan reproduksi sebagai langkah awal dalam pencegahan stunting. Selain itu, pemberdayaan remaja dengan pembentukan kader remaja putri dengan memanfaatkan media ajar dan pemanfaatan teknologi.

**Metode**

Metode kegiatan pengabdian ini terdiri dari tahapan persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan, meliputi koordinasi dengan tim pengabdian masyarakat, melakukan survei lapangan ke Kelurahan Pangaliali, mengidentifikasi pihak terkait yaitu remaja putri, orang tua, kader posyandu dan masyarakat sekitar dan mengurus perijinan dengan pihak terkait. Setelah itu dilanjutkan dengan kegiatan sosialisasi dengan mitra sasaran. kegiatan selanjutnya ke tahap pelaksanaan, yaitu melaksanakan pelatihan seminar dan workshop tentang kebutuhan nutrisi pada remaja, pentingnya zat gizi, serta cara menjaga kesehatan reproduksi sebagai salah satu upaya pencegahan stunting. Seminar dan workshop ini dihadiri oleh mitra yaitu remaja putri, para kader posyandu, orangtua dan masyarakat setempat. Adapun pemateri yaitu dosen atau praktisi pada bidang ilmu gizi dan kesehatan reproduksi. Pada tahap ini juga, diakhir kegiatan tim pengabdian memberikan modul edukasi kesehatan sebanyak 40 ekslampar yang diberikan kepada remaja putri, pemasangan poster edukasi sebanyak 10 poster yang dipasang dibeberapa lokasi mitra serta penginstalan aplikasi digital MAMMIS (Media Ajar dan Monitoring Interaktif Stunting) yang merupakan system berbasis aplikasi mobile yang dirancang untuk meningkatkan literasi gizi, kesehatan reproduksi dan pengukuran status gizi remaja putri sebagai kelompok strategis dalam pencegahan stunting. Selain pemberian edukasi, mahasiswa juga dilakukan pengukuran tinggi badan, berat badan dan lingkar lengan atas sebagai langkah awal pemantauan status gizi remaja.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilaksanakan pada tanggal 8 Agustus 2025 pukul 13.00 – 15.30 WITA di ruang Aula Kelurahan Pangaliali. Partisipan dalam kegiatan ini adalah kelompok remaja putri sebagai mitra sasaran rentang usia 14 – 19 tahun sejumlah 30 orang dan berdomisili di kelurahan Pangaliali. Kegiatan ini terlaksana atas kerjasama antara Tim Pengabdian dengan

Mitra Sasaran, pihak Kelurahan, Puskesmas, para kader posyandu dan masyarakat setempat. Pengabdian ini terlaksana atas persetujuan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STIKes Marendeng Majene dengan nomor surat 104/LPPM/STIKMAR.MN/02.1/VIII/2025. Pada tahap evaluasi, akan dilakukan kegiatan pendampingan untuk memberikan dukungan berkelanjutan kepada remaja putri agar menerapkan pola hidup sehat secara konsisten dan berkelanjutan. Monitoring akan dialkukan secara berkala setiap dua bulan sekali.

**Hasil**

Pelaksanaan seminar dan workshop pada tanggal 8 Agustus 2025 pukul 13.00 – 15.30 WITA bertempat di ruang Aula Kelurahan Pangaliali. Materi yang disampaikan pada kegiatan seminar dan workshop ini yaitu kebutuhan nutrisi pada remaja, pentingnya zat gizi dalam masa pertumbuhan dan cara menjaga kesehatan reproduksi. Adapun pemateri yaitu dosen adan atau praktisi dalam bidang ilmu gizi dan kesehatan reproduksi.

Sebelum pemberian materi terlebih dahulu dilakukan p*retest* dan *postets* untuk mengukur pengetahuan mitra tentang stunting dan pencegahannya, pentingnya gizi pada remaja dan kesehatan reproduksi remaja. Pengukuran dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner. Selain itu, juga dilakukan pengukuran Tinggi Badan, Berat Badan dan LiLa (lingkar lengan atas) untuk mengetahui status gizi peserta. Para peserta nampak antusias dan berpartisipatif dalam mengikuti kegiatan dalam menerima materi serta aktif memberikan pertanyaan.

Adapun hasil yang diperoleh melalui kegiatan ini yaitu meningkatnya pengetahuan remaja putri tentang pentingnya gizi pada remaja dari 53% menjadi 85 %, dan 50 % remaja putri mampu menerapkan pola makan sehat serta dapat mengakses informasi tentang kesehatan reproduksi. Meningkatnya pemahaman remaja putri tentang kesehatan reproduksi remaja dari 44% menjadi 83% serta mampu mendemonstrasikan pemilihan makanan lokal yang sehat



**Gambar 1.** Pelaksanaan Seminar dan Workshop di AULA Kelurahan Pangaliali

Setelah pelaksanaan seminar dan worshop, kegiatan dilanjutkan dengan penyerahan media edukasi kepada mitra berupa poster edukasi, modul edukasi kesehatan dan aplikasi berbasis digital. Hasil yang diperoleh sebanyak 40 ekslampar modul edukasi kesehatan diberikan ke mitra sasaran, terpasang 10 poster edukasi dibeberapa titik yang mudah diakses remaja putri. Selain itu media edukasi berbasis digital yaitu aplikasi MAMMIS (Media Ajar Monitoring dan Interaktif Stunting) telah diserahkan dalam bentuk aplikasi dan diinstal melalui perangkat masing – masing. Sebelum Penginstalan Aplikasi MAMMIS, terlebih dahulu dilakukan sosialisasi terkait fitur fitur yang terdapat dalam aplikasi tersebut serta manfaat penggunaannya. Melalui aplikasi

MAMMIS, diharapkan peserta mendapatkan akses yang mudah dalam memperoleh informasi asupan gizi remaja dan kesehatan reproduksi remaja sebagai salah satu upaya pencegahan stunting.




**Gambar 2.** Penyerahan Poster dan Modul Edukasi Kesehatan ke Mitra Sasaran




**Gambar 3.** Pemasangan Poster di lokasi Mitra dan Penginstalan Aplikasi MAMMIS

**Diskusi**

Peningkatan pengetahuan dan pemahaman remaja putri menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan melalui seminar dan workshop terbukti efektif dalam mendukung upaya

pencegahan stunting. Remaja memiliki peran strategis dalam pencegahan stunting karena masa remaja merupakan fase transisi menuju calon ibu, di mana kesiapan kesehatan reproduksi dan status gizi sangat menentukan kualitas generasi berikutnya. Oleh karena itu, intervensi pada kelompok usia ini menjadi sangat penting dalam memutus siklus stunting antar generasi (World Health Organization, 2013).

Remaja perlu mempersiapkan diri melalui penerapan pola hidup bersih dan sehat, pemenuhan kebutuhan istirahat, konsumsi makanan bergizi seimbang, serta kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah terutama saat menstruasi. Selain itu, pemeliharaan kesehatan reproduksi dan seksual juga menjadi aspek penting yang harus diperhatikan. Hasil ini selaras dengan temuan penelitian Adhysti et al. (2025) yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis audiovisual berdampak positif terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Yuliani et al. (2024), yang menyatakan bahwa deteksi dini stunting dapat dilakukan secara efektif melalui kegiatan penyuluhan dan pelatihan yang terstruktur.

Status gizi merupakan salah satu determinan utama kesehatan remaja. Status ini mencerminkan kondisi tubuh yang dipengaruhi oleh konsumsi makanan dan pemanfaatan zat gizi. Remaja termasuk dalam kelompok populasi yang rentan karena berada pada fase pertumbuhan pesat dan sering kali memiliki pola makan yang tidak seimbang. Berdasarkan hasil observasi lapangan, remaja putri di Kelurahan Pangaliali sebagian besar memiliki status gizi normal, namun banyak di antaranya dengan tinggi badan kurang dari 150 cm, serta beberapa mengalami status gizi kurus. Kondisi ini mencerminkan adanya ketidakseimbangan asupan zat gizi, khususnya makronutrien. Sejalan dengan penelitian Yolanda (2021), status gizi remaja sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan, sehingga diperlukan intervensi yang berfokus pada perbaikan pola konsumsi makanan sehat dan bergizi seimbang. Pemenuhan kebutuhan energi dan protein sangat penting untuk mendukung pertumbuhan optimal pada masa remaja (Hasyim, 2024).

Selain edukasi gizi secara umum, pendekatan berbasis kearifan lokal juga perlu diperkuat. Pemanfaatan makanan lokal dalam intervensi gizi dinilai relevan dengan konteks sosial budaya masyarakat Mandar, sehingga pesan kesehatan menjadi lebih mudah dipahami dan diterima oleh remaja. Pendekatan ini juga mendukung kemandirian pangan lokal serta memperkuat keberlanjutan program. Dalam jangka panjang, pembentukan kader remaja sebagai peer educator diharapkan dapat menjadi inovasi strategis dalam memperluas jangkauan pesan kesehatan, meningkatkan keterlibatan komunitas, serta memperkuat dampak jangka panjang program pencegahan stunting (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Dengan demikian, peningkatan literasi gizi dan kesehatan reproduksi pada remaja putri merupakan salah satu langkah kunci dalam strategi pencegahan stunting yang komprehensif. Intervensi edukatif yang terintegrasi dengan konteks lokal, serta pelibatan remaja sebagai agen perubahan, menjadi fondasi penting dalam membangun generasi yang sehat, produktif, dan bebas dari stunting.

**Kesimpulan**

Program pengabdian masyarakat yang berfokus pada pemberdayaan remaja putri dalam pencegahan stunting melalui edukasi gizi dan kesehatan reproduksi telah terlaksana sesuai tahapan pelaksanaan. Hasil yang diperoleh yaitu terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap mitra tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang, kesehatan reproduksi, dan peran remaja

dalam pencegahan stunting. Dukungan aktif dari masyarakat, kader posyandu, dan pihak sekolah menjadi faktor pendorong keberhasilan kegiatan. Beberapa kendala teknis seperti keterbatasan waktu pertemuan dan akses jaringan internet di beberapa lokasi masih menjadi tantangan, namun dapat diatasi dengan koordinasi yang baik bersama mitra.

Rencana tindak lanjut dari kegiatan pengabdian ini difokuskan pada pendampingan berkelanjutan, monitoring perubahan perilaku, serta pengembangan lebih lanjut fitur-fitur MAMMIS agar lebih menarik dan mudah diakses remaja putri.

**Ucapan Terima Kasih**

Terimakasih tak terhingga kepada DPPM sebagai penyedia dana hibah skema pengabdian masyarakat pemula, Kemendikbudristek tahun 2025., juga kepada para remaja putri, kader posyandu, orang tua dan masyarakat setempat.

**Pendanaan**

Program Pengabdian Masyarakat ini mendapatkan dana yang bersumber dari dana hibah Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Ditjen Riset dan Pengembangan, Kemendikbudristek tahun 2025.

**Daftar Pustaka**

1. Adhsty, W. A., Immawanti, I., & Setiawati, S. (2025). Pengaruh pendidikan kesehatan berbasis audiovisual tentang pencegahan dini stunting terhadap tingkat pengetahuan remaja putri. *Jurnal Ilmiah Keperawatan, 11*(1), 64–70.
2. Ginting, S., Simamora, A. C., & Siregar, N. (2022). Pengaruh penyuluhan kesehatan dengan media audiovisual terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu hamil dalam pencegahan stunting di Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan tahun 2021. *Jurnal Healthcare Technology and Medicine, 8*(1), 2615–109.
3. Hasyim, R. M. (2024). *Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan stunting pada remaja di SMKN 2 Gedangsari Kabupaten Gunungkidul* [Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta].
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Data pusat informasi profil kesehatan Indonesia.* Jakarta: Kemenkes RI.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Buku saku hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022.* Jakarta: Kemenkes RI.
6. World Health Organization. (2013). *Childhood stunting: Context, causes and consequences.* Geneva: WHO.
7. Yuliani, E., Immawanti, I., Yunding, J., Irfan, I., Haerianti, M., & Nurpadila, N. (2024, March 24). *Pelatihan kader kesehatan deteksi dini stunting pada balita di Desa Betteng. Jurnal Pengabdian Masyarakat*. https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jpm/article/download/158/161
8. Yolanda Putri, B. H. I. N. E. K. E., Wahyu, T., Jumiyati, J., Simbolon, D., & Wahyudi, A. (2021). *Hubungan konsumsi energi, protein dan aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja di SMP Negeri 1 Pendopo tahun 2021* [Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu].
9. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Buku saku hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Jakarta: Kemenkes RI.

10. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Pedoman nasional pencegahan stunting berbasis keluarga. Jakarta: Kemenkes RI.
11. Maryani, L., & Yusuf, A. (2024). Pengaruh edukasi kesehatan reproduksi terhadap kesiapan remaja dalam mencegah stunting. Jurnal Kesehatan Reproduksi dan Remaja, 3(2), 77–84.
12. Mubarok, F., & Hasanah, D. (2021). Hubungan pola makan dan status gizi pada remaja putri. Jurnal Gizi dan Pangan Sehat, 10(2), 89–96.
13. Pratiwi, R. D., & Anggraeni, S. (2023). Efektivitas media digital interaktif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang gizi dan kesehatan reproduksi. Jurnal Inovasi Pendidikan Kesehatan, 7(1), 32–40.
14. Puspitasari, D., & Santoso, A. (2024). Pendekatan edukasi berbasis komunitas dalam pencegahan stunting pada remaja. Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat, 6(3), 145–153.
15. Rahmawati, N., & Siregar, M. (2023). Edukasi kesehatan berbasis aplikasi untuk peningkatan literasi gizi remaja. Jurnal Teknologi Kesehatan, 8(4), 200–207.
16. Sari, D. P., & Utami, E. (2022). Hubungan antara konsumsi tablet tambah darah dan status gizi remaja putri. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, 17(2), 101–108.
17. Supriyadi, A., & Rahman, N. (2021). Pengaruh pendidikan gizi terhadap perilaku konsumsi remaja putri di wilayah pesisir. Jurnal Gizi dan Pemberdayaan Masyarakat, 5(1), 55–63.
18. World Health Organization. (2013). Childhood stunting: Context, causes and consequences. Geneva: WHO.
19. Yolanda Putri, B. H. I. N. E. K. E., Wahyu, T., Jumiyati, J., Simbolon, D., & Wahyudi, A. (2021). Hubungan konsumsi energi, protein dan aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja di SMP Negeri 1 Pendopo tahun 2021 [Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu].
20. Yuliani, E., Immawanti, I., Yunding, J., Irfan, I., Haerianti, M., & Nurpadila, N. (2024, March 24). Pelatihan kader kesehatan deteksi dini stunting pada balita di Desa Betteng. Jurnal Pengabdian Masyarakat. https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jpm/article/download/158/161