

Peningkatan Pengetahuan Remaja dan Keluarga melalui Pendidikan Kesehatan dalam Pencegahan Pernikahan Dini sebagai Upaya Menurunkan Risiko Stunting

Zahara Rasyifa^{✉1}, Naura Zalfa Rafilla¹, Kamelia Ayu N R¹, Iis Aisyah¹

¹ Prodi Keperawatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Sumedang, Indonesia

✉ zahararasyifa@upi.edu

Abstrak. Stunting merupakan masalah kesehatan kronis yang ditandai dengan gangguan pertumbuhan akibat kekurangan gizi dalam jangka panjang. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kejadian stunting adalah pernikahan dini yang dapat meningkatkan risiko kehamilan pada usia remaja. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2023, prevalensi stunting nasional mencapai 17,8%, sedangkan Kabupaten Sumedang termasuk wilayah dengan prevalensi tinggi di Jawa Barat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja dan ibu PKK mengenai pencegahan pernikahan dini sebagai upaya pencegahan stunting. Penelitian menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan one group pre-test post-test terhadap 32 responden yang terdiri dari remaja dan ibu PKK Desa Sukamaju, Kecamatan Rancakalong. Intervensi diberikan melalui metode ceramah menggunakan media PowerPoint dan poster. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan dianalisis menggunakan uji paired sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah intervensi dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pencegahan pernikahan dini sebagai salah satu upaya menurunkan risiko stunting.

Kata kunci: pendidikan kesehatan, pernikahan dini, pengetahuan, stunting, remaja

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak yang ditandai dengan tinggi badan lebih rendah dibandingkan standar usia berdasarkan indeks tinggi badan menurut umur. Kondisi tersebut menunjukkan adanya masalah kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam jangka waktu lama. Stunting adalah hasil dari masalah gizi kronis yang berkembang seiring waktu. Z-score tinggi badan berdasarkan usia yang berasal dari grafik pertumbuhan yang telah digunakan di seluruh dunia. Stunting merupakan defisit asupan makanan jangka panjang yang mengakibatkan masalah gizi kronis. Anak-anak mungkin mengalami masalah dengan perkembangan tinggi badan mereka. Ini menunjukkan bahwa anak-anak tersebut lebih kecil atau lebih pendek dari biasanya (Metasari et al. 2022).

Menurut Survei Status Gizi Indonesia 2022, angka stunting menunjukkan 21,6% dan pada tahun 2023, angka tersebut turun menjadi 17,8%. Tujuan nasional penurunan stunting sebesar 14% pada tahun 2024 belum tercapai oleh persentase kasus stunting (Nurhuda et al. 2024). Provinsi Jawa Barat memiliki prevalensi stunting sebesar 20,2% dan termasuk salah satu wilayah dengan kasus stunting yang masih tinggi. Wilayah Jawa barat dengan prevalensi balita stunting tertinggi merupakan Kabupaten Sumedang tercatat menduduki peringkat

pertama sebagai wilayah dengan prevalensi balita stunting, yakni hingga mencapai 27,6% pada SSGI 2022 (Fajri and Pertiwi 2025).

Infeksi menular, menyusui eksklusif, awal menyusui, dan pernikahan dini adalah beberapa faktor yang mungkin berkontribusi terhadap stunting dan masih menjadi kekhawatiran bagi masyarakat umum (Windasari, Syam, and Kamal 2020). Hal tersebut didukung dengan adanya penelitian, yang menjelaskan jika anak pertama yang lahir dari seorang ibu muda atau dari seseorang yang berusia di bawah 20 tahun, ia akan mengalami masalah pertumbuhan terhambat dan perkembangan fisik. 60% ibu hamil muda berisiko tinggi mengalami stunting, menurut Fitriahadi. (2018). Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa dua dari tiga wanita hamil muda, atau wanita yang berusia di bawah 20 tahun, lebih mungkin mengalami stunting pada keturunan mereka (Metasari, Ayu Lintang, et al. 2022).

Pernikahan dini didefinisikan dengan pernikahan yang dilakukan di luar peraturan hukum atau sebelum usia minimum hukum. Menikah pada usia dini dapat memiliki dampak kesehatan yang negatif, terutama bagi wanita di bawah 20 tahun, karena merupakan kehamilan yang tidak direncanakan selama masa remaja (Dewi et al. 2024). Menurut data kehamilan tidak direncanakan yang diberi oleh Bidan Puskesmas Kec. Rancakalong, ada sekitar 12 remaja pada tahun 2024.

Anak-anak dari ibu yang menikah terlalu muda lebih mungkin mengalami stunting. Ini terjadi akibat ketidaktahuan mereka tentang pentingnya makan cukup dan merencanakan kehamilan. Remaja juga harus memahami pentingnya kesehatan reproduksi mereka karena hubungan bebas dapat mengakibatkan kelahiran tidak diinginkan atau kehamilan di luar nikah (Taufikurrahman et al. 2023).

Remaja adalah salah satu target utama dalam Strategi Nasional Percepatan Penanggulangan Stunting (Stranas Stunting), yang bertujuan untuk mempercepat pencegahan stunting. Dengan demikian, salah satu penanganan utama yang harus dilakukan untuk menghindari stunting adalah dengan menargetkan kelompok usia remaja, terutama pada remaja putri. Kurangnya kesadaran remaja mengenai seks dan kesehatan reproduksi, pola asuh mereka, kurang pengawasan, dan media merupakan beberapa faktor yang berkontribusi pada keputusan mereka untuk menikah muda. Remaja yang menikah muda juga dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk kurangnya sumber daya dan layanan konseling untuk kesehatan reproduksi remaja, pengetahuan yang buruk tentang kesehatan reproduksi yang diberikan oleh orang tua dan masyarakat, dan lainnya (Taufikurrahman et al. 2023).

Oleh karena itu, pemberian pengetahuan mengenai pentingnya mencegah pernikahan dini guna menekan terjadinya angka stunting, perlu dilakukannya secara berkala sebagai bentuk dalam upaya pencegahan risiko stunting tersebut. Mencegah stunting di Desa Sukamaju, Kec. Rancakalong dapat dilaksanakan dengan memberikan penyuluhan kesehatan mengenai pentingnya mencegah pernikahan dini guna menekan terjadinya angka stunting. Kegiatan ini dilakukan dengan mengundang remaja Desa Sukamaju dan Ibu PKK Desa Sukamaju.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan one group pre-test post-test. Penelitian dilaksanakan di Aula Desa Sukamaju, Kecamatan Rancakalong. Sampel penelitian berjumlah 32 responden yang terdiri atas 24 remaja dan 8 ibu PKK yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Intervensi dilakukan melalui pendidikan kesehatan menggunakan metode ceramah dengan media PowerPoint dan poster mengenai pencegahan pernikahan dini dan stunting. Tingkat pengetahuan responden diukur menggunakan kuesioner berisi 10 pertanyaan benar-salah yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi. Data dianalisis secara deskriptif dan inferensial menggunakan uji paired sample t-test dengan tingkat signifikansi $\alpha=0,05$.

Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis secara deskriptif, dimana data yang diperoleh dari kuesioner yang memiliki jawaban benar (B) diberi skor 1 dan jawaban salah (S) diberi skor 0. Penarikan kesimpulan berdasarkan pada nilai p yang terdapat pada kolom *Asymp.sig.(2-tailed)*. Perbedaan bermakna dikatakan apabila diperoleh nilai $p < \alpha$. Hipotesa nol (H_0) diterima dan hipotesa alternatif (H_a) ditolak apabila nilai $p > 0,05$, sedangkan H_0 ditolak dan H_a diterima apabila nilai $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan di aula Desa Sukamaju, kecamatan Rancakalong dengan sampel sebanyak 32 responden. Penelitian dilakukan dengan menggunakan intervensi berupa ceramah pendidikan kesehatan yang bertemakan "POSREM GENIUS Bersama Membangun Tubuh Sehat dan Pikiran Cerdas". Pendidikan kesehatan ini dihadiri oleh peserta dalam rentang umur remaja akhir 16-25 tahun dan umur Dewasa 26-45 tahun. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner. Kuesioner terdiri dari 10 pertanyaan yang dijawab dengan pilihan 'benar' atau 'salah'. Setiap responden akan memperoleh nilai untuk

setiap pertanyaan yang dijawab yaitu menggunakan skor 1 untuk jawaban yang benar dan 0 untuk jawaban yang salah atau ganda atau juga tidak mengisi kuesioner.

Pengetahuan penelitian ini diukur dengan kuesioner sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Kegiatan dimulai dengan proses evaluasi tingkat pengetahuan peserta (remaja dan ibu PKK Desa Sukamaju), diberikan pretest kepada masing masing peserta. Selanjutnya setelah hasil pre-test dikumpulkan kembali, peserta diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan dengan metode ceramah media *power point* dan poster. Intervensi ini dilakukan sebanyak dua kali pematerian dengan topik yang berbeda, dimana satu pematerian dilakukan selama 30 menit dan 15 menit tanya jawab. Intervensi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran responden mengenai pentingnya mencegah pernikahan dini guna menurunkan angka stunting yang terjadi di kecamatan Rancakalong maupun seluruh Indonesia serta melihat pengaruh dari intervensi yang dilakukan terhadap perubahan tingkat pengetahuan responden antara *pre-test* dan *post-test*.



Gambar 1. Dokumentasi Pengerjaan kuesioner

Pendidikan kesehatan dilaksanakan dengan memberikan informasi mengenai bahaya pernikahan dini dan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi yang disampaikan oleh Bidan Hani selaku Bidan Desa Sukamaju serta penyampaian materi mengenai anemia dan stunting yang disampaikan oleh anggota Kelompok 3 KKN Tematik UPI 2025. Pelaksanaan pendidikan kesehatan berjalan lancar, para peserta menyimak pematerian dengan baik serta sangat antusias untuk bertanya langsung kepada pemateri mengenai pematerian yang telah disampaikan.



Gambar 2. Dokumentasi Pematerian oleh Bidan Hani



Gambar 3. Dokumentasi Pematerian oleh Anggota Kelompok 3 KKN Tematik UPI 2025

Adapun media yang digunakan adalah dengan media poster dan *PowerPoint*. Media poster ini diserahkan kepada Ibu Kepala Desa yang mana nantinya poster tersebut akan ditempatkan di Posyandu Remaja Desa Sukramaju, Kecamatan Rancakalong. Selanjutnya Acara ditutup dengan foto bersama dengan para peserta "POSREM GENIUS Bersama Membangun Tubuh Sehat dan Pikiran Cerdas".



Gambar 4. Dokumentasi Pemberian Poster untuk Posyandu Remaja



Gambar 5. Dokumentasi Bersama “POSREM GENIUS Bersama Membangun Tubuh Sehat dan Pikiran Cerdas”

Uji Statistik Pre-test dan Post-test

Analisis data dalam penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan JASP For Windows versi 0.19.3. Sebelum data dianalisis, data didistribusikan ke dalam Microsoft Excel terlebih dahulu. Setelah didistribusikan maka dilakukan analisis deskriptif yang selanjutnya dianalisis dengan analisis statistik *paired t-test* menggunakan hasil data *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi. Hasil dari Uji statistik dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 1. Hasil rata-rata pre-test dan post-test

<i>Descriptives</i>					
	N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
Pretest	32	8.750	1.047	0.185	0.120
Posttest	32	9.531	0.621	0.110	0.065

Tabel 2. Hasil Uji Statistik Pre - Post

Paired Samples T-Test

Measure 1		Measure 2	t	df	p
Pretest	-	Posttest	-5.079	31	< .001

Note. Student's t-test.

Pada tabel 2 didapatkan hasil uji statistik pre - post dengan menggunakan metode *paired sample T-test*. Didapatkan hasil nilai signifikansi <0.001 yang berarti nilai tersebut kurang dari 0,05 yang menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak sedangkan hipotesis alternatif (H_a) diterima yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan peserta tentang pentingnya mencegah pernikahan dini guna menekan terjadinya angka stunting. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja dan ibu PKK mengenai pencegahan pernikahan dini sebagai upaya pencegahan stunting. Pembuktian perbedaan *pre* dan *post* dipaparkan intervensi pendidikan kesehatan juga dapat dilihat pada hasil nilai mean, yaitu sebelum diberikan intervensi sebesar 8.750 dan setelah dipaparkan intervensi terjadi kenaikan sebesar 0,781 menjadi 9.531 dapat diartikan secara deskriptif bahwa terdapat perbedaan rata-rata hasil intervensi antara sebelum dan sesudah.

SIMPULAN DAN SARAN

Pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja dan ibu PKK mengenai pentingnya pencegahan pernikahan dini sebagai upaya pencegahan stunting. Peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi menunjukkan bahwa metode ceramah dengan media PowerPoint dan poster dapat menjadi strategi edukasi yang efektif di masyarakat. Kegiatan edukasi kesehatan perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk mendukung program percepatan penurunan stunting, khususnya pada kelompok remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih kepada Pengurus Desa Sukamaju, Bidan Desa Sukamaju, serta seluruh remaja dan ibu PKK Desa Sukamaju yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan pendidikan kesehatan. Kami juga mengapresiasi bimbingan dan dukungan dari Dosen Pembimbing Lapangan serta anggota Kelompok 3 KKN Tematik Keperawatan UPI 2025 yang turut serta dalam penyampaian materi. Semoga

hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi upaya pencegahan stunting di Indonesia.

REFERENSI

- Dewi, Khadijah Dinda Putri, Khairunisa Hanum, Nadratul Hasanah Lubis, Yasmi Fazrah, and Syarbaini Saleh. 2024. "Pengaruh Pernikahan Dini Terhadap Tingkat Pertumbuhan Stunting Di Kelurahan Terjun Kecamatan Medan Marelan." *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal* 6(1):817–27.
- Fajri, Rahayu Nurul, and Tria Saras Pertiwi. 2025. "Prevalensi Stunting Di Kabupaten Sumedang Menggunakan LISA (Local Indicators of Spatial Association)." *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia* 10(1):540–50.
- Hadina, Hadina, Hadriani Hadriani, Muliani Muliani, and Siti Hadijah Batjo. 2022. "Upaya Pencegahan Dan Penanganan Stunting." *Faletehan Health Journal* 9(02):176–84.
- Metasari, Ayu Lintang, Yuni Imroatul Mufida, Silvia Ika Aristin, Bagas Aditya Dwilucky, Anggi Tri Wulandari, Nensi Agustina, and Tresna Maulana Fahrudin. 2022. "Sosialisasi Bahaya Pernikahan Dini Sebagai Upaya Konvergensi Pencegahan Stunting Di SMA Negeri 1 Ngoro." *Budimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4(2):305–10.
- Nisa, Fauzatul Laily, and Nia Kurlia Sari. 2022. "Sosialisasi Bahaya Pernikahan Dini Sebagai Upaya Pencegahan Penurunan Angka Stunting Di Desa Kunjorowesi, Ngoro, Mojokerto." *Karya Unggul-Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1(2):107–15.
- Nurhuda, Puspa Madya, Inayah Sri Wulandari, Neng Inggri Fitriya, and Delli Yuliana Rahmat. 2024. "Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Melalui Penyuluhan Mengenai Pembuatan Cairan Serai Pengusir Nyamuk Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Margamukti Sumedang Jawa Barat." *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat* 8(4):867–76.
- Raksun, Ahmad, Asril Fahmi, Azella Safira, Nabila Medianti Putri, Juan Amada Rahdyan, Aryati Nurul Arifah, Desak Komang Windi Purandari, Septian Aditya Wardana, Dinda Safira Rahmadhani, and Arjuna Sanjaya. 2023. "Penyuluhan Pencegahan Pernikahan Dini Dan Sosialisasi Stunting Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Dane Rase Lombok Timur." *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA* 6(3):490–94.
- Taufikurrahman, Taufikurrahman, Adetya Nindra Zulfi, Eka Febrianti Fera Irmawati, Winda Putri Setiawan, Putri Nur Azizah, and Firda Fitri Soeliyono. 2023. "Sosialisasi Pernikahan Usia Dini Dan Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Pabean, Kabupaten Probolinggo." *Scientia: Jurnal Hasil Penelitian* 8(1):73–88.
- Winasari, Dewi Purnama, Ilham Syam, and Lilis Sarifa Kamal. 2020. "Faktor Hubungan Dengan Kejadian Stunting Di Puskesmas Tamalate Kota Makassar." *AcTion: Aceh Nutrition Journal* 5(1):27–34.