



Gencat Seni (Gerakan Cegah Stunting Sejak Dini) untuk Mencegah Kejadian Stunting

Dian Eka Nursyam¹, Sandra Ilona² Erin Deswени³

^{1,2}, Universitas Baiturrahmah, Indonesia

Email korespondensi: dianeka050879@gmail.com



History Artikel Received: 10-1-2026 Accepted: 15-1-2026 Published: 30-6-2026 Kata kunci : Remaja, stunting, tablet tambah darah	ABSTRAK Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri dalam upaya pencegahan stunting sejak dini melalui edukasi kesehatan dan pemberian tablet tambah darah sebagai langkah pencegahan anemia. Metode pelaksanaan dilakukan melalui empat tahap, yaitu sosialisasi kegiatan kepada pihak sekolah dan peserta, pelaksanaan pre-test dan post-test menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku, penyuluhan kesehatan mengenai stunting dan anemia, serta pemberian tablet tambah darah dengan melibatkan guru sebagai evaluator program. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan baik sebesar 87%, pengetahuan cukup 11%, dan pengetahuan kurang 2%. Sikap positif terhadap pencegahan stunting ditunjukkan oleh 68% peserta, sedangkan 32% masih berada pada kategori netral atau kurang mendukung. Dari aspek perilaku, 45% peserta berada pada kategori cukup, 40% kategori baik, dan 15% kategori kurang. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri, namun masih diperlukan edukasi dan pendampingan berkelanjutan agar perubahan perilaku pencegahan stunting dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.
Keywords: Teenager, stunting, Blood Increasing Tablets	ABSTRACT <i>This community service activity aimed to improve the knowledge, attitudes, and behaviors of adolescent girls in preventing stunting from an early age through health education and the distribution of iron supplementation tablets as an effort to prevent anemia. The program was implemented through four stages: socialization of the activity to school authorities and participants, administration of pre-test and post-test questionnaires to measure knowledge, attitudes, and behaviors, health education on stunting and anemia, and the distribution of iron tablets with teachers involved as program evaluators. The results showed that 87% of participants had good knowledge, 11% had moderate knowledge, and 2% had poor knowledge. Positive attitudes toward stunting prevention were demonstrated by 68% of participants, while 32% remained neutral or less supportive. In terms of behavior, 45% of participants were in the moderate category, 40% in the good category, and 15% in the poor category. Overall, this community service program was effective in improving the knowledge and attitudes of adolescent girls; however, continuous education and mentoring are still needed to ensure consistent adoption of stunting prevention behaviors in daily life.</i>



©2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi pada anak secara global. Sekitar 161 juta anak balita di dunia mengalami *Stunting* yang mana setengah dari jumlah balita *Stunting* tinggal di wilayah Asia. Berdasarkan data dari UNICEF, Indonesia menempati posisi keempat dengan populasi anak terbesar di dunia yaitu sebanyak 80 juta jiwa Laporan Survei Status Gizi Indonesia Tahun 2021 juga menunjukkan bahwa Prevalensi *Stunting* di Indonesia sebesar 24,4%. Angka ini masih di atas ambangbatas yang ditetapkan oleh WHO yaitu sebesar 20%. Target penurunan *Stunting* tahun 2024 adalah sebesar 14%, artinya menurunkan prevalensi *Stunting* sebesar 10% dalam 3 tahun (Kemenkes RI 2021). Laporan Survei Status Gizi Indonesia Tahun 2021 juga menunjukkan bahwa Prevalensi *Stunting* di Indonesia sebesar 24,4% (Kemenkes RI, 2018) Angka ini masihdi atas ambang batas yang ditetapkan olehWHO yaitu sebesar 20%. Target penurunan *Stunting* tahun 2024 adalah sebesar 14%, artinya menurunkan prevalensi *Stunting* sebesar 10% dalam 3 tahun.

Kekurangan gizi yang terjadi pada balita/anak *Stunting* tidak hanya karena kekurangan gizi pada ibu saat masa kehamilan, tetapi siklus tersebut juga sudah dimulai dari masa remaja (Aridiyah, F.O *et al.*, 2014). Remaja perlu belajar dan menerapkan bagaimana pola hidup sehat termasuk konsumsi makanan sehat. Kebiasaan-kebiasaan remaja masa kini seperti diet ketat, melewatkkan waktu makan tertentu, malas untuk olahraga/malas gerak, merokok, mengkonsumsi makanan cepat saji danrendah nutrisi, tentu saja akan berpengaruhterhadap kesehatan (Irwansyah, I.*et al.*, 2016).

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis pada anak yang masih menjadi isu kesehatan global. Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi jangka panjang dan berdampak pada gangguan pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta produktivitas di masa dewasa (WHO, 2018). Secara global, diperkirakan sekitar 161 juta anak balita mengalami stunting, dengan hampir setengah dari jumlah tersebut berada di wilayah Asia, sehingga kawasan ini menjadi penyumbang terbesar kasus stunting dunia (UNICEF, 2021; Black *et al.*, 2017).

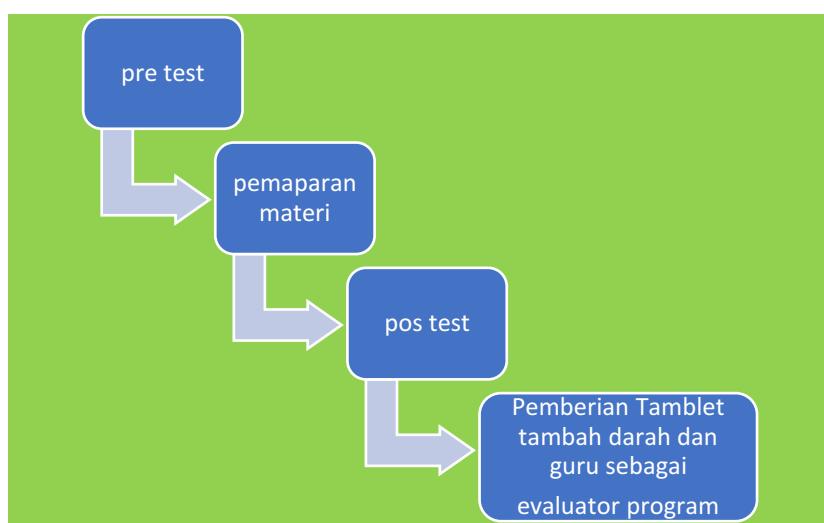
Di Indonesia, stunting masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan anak. Data Survei Status Gizi Indonesia menunjukkan prevalensi stunting sebesar 24,4% pada tahun 2021, angka ini masih berada di atas ambang batas yang ditetapkan oleh World Health Organization yaitu 20% (Kementerian Kesehatan RI, 2021; WHO, 2020). Selain itu, UNICEF melaporkan bahwa Indonesia menempati peringkat keempat sebagai negara dengan populasi anak terbesar di dunia, sehingga risiko stunting memiliki dampak luas terhadap kualitas sumber daya manusia nasional (UNICEF, 2022).

Sebagai upaya menekan prevalensi stunting, Pemerintah Indonesia menetapkan target penurunan stunting menjadi 14% pada tahun 2024 melalui strategi nasional percepatan pencegahan stunting yang melibatkan intervensi gizi spesifik dan sensitif secara lintas sektor (Bappenas, 2020; Kemenko PMK, 2022). Target ini menuntut penurunan prevalensi sekitar 10% dalam waktu tiga tahun, sehingga diperlukan peran aktif berbagai sektor, termasuk pendidikan dan pemberdayaan remaja, untuk memutus siklus kekurangan gizi antar generasi (Victora *et al.*, 2021). Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri dalam upaya pencegahan stunting sejak dini melalui edukasi kesehatan dan pemberian tablet tambah darah sebagai langkah pencegahan anemia

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tahun 2023 di SMA Negeri 13 Padang, Provinsi Sumatera Barat. Pemilihan lokasi didasarkan pada tingginya kebutuhan edukasi kesehatan remaja, khususnya terkait pencegahan stunting dan anemia pada remaja putri. Kegiatan dilaksanakan dalam satu rangkaian program terstruktur yang melibatkan pihak sekolah, guru, dan siswa sebagai bentuk kolaborasi antara institusi pendidikan dan perguruan tinggi.

Khalayak sasaran dalam kegiatan ini adalah remaja putri SMA Negeri 13 Padang yang berjumlah 100 orang. Remaja putri dipilih sebagai sasaran utama karena termasuk kelompok rentan terhadap anemia akibat peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan menstruasi, serta memiliki peran strategis dalam pencegahan stunting sejak masa pra-kehamilan. Selain siswa, guru sekolah turut dilibatkan sebagai mitra dan evaluator guna mendukung keberlanjutan program di lingkungan sekolah.



Gambar 1. Bagan alir kegiatan PKM

Metode pengabdian yang digunakan adalah edukasi kesehatan dan intervensi preventif, yang dilaksanakan melalui empat tahap. Tahap pertama adalah sosialisasi kegiatan, yang bertujuan memberikan pemahaman awal kepada pihak sekolah dan peserta mengenai tujuan dan manfaat program. Tahap kedua **adalah** pengukuran awal (pre-test) menggunakan kuesioner terstruktur untuk menilai tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri terkait stunting dan anemia. Tahap ketiga berupa penyuluhan kesehatan tentang GENCAT SENI (Gerakan Cegah Stunting Sejak Dini), yang disampaikan secara interaktif menggunakan media presentasi dan diskusi. Tahap terakhir adalah pemberian tablet tambah darah (TTD) kepada peserta untuk konsumsi selama tiga bulan, serta pelaksanaan **post-test** guna mengevaluasi perubahan pengetahuan dan sikap setelah intervensi. Guru dilibatkan sebagai evaluator program untuk memantau keberlanjutan implementasi perilaku sehat di lingkungan sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tim PKM Dosen dari Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Baiturrahmah melaksanakan program GENCAT SENI (Gerakan Cegah Stunting Sejak Dini) di

SMAN 13 Padang sebagai upaya preventif terhadap stunting sejak usia remaja. Permasalahan stunting masih menjadi isu mendesak di Indonesia karena berdampak jangka panjang terhadap kesehatan, perkembangan kognitif, serta produktivitas generasi masa depan (Victora et al., 2021). Laporan Survei Status Gizi Indonesia tahun 2021 mencatat prevalensi stunting nasional sebesar 24,4%, angka ini masih berada di atas batas aman yang ditetapkan oleh World Health Organization yaitu 20% (Kementerian Kesehatan RI, 2021; WHO, 2020). Secara global, data publikasi penelitian masyarakat menunjukkan bahwa pencegahan stunting melalui edukasi gizi pada remaja menjadi strategi penting demi menurunkan risiko malnutrisi di masa mendatang (Susilawati & Sugijati, 2024) dan menegaskan peran remaja sebagai agen perubahan dalam kesehatan keluarga di masa depan (Setiani, 2024). Pemerintah Indonesia menargetkan penurunan prevalensi stunting menjadi 14% pada tahun 2024 melalui strategi nasional percepatan pencegahan stunting yang melibatkan berbagai sektor, termasuk sektor pendidikan sebagai pilar penting dalam membentuk perilaku dan kebiasaan hidup sehat generasi muda (Bappenas, 2020).

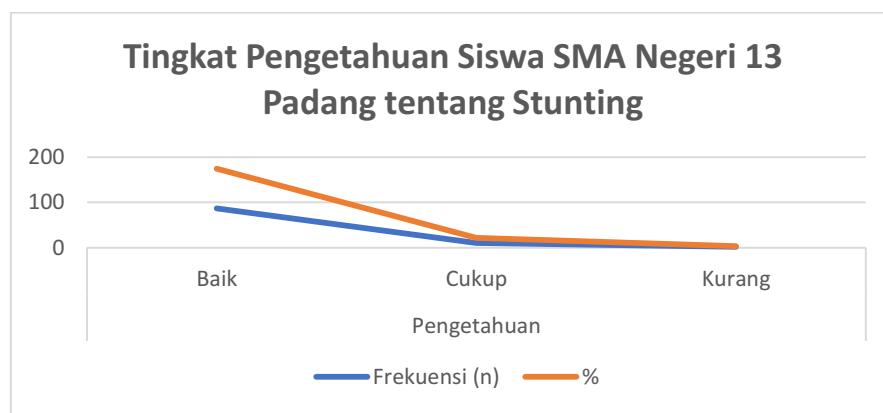
Stunting tidak hanya dipicu oleh kekurangan gizi pada masa balita, tetapi juga dapat bermula sejak masa remaja akibat pola hidup yang kurang sehat, seperti diet ketat, melewatkhan waktu makan, konsumsi makanan cepat saji, kurang aktivitas fisik, merokok, serta rendahnya pemahaman gizi (Victora et al., 2021). Remaja putri merupakan kelompok yang paling rentan karena kebutuhan zat gizi meningkat selama masa pertumbuhan dan menstruasi, yang dapat berdampak pada status kesehatan mereka ketika memasuki masa kehamilan di kemudian hari. Oleh karena itu, edukasi gizi sejak remaja menjadi langkah strategis dalam memutus siklus kekurangan gizi antargenerasi (WHO, 2020).

Kegiatan pengabdian diawali dengan penyampaian latar belakang pentingnya pencegahan stunting sejak usia sekolah, kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai stunting dan gizi seimbang. Selanjutnya, dosen memberikan penyuluhan yang mencakup pemahaman tentang stunting, penyebab dan dampak jangka panjangnya, kebiasaan hidup sehat, kebutuhan nutrisi remaja putri, serta faktor perilaku yang meningkatkan risiko malnutrisi seperti anemia, obesitas, dan kekurangan energi kronis. Penyuluhan dilakukan secara interaktif dan visual agar materi mudah dipahami, dengan penekanan pada pentingnya pemenuhan zat gizi selama menstruasi serta kecukupan mikronutrien seperti zat besi dan asam folat. Penyuluhan dirancang menggunakan pendekatan visual dan bahasa yang mudah dipahami agar peserta lebih mudah menangkap informasi, sekaligus memupuk kesadaran bahwa kesehatan remaja merupakan investasi penting bagi kesehatan generasi masa depan (Susilawati & Sugijati, 2024; Zakiyanpri et al., 2024).



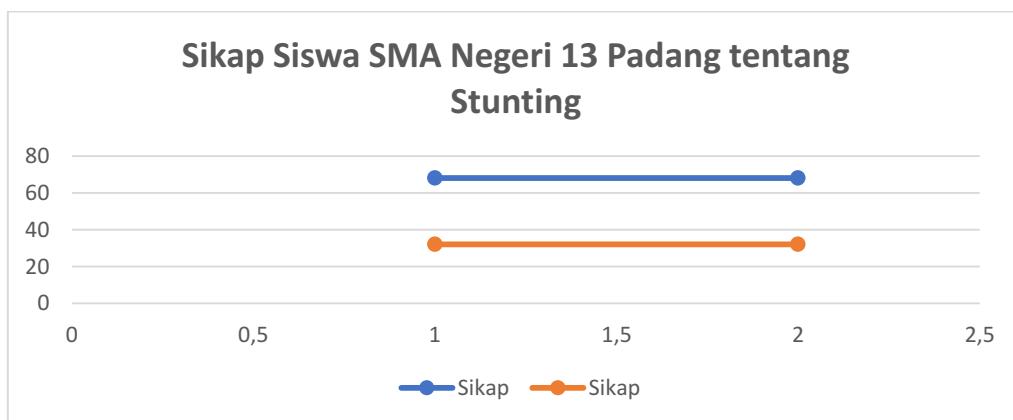
Gambar 2. Dokumen Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Hasil analisis terhadap tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki sikap positif terhadap upaya pencegahan stunting, namun belum seluruhnya diikuti dengan perilaku yang sesuai. Skor sikap paling sering muncul adalah 31 (23%), sedangkan skor perilaku terbanyak berada pada rentang 26–29 (14%). Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat kesenjangan antara tingkat pengetahuan dengan implementasi perilaku pencegahan di kehidupan sehari-hari. Responden dengan pengetahuan baik cenderung memiliki sikap positif, namun belum semuanya menerapkan kebiasaan sehat seperti konsumsi makanan bergizi seimbang dan menjaga kebersihan lingkungan.



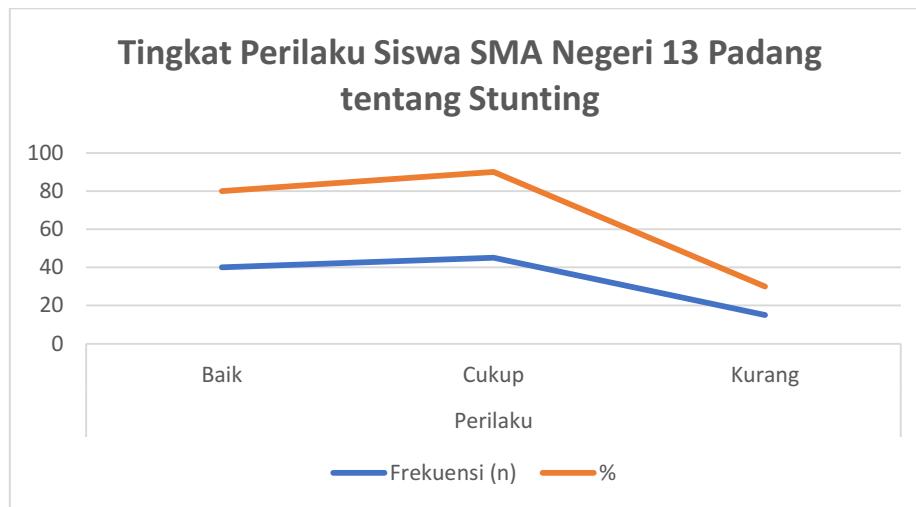
Gambar 3 Grafik Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Stunting

Sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik, yaitu sebanyak 87%, sedangkan 11% memiliki pengetahuan cukup, dan 2% tergolong kurang. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa telah mendapatkan informasi mengenai stunting baik dari guru, media sosial, maupun kegiatan penyuluhan di sekolah. Pengetahuan yang tinggi ini menggambarkan efektivitas upaya promosi kesehatan yang dilakukan di lingkungan sekolah. Namun, masih ada sebagian kecil siswa yang belum memahami secara mendalam hubungan antara kekurangan gizi jangka panjang dengan dampak pertumbuhan anak di masa depan. Siswa yang memiliki pengetahuan kurang pada umumnya belum mampu menjelaskan secara tepat faktor risiko stunting dan dampaknya terhadap perkembangan kognitif anak.



Gambar 4 Grafik Sikap Siswa Terhadap Kejadian Stunting

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 68% responden memiliki sikap positif terhadap pencegahan stunting. Siswa dengan sikap positif menunjukkan kesediaan untuk berpartisipasi dalam kegiatan kesehatan sekolah, memperhatikan pola makan seimbang, dan memahami pentingnya peran remaja dalam mencegah stunting sejak dini. Sementara itu, 32% responden masih memiliki sikap netral atau kurang mendukung, yang dapat disebabkan oleh kurangnya minat atau motivasi terhadap isu gizi remaja.



Gambar 5 Grafik Perilaku Siswa Tentang Stunting

Sebagian besar responden menunjukkan perilaku yang cukup baik dalam pencegahan stunting, yaitu 45% berada pada kategori cukup, 40% dalam kategori baik, dan 15% masih tergolong kurang. Perilaku baik tercermin dari kebiasaan siswa yang mulai memperhatikan asupan gizi seperti mengonsumsi sayur dan sumber protein hewani, serta menjaga kebersihan diri dan lingkungan.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa program GENCAT SENI efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri terkait pencegahan stunting sejak dini. Hal ini ditunjukkan oleh hasil pengolahan data yang menunjukkan sebanyak 87% peserta memiliki tingkat pengetahuan baik, 11% pengetahuan cukup, dan hanya 2% pengetahuan kurang. Dari aspek sikap, 68% peserta menunjukkan sikap positif terhadap pencegahan stunting, sementara 32% masih berada pada kategori netral atau kurang mendukung. Namun, perubahan perilaku belum sepenuhnya optimal karena hasil penilaian perilaku menunjukkan 45% peserta berada pada kategori cukup, 40% kategori baik, dan 15% kategori kurang. Temuan ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara peningkatan pengetahuan dan penerapan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, disarankan agar kegiatan pengabdian selanjutnya dilakukan secara berkelanjutan melalui pendampingan rutin, penguatan peran guru dan sekolah sebagai agen perubahan, serta integrasi edukasi gizi dan pencegahan stunting ke dalam program kesehatan sekolah untuk mendorong perubahan perilaku yang lebih konsisten dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Laporan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Jakarta.
- Aridiyah, F. O., Rohmawati, N., & Ririanty, M. (2013). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stunting pada anak balita di wilayah pedesaan dan perkotaan. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 8(1), 55–62. <https://doi.org/10.25182/jgp.2013.8.1.55-62>
- Irwansyah, I., Ismail, D., & Hakimi, M. (2016). Kehamilan remaja dan kejadian stunting pada anak usia 6-23 bulan di Lombok Barat. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 32(6), 209. <https://doi.org/10.22146/bkm.8628>
- World Health Organization. (2018). *Reducing stunting in children: Equity considerations for achieving the Global Nutrition Targets 2025*. WHO.
- UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health*. United Nations Children's Fund.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., ... Uauy, R. (2017). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60937-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X)
- World Health Organization. (2020). *WHO global nutrition targets 2025: Policy brief series*. WHO.
- UNICEF. (2022). *Child nutrition data and indicators*. United Nations Children's Fund. <https://data.unicef.org/topic/nutrition/malnutrition/>
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (2020). *Strategi nasional percepatan pencegahan stunting 2018–2024*. Kementerian PPN/Bappenas.
- Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2022). *Percepatan penurunan stunting nasional*. Kemenko PMK.
- Victora, C. G., Christian, P., Vidaletti, L. P., Gatica-Domínguez, G., Menon, P., & Black, R. E. (2021). Revisiting maternal and child undernutrition in low-income and middle-income countries: Variable progress towards an unfinished agenda. *The Lancet*, 397(10282), 1388–1399. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)00394-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)00394-9)
- Setiani, D. Y. (2024). *Edukasi gizi pada remaja untuk mencegah stunting: Abdi masyarakat di SMAN Ceper* [Jurnal pengabdian masyarakat]. EJurnal STIKES Panti Kosala.
- Susilawati, & Sugijati. (2024). *Digitizing adolescent nutrition education as a strategy to prevent stunting and diabetes mellitus in Kalisat*. Jurnal IDAMAN.
- Zakiyanpri, W., Lailiyah, S., Armando, G., Salsabila, R., Theresa, S., Anggita, P., ... Salsabila, D. (2024). *Edukasi kepada remaja untuk mencegah terjadinya stunting dari faktor kesehatan saat masa remaja di SMAN 1 Banyuwangi*. Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia, 4(3), 603–610.