

## Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Gizi Remaja SMA Di Bambanglipuro, Bantul Sebagai Langkah Jangka Panjang Pencegahan Stunting

Arantika Meidya<sup>1\*</sup>, Hastrin Hositanisita<sup>2</sup>, Herwinda Kusuma Rahayu<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Departemen Kebidanan, Universitas Alma Ata, Yogyakarta

<sup>2,3</sup>Departemen Gizi, Universitas Alma Ata, Yogyakarta

Email: [arantika.meidya@almaata.ac.id](mailto:arantika.meidya@almaata.ac.id)<sup>1\*</sup>

### Abstrak

*Pengetahuan kesehatan dan reproduksi penting bagi remaja. Kesehatan reproduksi dan gizi secara langsung mempengaruhi pertumbuhan, kualitas kesehatan reproduksinya di masa depan. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi pada siswa SMA di Kecamatan Bambanglipuro, sebagai salah satu lokus stunting. Program ini dilaksanakan pada 25 siswa SMA dan SMK berusia 15-17 tahun yang berada di wilayah Bambanglipuro. Sesi edukasi mencakup topik-topik penting seperti gizi seimbang, peran zat gizi mikro, dan dasar-dasar kesehatan reproduksi yang berfokus pada isu relevan pada remaja. Evaluasi kegiatan ini menggunakan formulir pre-post test untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan siswa. Hasil menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi. Sebelum intervensi, pengetahuan gizi rendah pada aspek pentingnya asupan zat besi, jenis makanan bergizi dan kesehatan reproduksi. Setelah penyuluhan, sebagian peserta mengalami peningkatan pemahaman, terutama dalam mengenali hubungan antara gizi seimbang, menstruasi dan kesehatan reproduksi secara keseluruhan. Edukasi gizi penting untuk diberikan, terutama pada kelompok remaja yang berada di daerah rural dan memiliki akses terbatas pada informasi kesehatan. Keberhasilan kegiatan ini menunjukkan bahwa kegiatan sejenis dapat bermanfaat dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja dan mendorong pilihan gaya hidup yang lebih sehat. Monitoring dan evaluasi lebih lanjut secara berkala penting untuk memantau keberlanjutan program dan dampak jangka panjang bagi kesehatan remaja.*

**Keywords:** Edukasi, Gizi, Kesehatan reproduksi, Remaja

### PENDAHULUAN

Stunting menjadi salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia karena tingginya prevalensi stunting, yaitu mencapai 21,6% pada tahun 2022 (Kebijakan Pembangunan et al., 2022.). Stunting secara jangka panjang akan mempengaruhi fungsi kognitif dan meningkatkan penyakit degeneratif pada usia dewasa. Peningkatan status gizi dan kesehatan remaja menjadi salah satu upaya program yang dikenal dengan 8000 Hari Pertama Kehidupan sebagai salah satu upaya untuk menurunkan prevalensi stunting, karena remaja yang sehat akan berpeluang memiliki kondisi reproduksi yang sehat dan pada saat dewasa akan melahirkan anak yang sehat (Aramico et al., 2020).

Pencegahan stunting melalui remaja sebagai target utama melalui pencegahan anemia remaja, kondisi kurang energy kronis (KEK), dan masalah kesehatan reproduksi remaja. Salah satu jenis intervensi berbasis sekolah adalah dengan diselenggarakannya Unit Kesehatan Sekolah (UKS) dengan mengoptimalkan peran kader kesehatan yang dibina oleh guru pembina UKS dan juga Puskesmas (Juandanilisyah et al., 2021) .

Kabupaten Bantul merupakan salah satu area lokus stunting yang memfokuskan pencegahan dan penanganan stunting melalui pencegahan masalah gizi remaja (Kabupaten Bantul, 2024). Pemerintah Kabupaten Bantul telah merencanakan agenda skrining kesehatan pada usia produktif sebagai salah satu upaya penurunan angka stunting. Kabupaten Bantul saat ini memiliki beberapa permasalahan gizi utama yaitu anemia (34,7%) dan KEK (10%) ada wanita usia subur (WUS) (Dinkes Bantul, 2023) . Kecamatan Bambanglipuro, menjadi salah satu wilayah yang juga menjadi fokus area lokus stunting di Kabupaten Bantul yang perlu penanganan lebih.

Sebagai upaya percepatan penurunan stunting, remaja menjadi salah satu target utama, dengan optimalisasi intervensi berbasis sekolah melalui UKS telah diimplementasikan di bawah supervisi dari Puskesmas Bambanglipuro (Peraturan Daerah Kabupaten Bantul Nomor 6 Tahun 2021 Tentang Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah Tahun 2021-2026, 2021). Walaupun kegiatan ini sudah dimulai sejak tahun 2022, masih belum ada progres yang signifikan untuk membangun keterampilan kader remaja. Berdasarkan hasil observasi awal, ditemukan bahwa kader remaja masih belum memiliki keterampilan yang bisa diwaikan sehingga menjadi masalah regenerasi pada kader penerus di UKS.

Anggota kader remaja belum mendapatkan pelatihan yang intensif. Setiap sekolah telah memiliki satu guru yang bertanggungjawab sebagai penanggungjawab UKS, namun sebagian besar masih merupakan guru honorer. Sehingga, keberlanjutan kegiatan ini menjadi salah satu masalah utama. Selain itu, tiga fungsi utama UKS (edukasi kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pengadaan lingkungan sekolah sehat) dan manajemen UKS pada wilayah ini masih jauh dari optimal. Kondisi ini memicu rendahnya tingkat pengetahuan remaja tentang gizi, kesehatan dan kesehatan reproduksi karena minimnya aktivitas edukasi kesehatan di UKS.

Berdasarkan beberapa masalah tersebut, tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kapasitas kader remaja sebagai peer educator melalui program School-Embedded Reproductive and Nutrition Health Care for Adolescents (CERIA) dengan pelaksanaan workshop gizi dan kesehatan reproduksi. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan efektivitas dan fungsi triad UKS dan manajemen UKS untuk menurunkan anemia dan masalah kesehatan reproduksi remaja.

## **METODE KEGIATAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan mengidentifikasi sekolah yang memiliki UKS di wilayah kerja Puskesmas Bambanglipuro. Didapatkan 5 SMA dan SMK yang tergabung dalam kegiatan ini. Setiap sekolah kemudian dipilih 5 remaja berusia 15-17 tahun. Tahapan dari kegiatan ini adalah :

### **1. Persiapan**

Kegiatan persiapan dilakukan sebelum aktivitas utama pengabdian dimulai, termasuk menyiapkan jadwal, berkoordinasi dengan Puskesmas dan sekolah, pembuatan media edukasi, penyusunan bahan dan buku panduan, dan menyiapkan fasilitas yang dibutuhkan.

## 2. Implementasi

Implementasi dari kegiatan pengabdian meliputi :

- a. Edukasi tentang pencegahan anemia dan kesehatan reproduksi pada remaja perempuan dengan kurikulum terinterasi dengan UKS

Kegiatan ini dilakukan dengan pemaparan materi tentang edukasi gizi dan kesehatan reproduksi. Selain itu juga dilakukan demonstrasi cara mengisi jurnal kepatuhan konsumsi suplementasi zat besi menggunakan media edukasi Fe-diary (Fairy). Materi edukasi yang diberikan meliputi materi gizi seimbang untuk remaja, anemia, gizi seimbang untuk pencegahan anemia dan kesehatan reproduksi.

- b. Lokakarya peer-edukasi atau pendidikan sebaya untuk pencegahan anemia dan masalah kesehatan remaja

Teknik komunikasi persuasif diperlukan oleh remaja untuk mempengaruhi teman sebaya agar mengadopsi perilaku hidup sehat terkait pencegahan anemia dan masalah kesehatan reproduksi. Kegiatan ini berupa edukasi dan demonstrasi. Media yang digunakan adalah e-modul CERIA.

- c. Lokakarya deteksi dini anemia

Kader remaja dialatih untuk dapat menggunakan alat uji kadar hemoglobin darah untuk melakukan deteksi dini anemia. Narasumber memberikan pelatihan teori dan demonstrasi praktik penggunaan alat pengukur Hb. Media yang digunakan adalah alat pemeriksa hemoglobin digital.

- d. Lokakarya pengukuran antropometri

Pelatihan pengukuran antropometri mencakup pengukuran berat badan, tinggi badan, dan Lingkar Lengan Atas (LILA). Narasumber memberikan pelatihan teori dan demonstrasi praktik penggunaan alat antropometri.

## 3. Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan yang dinilai melalui pre-test dan post-test terkait edukasi gizi. Keterampilan kader dievaluasi menggunakan rubrik penilaian untuk melihat keterampilan kader remaja dalam menggunakan alat antropometri dan interpretasi hasil pengukuran antropometri.



Gambar 1. Pemberian edukasi gizi dan kesehatan reproduksi pada kader remaja



**Gambar 2.** Lokakarya pengukuran antropometri pada kader remaja



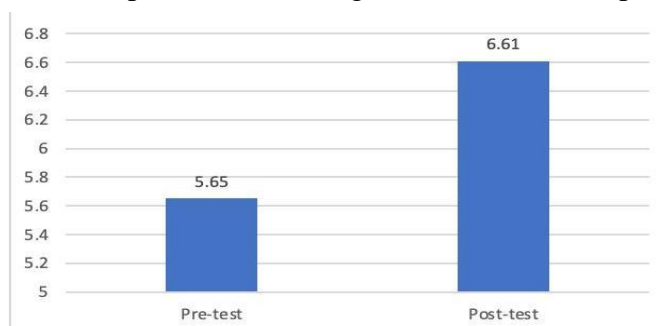
**Gambar 3.** Implementasi pemantauan konsumsi tablet tambah darah (TTD) menggunakan metode *Fe- Diary (Fairy)*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Materi terkait dengan gizi (karakteristik remaja, gizi seimbang pada remaja, masalah gizi remaja, penyebab dan dampak anemia pada remaja putri dan kebutuhan gizi untuk pencegahan anemia pada remaja putri) dan kesehatan reproduksi dijelaskan oleh pakar. Evaluasi edukasi gizi dilakukan dengan melakukan pre-test dan post-test. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, diketahui terdapat peningkatan pengetahuan kader terkait dengan gizi (skor rata-rata pre-test yaitu 5,39 menjadi 7,57 pada post-test) dan pada materi kesehatan reproduksi terdapat rata-rata peningkatan dari 5,65 menjadi 6,61 setelah dilakukan post-test.

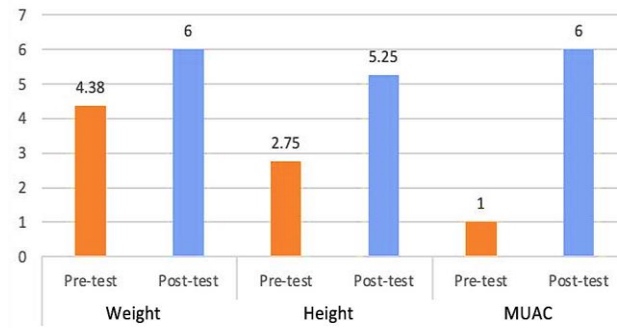


**Gambar 4.** Hasil pre-test dan post-test edukasi gizi dan kesehatan reproduksi

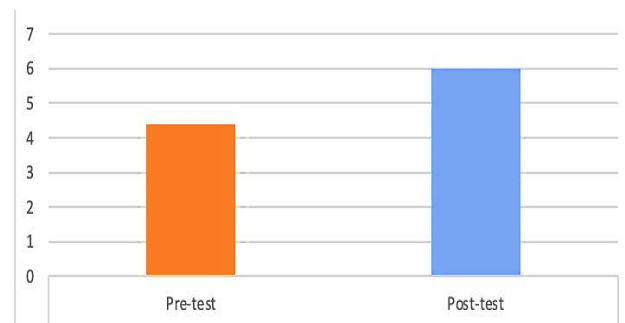


**Gambar 5.** Hasil Pre-test dan post-test lokakarya pelatihan keterampilan pengukuran antropometri

Lokakarya pengukuran antropometri telah dilakukan untuk meningkatkan keterampilan kader remaja untuk mengukur status gizi menggunakan pengukuran berat badan, tinggi badan, dan lingkaran lengan atas (LILA). Tim fasilitator kemudian mengevaluasi proses pengukuran yang dilakukan oleh kader remaja dan dievaluasi menggunakan formulir pre-test dan post-test berisi rubrik. Hasil dari evaluasi ini untuk melihat apakah ada peningkatan keterampilan kader untuk semua jenis pengukuran antropometri. Lebih lanjut, keterampilan kader pada pengukuran hemoglobin juga meningkat.



**Gambar 6.** Peningkatan keterampilan kader remaja dalam melakukan pengukuran antropometri



**Gambar 7.** Perbandingan nilai rata-rata keseluruhan keterampilan kader remaja antara *pre-test* dan *post-test*

Berdasarkan penelitian sebelumnya tentang pengaruh edukasi pada tingkat pengetahuan untuk pencegahan stunting, disebutkan bahwa edukasi akan mempengaruhi pengetahuan dan usaha untuk mencegah masalah stunting. Salah satu strategi untuk perubahan perilaku individu adalah melalui penyediaan informasi dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan sehingga meningkatkan kesadaran untuk berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya.

Salah satu usaha untuk menyediakan informasi tersebut bisa dilakukan dengan mengadakan edukasi gizi, atau melalui konseling dan metode lainnya. Pengetahuan akan muncul pada individu yang mendapatkan stimulasi atau mendapatkan paparan informasi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Atuti dan Rahmawati di tahun 2022 juga menyebutkan pentingnya edukasi untuk peningkatan pengetahuan. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa edukasi gizi mempengaruhi pengetahuan kader Posyandu tentang pencegahan stunting.

Peningkatan keterampilan kader remaja UKS dalam pengukuran antropometri, deteksi anemia, dan kesehatan reproduksi merupakan langkah strategis untuk memperkuat upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah. Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa pelatihan yang dilakukan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan praktis kader, terutama dalam penggunaan alat antropometri, pengisian formulir pemantauan, serta identifikasi tanda risiko anemia. Temuan ini sejalan dengan p yang melaporkan bahwa pelatihan kader remaja di sekolah dapat meningkatkan akurasi pengukuran serta kesadaran terhadap masalah gizi pada remaja (Mintarsih et al., 2025; Widiasih et al., 2025).

Program penguatan kader remaja UKS juga berkontribusi pada peningkatan kemampuan komunikasi kesehatan, khususnya terkait edukasi tentang anemia dan kesehatan reproduksi. Kader yang telah dilatih mampu meneruskan informasi kepada teman sebayanya dengan pendekatan peer-education yang lebih mudah diterima. Model ini terbukti efektif, bahwa edukasi sebaya berperan penting dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang anemia dan perilaku kesehatan reproduksi yang sehat (Ariestiningsih et al., 2025).

Pelatihan keterampilan pengukuran antropometri dan deteksi anemia juga sangat relevan mengingat prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia masih cukup tinggi. Kompetensi kader dalam skrining sederhana, seperti pengamatan gejala klinis dan penggunaan lembar observasi, membantu deteksi dini dan rujukan ke fasilitas kesehatan. Hasil kegiatan ini mendukung laporan yang menekankan pentingnya pemberdayaan remaja dalam program kesehatan sekolah untuk menurunkan risiko anemia dan kekurangan gizi (WHO, 2018).

Meskipun kegiatan ini memberikan dampak positif, terdapat beberapa kelemahan yang perlu diperhatikan. Pertama, keterbatasan waktu pelatihan menyebabkan tidak semua keterampilan dapat diperdalam secara optimal, misalnya penggunaan hemoglobinometer yang membutuhkan pelatihan lebih intensif. Kedua, keberlanjutan peran kader bergantung pada dukungan sekolah dan guru pembina UKS, yang dalam praktiknya masih bervariasi. Selain itu, perubahan kader setiap tahun ajaran baru berpotensi menyebabkan hilangnya kesinambungan kompetensi

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada peningkatan keterampilan kader remaja UKS dalam pengukuran antropometri, deteksi anemia, dan edukasi kesehatan reproduksi terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas kader sebagai agen perubahan di lingkungan sekolah. Pelatihan yang diberikan tidak hanya meningkatkan pengetahuan teoritis, tetapi juga memperkuat kemampuan praktis kader dalam melakukan pemantauan kesehatan dasar dan memberikan edukasi sebaya. Upaya ini berkontribusi pada pencegahan masalah gizi dan kesehatan reproduksi pada remaja, serta mendukung penguatan program UKS secara keseluruhan.

Secara keseluruhan, hasil program menunjukkan bahwa pemberdayaan kader remaja UKS merupakan strategi yang penting dan berkelanjutan untuk mendukung kesehatan remaja di sekolah. Namun, untuk menjaga kesinambungan dampaknya, dukungan institusi sekolah, pembina UKS, dan tenaga kesehatan dari puskesmas perlu diperkuat. Pelatihan berkala, ketersediaan alat, serta pengembangan modul standar menjadi komponen yang direkomendasikan agar program dapat berlangsung jangka panjang dan memberikan manfaat yang optimal bagi kesehatan remaja.

Untuk keberlanjutan program, diperlukan pelatihan kader secara berkala minimal setiap semester, sehingga kader baru dapat dibekali kompetensi yang sama. Integrasi kegiatan UKS dengan puskesmas setempat juga perlu diperkuat agar pemantauan status gizi dan anemia remaja dapat dilakukan secara rutin. Penyusunan modul standar pelatihan kader remaja UKS serta penyediaan alat antropometri yang memadai juga sangat disarankan. Selain itu, penerapan sistem mentoring antar-kader senior dan junior dapat meningkatkan transfer pengetahuan dan menjaga keberlanjutan program

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih pada pihak yang telah membantu penulis dalam pengabdian maupun publikasi ilmiah yaitu DRPTM Kementerian Pendidikan Republik Indonesia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aramico, B., Huriyati, E., & Dewi, F. S. T. (2020). Determinant Factors Of Stunting And Effectiveness Of Nutrition, Information, Education Interventions To Prevent Stunting In The First 1000 Days Of Life: A Systematic Review. *Childhood Stunting, Wasting, and Obesity, as the Critical Global Health Issues: Forging Cross-Sectoral Solutions*, 285–300. <https://doi.org/10.26911/the7thicph-FP.03.30>
- Ariestiningsih, E. S., Syarifah Has, D. F., Kurniawan, B. A., Yuliati, L. Y., Laurita, H. P., & Arifani, M. N. (2025). Effectiveness of peer education based on social cognitive theory in preventing anemia among adolescent girls at the State Senior High School 1 Kebomas Gresik. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 10(2), 461. <https://doi.org/10.30867/action.v10i2.2576>
- Dinkes Bantul. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Bantul 2022*.
- Juandanilasyah, Hidayah, F., Firngadi, A., Masroni, A., Wahyuningsih, U., & Setiawan, W. (2021). *Pengelolaan UKS di SMA*. Direktorat Sekolah Menengah Atas.
- Kabupaten Bantul. (2024). *Perbup Bantul nomor 84 Tahun 2023*.
- Kebijakan Pembangunan, B., Kementerian, K., & Ri, K. (n.d.). *Dalam Angka Tim Penyusun Ski 2023 Dalam Angka Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Mintarsih, S. N., Ambarwati, R., Ismawanti, Z., Sunarto, S., Mardiana, M., & Wijayanti, A. A. (2025). Enhancing anthropometric skills and nutrition counseling through mentoring for adolescent Posbindu cadres. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 10(2), 324. <https://doi.org/10.30867/action.v10i2.2408>
- Peraturan Daerah Kabupaten Bantul Nomor 6 Tahun 2021 Tentang Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah Tahun 2021-2026, Pemkab Bantul (2021).
- WHO. (2018). *Adolescent health: Guideline for school-based health programs*.
- Widiasih, R., Sunjaya, D. K., Rahayuwati, L., Rusyidi, B., Ermiami, Sari, C. W. M., Mardani, Rusdi, & Tung, S. E. H. (2025). Evaluating the knowledge, roles, and skills of health cadres in stunting prevention: A mixed-method study in Indonesia. *Belitung Nursing Journal*, 11(3), 330–339. <https://doi.org/10.33546/bnj.3722>