

## PENGETAHUAN REMAJA TENTANG STUNTING

Yohanes Nipa \*<sup>1</sup>  
Yudi Meliaki Anabanu <sup>2</sup>  
Koleta Norcela Sandia <sup>3</sup>  
Gratia Deltiana Lurum <sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi DIII Keperawatan Ende, Poltekkes Kupang

e-mail: [johnnipa7272@gmail.com](mailto:johnnipa7272@gmail.com)<sup>1</sup>, [mickyanabanu4@gmail.com](mailto:mickyanabanu4@gmail.com)<sup>2</sup>, [norcesandia@gmail.com](mailto:norcesandia@gmail.com)<sup>3</sup>  
[Lurumgratia@gmail.com](mailto:Lurumgratia@gmail.com)<sup>4</sup> [budianairwan89@gmail.com](mailto:budianairwan89@gmail.com)<sup>5</sup>

### Abstrak

**Latar Belakang** *Stunting* merupakan salah satu permasalahan gizi utama pada balita di Indonesia yang belum teratasi. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan prevalensi balita dengan status pendek dan sangat pendek di Indonesia adalah 37,2% pada tahun 2023, dan menurun menjadi 30,8 pada tahun 2018. Sedangkan pada tahun 2018 terdapat 29,9% dan mengalami penurunan dari 32,8% pada tahun 2013. Angka stunting di Indonesia masih tinggi yaitu 24,4% (SSGI, 2021 dalam Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Jika diperhatikan menurut data SSGI, sejak tahun 2018 – 2021 tidak terjadi perubahan status gizi yang signifikan pada anak Indonesia tiap tahunnya. Laporan data Riskesdas tahun 2018 menggambarkan bahwa prevalensi status gizi pada balita menurut kabupaten/kota provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) dengan total gizi kurang 22,23%, total yang mengalami gizi buruk 7,33%. Data untuk Kabupaten Ende adalah 6,16% yang menderita gizi buruk dan 20,24% yang mengalami gizi kurang. Tingkat pengetahuan menjadi variabel dalam menentukan seberapa besar penguasaan seseorang terhadap suatu informasi khususnya stunting. Sehingga tingkat pengetahuan seorang individu ataupun kelompok perlu diperhatikan sehingga dapat menilai seberapa besar pengetahuan seseorang atau kelompok tentang stunting. **Tujuan.** Menggambarakan pengetahuan remaja tentang stunting baik, cukup atau kurang. **Metode** Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah review literatur yang merupakan metode secara sistematis, eksplisit dan reproduisibel untuk melakukan identifikasi, evaluasi dan sintesis terhadap karya - karya hasil penelitian dan hasil pemikiran yang sudah dihasilkan oleh para peneliti dan praktisi. **Hasil.** Pengetahuan tentang stunting pada setiap individu mempunyai tingkatan yang berbeda karena faktor internal (umur dan Intelligence Quotient) maupun faktor eksternal (pendidikan, pekerjaan, informasi, pengalaman dan lingkungan). **Kesimpulan.** Upaya dalam mencegah keadaan stunting yaitu dengan meningkatkan pengetahuan remaja tentang apa itu stunting dan bagaimana dampak yang dapat timbul jika anak mengalami stunting.

**Kata kunci:** *Stunting*, pengetahuan, remaja

### Abstract

**Background:** Stunting is one of the main nutritional problems among children under five in Indonesia that has not been resolved. Basic Health Research (Riskesdas) data shows that the prevalence of children under five with short and very short status in Indonesia is 37.2% in 2023, and decreased to 30.8 in 2018. Meanwhile in 2018 there was 29.9% and decreased from 32.8% in 2013. The stunting rate in Indonesia is still high, namely 24.4% (SSGI, 2021 in Ministry of Health, Republic of Indonesia, 2023). If you pay attention to SSGI data, from 2018 - 2021 there has been no significant change in the nutritional status of Indonesian children each year. The 2018 Riskesdas data report illustrates that the prevalence of nutritional status among children under five according to the districts/cities of East Nusa Tenggara (NTT) province with a total of 22.23% of those experiencing malnutrition, the total experiencing malnutrition is 7.33%. Data for Ende Regency is that 6.16% suffer from malnutrition and 20.24% suffer from malnutrition. The level of knowledge is a variable in determining how much a person has mastery of information, especially stunting. So the level of knowledge of an individual or group needs to be taken into account so that we can assess how much knowledge a person or group has about stunting. **Objective.** Describe teenagers' knowledge about stunting as good, sufficient or poor. **Method** The method used in this writing is a literature review which is a systematic, explicit and reproducible method for identifying, evaluating and synthesizing research works and ideas that have been produced by researchers and practitioners. **Results.** Knowledge about stunting for each individual has different levels due to internal factors (age and Intelligence Quotient) and external factors (education, work, information, experience and environment). **Conclusion.** Efforts to prevent stunting include increasing teenagers' knowledge about what stunting is and the impacts that can arise if a child experiences stunting.

**Keywords:** Stunting, Knowledge,

## PENDAHULUAN

Malnutrisi masih menjadi permasalahan utama pada bayi dan anak di bawah lima tahun (balita) secara global. Data World Health Organization (WHO) (2020) dalam Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) menunjukkan 5,7% balita di dunia mengalami gizi lebih, 6,7% mengalami gizi kurang dan gizi buruk, serta 22,2% atau 149,2 juta menderita stunting (malnutrisi kronik). Prevalensi stunting secara global tersebut tergolong kategori tinggi karena berada antara 20% - < 30%. Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi utama pada balita di Indonesia yang belum teratasi. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan prevalensi balita dengan status pendek dan sangat pendek di Indonesia adalah 37,2% pada tahun 2023, dan menurun menjadi 30,8 pada tahun 2018. Sedangkan pada tahun 2018 terdapat 29,9% dan mengalami penurunan dari 32,8% pada tahun 2013.

Angka stunting di Indonesia masih tinggi yaitu 24,4% (SSGI, 2021) dalam Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Jika diperhatikan menurut data SSGI, sejak tahun 2018 - 2021 tidak terjadi perubahan status gizi yang signifikan pada anak Indonesia tiap tahunnya. Laporan data Riskesdas tahun 2018 menggambarkan bahwa prevalensi status gizi pada balita menurut kabupaten/kota provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) dengan total gizi kurang 22,23%, total yang mengalami gizi buruk 7,33%. Data untuk Kabupaten Ende adalah 6,16% yang menderita gizi buruk dan 20,24% yang mengalami gizi kurang. Stunting diawali oleh perlambatan pertumbuhan berat badan yang dapat terjadi sejak in utero dan berlanjut setelah lahir, dan asupan kalori yang tidak adekuat. Penyebab asupan kalori yang tidak adekuat menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2022 adalah gastroesofageal refluks, pasokan ASI tidak adekuat atau perlekatan tidak efektif, penyiapan susu formula yang salah, gangguan mekanik dalam menyusui, penelantaran atau kekerasan anak serta kebiasaan makan yang buruk.

Edukasi tentang gizi untuk mencegah stunting kepada remaja penting untuk dilakukan guna mencegah kejadian stunting meningkat. Tingkat pengetahuan menjadi variabel dalam menentukan seberapa besar penguasaan seseorang terhadap suatu informasi khususnya stunting. Sehingga tingkat pengetahuan seorang individu ataupun kelompok perlu dikaji dan diteliti sehingga dapat menilai seberapa besar pengetahuan seseorang atau kelompok tentang suatu hal. Berbagai upaya di atas telah dilakukan untuk menurunkan angka kejadian stunting dengan harapan masalah stunting dapat teratasi, namun pada kenyataannya kejadian stunting masih cukup tinggi sehingga berdasarkan uraian permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran pengetahuan remaja tentang stunting. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja tentang stunting. Urgensi penelitian tingginya angka stunting di Indonesia harus segera ditekan. Upaya yang dapat dilakukan diawali dengan deteksi tingkat pengetahuan tentang stunting khususnya kepada remaja putri yang merupakan calon ibu di masa depan.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah review literatur yang merupakan metode secara sistematis, eksplisit dan reproduktibel untuk melakukan identifikasi, evaluasi dan sintesis terhadap karya - karya hasil penelitian dan hasil pemikiran yang sudah dihasilkan oleh para peneliti dan praktisi. Sumber pustaka yang digunakan dalam penyusunan artikel ilmiah ini dengan literature review ini melalui Website berita dan jurnal-jurnal nasional yang berkaitan dengan pengetahuan siswa SMA tentang stunting.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengetahuan tentang suatu hal pada setiap individu bisa berbeda tingkatannya. Hal tersebut dapat diperoleh dari banyak faktor dimana bisa berpengaruh pada tingkat pengetahuan dari seseorang mulai dari faktor internal (umur dan IQ/Intelligence Quotient) maupun faktor eksternal (pendidikan, pekerjaan, informasi, pengalaman dan lingkungan) (Nursalam dan Pariani, 2001). Didapatkan sebagian besar tingkat pengetahuan responden tentang stunting adalah baik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizkiana (2022) yang menemukan

bahwa pengetahuan remaja tentang konsumsi tablet tambah darah sebagai pencegahan *stunting* adalah baik. Dalam penelitian yang dilakukan faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan responden salah satunya adalah pendidikan dan umur.

Teori menjelaskan tingkat pendidikan seseorang yang semakin tinggi mempermudah pula penerimaan informasi sehingga menjadi banyak pula tingkat pengetahuan yang telah dimiliki, maka tingkat pendidikan responden berpengaruh terhadap meningkat ataupun menurunnya proses menerima dan mengerti informasi tersebut termasuk informasi mengenai pengaruh suplemen besi terhadap anemia. Akibatnya tambahan tingkat pengetahuan yang dapat diserap juga hanya terbatas sehingga tingkat pengetahuan tentang *stunting* masuk dalam kategori baik. Demikian juga usia dapat menentukan Tingkat Pengetahuan seseorang. Teorinya mengatakan semakin dewasa manusia itu sendiri kemampuan berfikir juga akan semakin matang (Nursalam dan Pariani, 2001). Jika didapatkan hampir separuh responden berusia 19 tahun maka usia responden termasuk kategori remaja dewasa dengan demikian sebagian besar tingkat pengetahuan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang tentang *stunting*. Informasi juga dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Jika Teori mengatakan semakin banyak informasi yang diperoleh seseorang, maka meningkat pula tingkat pengetahuan masyarakat tentang hal tersebut (Notoatmodjo, 2003).

Penelitian yang dilakukan oleh Wasaraka (2021), yang menemukan bahwa edukasi melalui media daring dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai *stunting*. Teori juga menjelaskan Edukasi juga berpengaruh terhadap pengetahuan dan upaya pencegahan *stunting* (Umasugi, 2018). Interaksi remaja sekarang dengan media sosial sangatlah tinggi, sehingga fakta yang harus diterima adalah bahwa informasi dapat diperoleh dari mana saja tidak terkecuali informasi mengenai *stunting*. Selain tinggi dalam mengakses informasi melalui media sosial, responden juga menerima informasi dari teman dan keluarga. Menurut Efendi Peran keluarga dalam membentuk karakter dan perkembangan kepribadian anak sangatlah penting dengan menciptakan komunikasi yang baik antara orang tua dan anaknya sehingga tercipta saluran komunikasi yang baik dan suasana saling memahami terhadap berbagai jenis masalah keluarga, terutama masalah remaja, sehingga keadaan ini akan berpengaruh pada pengetahuan, sikap dan perilaku (Atik & Susilowati, 2022).

Berdasarkan pendapat tersebut lingkungan keluarga menjadi tempat pertama untuk membentuk karakter dan sikap anak remaja. Sikap merupakan faktor predisposisi yang mempengaruhi seseorang melakukan atau tidak melakukan sesuatu perilaku tertentu. Menurut Nuzrina (2021) sikap dipengaruhi oleh orang lain yang dianggap penting, pengalaman pribadi seseorang, kebudayaan, media massa, pendidikan serta faktor emosional. Kedekatan emosional seperti dalam lingkungan keluarga dan pertemanan menjadi salah satu faktor terjadinya peningkatan pengetahuan remaja. Dengan demikian, sejalan dengan hasil penelitian tentang tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh faktor lingkungan, usia dan pengalaman (Wahyani, 2015) dan pendapat tentang edukasi berpengaruh terhadap pengetahuan dan upaya pencegahan *stunting* (Umasugi, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh BSIG (2020) menemukan bahwa sikap responden yang baik juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan yang baik.

Faktor yang dapat memengaruhi kejadian *stunting* salah satunya yaitu pengetahuan ibu. Pengetahuan mengenai *stunting* sangatlah diperlukan bagi seorang ibu karena pengetahuan ibu mengenai *stunting* yang kurang dapat menyebabkan anak berisiko mengalami *stunting*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dkk di Wilayah Kerja Puskesmas Ulak Muid Kabupaten Melawi pada tahun 2016 menyatakan bahwa ibu dengan pengetahuan yang kurang baik mempunyai risiko sebesar 1,644 kali memiliki balita *stunting* jika dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan baik. Upaya yang dilakukan pemerintah dalam menurunkan angka kejadian *stunting* yaitu bergabung dengan Scaling Up Nutrition (SUN). Gerakan SUN ini merupakan upaya yang dilakukan oleh berbagai negara untuk memperkuat rencana aksi percepatan perbaikan gizi, khususnya penanganan gizi sejak 1.000 hari dari masa kehamilan hingga anak usia 2 tahun. Dalam gerakan SUN dilakukan intervensi spesifik yaitu kegiatan yang ditujukan khusus untuk kelompok 1000 hari pertama kehidupan (HPK) dan bersifat jangka pendek. Selain itu, intervensi yang dilakukan pada gerakan SUN yaitu intervensi

sensitif yang merupakan berbagai kegiatan pembangunan di luar sektor kesehatan ditujukan untuk masyarakat umum. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang memengaruhi yaitu pendidikan, pekerjaan, umur, sedangkan faktor eksternal yaitu lingkungan dan sosial budaya.

Pendidikan merupakan salah satu faktor internal yang akan memengaruhi pengetahuan karena dengan pendidikan tinggi akan mempermudah seseorang dalam menerima informasi sehingga dari informasi yang didapat tersebut ibu dapat memahami cara untuk mencegah kejadian stunting pada anaknya. Hal ini sejalan dengan teori lain yang menyatakan bahwa orang dengan tingkat pendidikan yang lebih baik akan lebih mudah dalam menerima informasi dari pada orang dengan tingkat pendidikan yang kurang. Informasi tersebut dijadikan sebagai bekal ibu untuk mengasuh balitanya dalam kehidupan sehari-hari sehingga anak tidak berisiko mengalami stunting. Hasil penelitian Kullu dkk tahun 2017, terdapat hubungan antara pola asuh dengan kejadian stunting sehingga dalam penelitian tersebut menyatakan bahwa pola asuh merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kejadian stunting maka dari itu untuk mencegah kejadian stunting dibutuhkan pola asuh yang baik pada anak.

Menurut penelitian Olsa dkk tahun 2015 menyatakan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan tinggi akan lebih mudah dalam menyerap informasi sehingga diharapkan ibu mau dan mampu untuk berperilaku baik khususnya dalam hal mencegah stunting. Namun pada ibu yang memiliki pendidikan kurang atau tidak berpendidikan akan mempersulit ibu dalam mencegah stunting karena kurangnya kemampuan dalam menyerap informasi. Penelitian Rahayuh dkk pada tahun 2016 menyatakan tingginya tingkat pendidikan akan mempermudah seseorang dalam menyerap informasi sehingga peluang memperoleh pengetahuan pun semakin besar. Menurut penelitian Nadiyah dkk tahun 2014, terdapat hubungan antara pendidikan dengan kejadian stunting sehingga dalam penelitian tersebut menyatakan bahwa pendidikan ibu merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kejadian stunting.

## KESIMPULAN

Upaya dalam mencegah keadaan stunting yaitu dengan meningkatkan pengetahuan remaja tentang apa itu stunting dan bagaimana dampak yang dapat timbul jika anak mengalami stunting.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhyka, N., Yurizali, B., & Aisyiah, I. K. (2023). Peningkatan Pengetahuan Remaja akan Stunting dan Pola Konsumsi di SMAN 1 Kab Sijunjung. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 1(1), 32-38.
- Aisyatun, S. (2019). Faktor yang mempengaruhi kejadian stunting di desa dlemer kecamatan kwanyar kabupaten bangkalan (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik).
- Aji, S. P. (2023). Penerapan Strategi Perubahan Perilaku.
- Atik, N.S & Endang, S. (2022). Hubungan Peran Keluarga Dengan Tingkat Pengetahuan Siswa Smk Tentang Pernikahan Dini Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 13 (1), 360-367
- Azizah, R., Ananda, R. S., & Faristiana, A. R. (2023). Dampak Tiktok Terhadap Gaya Hidup Remaja Perempuan. *Student Scientific Creativity Journal*, 1(4), 399-414.
- Juliansa, A., & Murdiati, E. (2023). Peran Kegiatan OSIS Dalam Meningkatkan Kemampuan Public Speaking Siswa MAN 1 MUBA. *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial (JKOMDIS)*, 3(2), 479-481.
- Kementerian Kesehatan RI. 2021. Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi dan Kabupaten/Kota tahun 2021.
- Kementerian Kesehatan RI. 2021. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021.

- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In F. Sibuea, B. Hardhana, & W. Widiyantini (Eds.), Pusdatin.Kemenkes.Go.Id.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Keputusan menteri kesehatan Republik Indonesia nomor HK.01.07/MENKES/1928/2022 tentang pedoman nasional pelayanan kedokteran tata laksana stunting.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Panduan kegiatan hari gizi nasional; isi piringku kini kaya protein hewani cegah stunting hari gizi nasional 2023.
- Nasution, IPA & Manik, BSIG. 2020. Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Remaja tentang Kesehatan Reproduksi di SMK Negeri 8 Medan. SCRIPTA SCORE Scientific Media Journal, Vol. 2 (1):38-43. Retrieved from: <https://talenta.usu.ac.id/scripta/article/view/3424/3171> DOI: <https://doi.org/10.32734/scripta.v2i1.3424>
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta
- Nursalam dan Pariani, S. 2001. Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Nuzrina, R., Murnariswari, K., Dewanti, LP & Nadiyah. 2021. Hubungan Sikap dan Pengetahuan Siswi Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah. Jurnal Riset Gizi Vol. 9 (1): 22-27. Retrieved from: <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jrg/article/view/6757/2181>
- Pormes, W. E., Rompas, S., & Ismanto, A. Y. (2013). Hubungan Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi dengan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun di TK Malaekat Pelindung Manado. Journal of Chemical Information and Modeling, 53(9), 1689–1699.
- Riskesdas. (2018). Laporan riskesdas nasional 2018. In Kementerian Kesehatan RI. <https://id.scribd.com/document/397428425/20181228-Laporan-Riskesdas-2018-Nasional-pd>
- Rizkiana, E. (2022). Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai Pencegahan Stunting. Jurnal Ilmu Kebidanan. Poltekkes UMMI Khasanah
- Umasugi, T. (2018). Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Upaya Pencegahan Stunting Anak Usia Balita. SIKes Maluku Husada, Indonesia. Vol 9, No 4 (2018): Oktober 2018 -
- Wahyani, Rusminingsih. (2015). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret, Bantul, Yogyakarta*. Skripsi thesis, STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.