

## **NU-EDUTION (NUTRITION AND HEALTH EDUCATION) KEK (KEKURANGAN ENERGI KRONIS) SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA SISWI DI SMK PGRI 2 DEPOK**

**Anisa Nurul Syafitri<sup>1,\*</sup>, Amelya Fitri Yudhistira Hartono<sup>2</sup>, Farihatul Kamila<sup>3</sup>,  
Fauza Rizqiya<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Prodi Sarjana Gizi, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. Cempaka Putih Tengah I, Kec. Cemp. Putih, Kota Jakarta Pusat, 10510

\*E-mail : [anisaaasyftr@gmail.com](mailto:anisaaasyftr@gmail.com)

### **ABSTRAK**

SMK PGRI 2 Depok merupakan sekolah menengah kejuruan dengan jurusan multimedia dan administrasi perkantoran, sehingga edukasi dan pengetahuan tentang kesehatan khususnya stunting dan KEK sangat kurang didapatkan oleh siswa dan siswi sekolah tersebut. Maka kegiatan kuliah kerja nyata dengan metode pengukuran antropometri yaitu pengukuran LILA, pengukuran berat badan dan pengukuran tinggi badan serta edukasi terkait stunting dan KEK melalui media slide power point dan leaflet. Dengan kegiatan tersebut, serta hasil peningkatan pengetahuan siswi berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* diharapkan pengetahuan yang telah didapat menjadi dasar dari tumbuhnya kesadaran untuk menjaga kesehatan yang berguna bagi diri peserta dan juga seluruh masyarakat sekolah.

**Kata kunci:** KEK, Remaja Putri, Stunting

### **ABSTRACT**

*SMK PGRI 2 Depok is a vocational high school with a major in multimedia and office administration, so that education and knowledge about health, especially about stunting and CED is very lacking for student at the school. So the real lecture activities with anthropometric measurement methods are LILA measurement, weight and height measurement as well as education related to stunting and CED through power point slides and leaflets. With these activities, as well as the results of increasing students based on the result of the pre-test and post-test, it is hoped that the knowledge gained will become the basis for growing awareness to maintain health that is useful for participants and also the entire school community.*

**Keywords:** CED, Teenage Girl, Stunting

### **1. PENDAHULUAN**

Saat ini, kejadian stunting di Indonesia merupakan permasalahan kesehatan yang cukup serius dan menjadi masalah gizi utama yang sedang dihadapi (Permatasari & Iqbal, 2021). Stunting adalah gangguan pertumbuhan yang terjadi pada balita ditandai oleh penurunan pertumbuhan akibat dari ketidakseimbangan asupan zat gizi. *Child Growth Standart* pada stunting menurut WHO yaitu dilihat berdasarkan parameter panjang badan menurut umur (PB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U) dengan ambang batas nilai z-score yaitu  $< -2$  SD (Sutio, 2017).

Besaran masalah kejadian stunting

berdasarkan data WHO pada tahun 2016 yaitu di wilayah Asia Tenggara sebesar 33,8%. Indonesia berada di peringkat 5 dari 81 negara pada tahun 2011 dengan jumlah 7.547.000 anak menderita stunting. Pada tahun 2017, prevalensi kejadian stunting di Indonesia yaitu sebesar 29,6% (Sutio, 2017).

Remaja merupakan fase peralihan seorang anak menuju dewasa yang ditandai oleh pertumbuhan fisik, kognitif dan psikososial yang cepat (Zaki & Sari, 2019). Pada remaja putri, masalah kesehatan yang sering terjadi yaitu obesitas, anemia dan Kekurangan Energi Kronis (KEK). Di Indonesia, sebesar 32% remaja putri beresiko

mengalami KEK dan sebanyak 15 provinsi di Indonesia memiliki prevalensi yang melebihi rata-rata nasional. Apabila kejadian KEK pada remaja putri tidak segera ditangani, maka akan berdampak di masa yang akan datang yaitu remaja putri mengalami KEK ketika hamil. Hal ini tentu akan memberikan dampak terhadap peningkatan prevalensi stunting di Indonesia. Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan untuk mencegah kejadian stunting yaitu melalui faktor pengetahuan (Khodijah Parinduri, 2021).

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah suatu kegiatan yang akan menambah pengalaman belajar dan daya kritis mahasiswa karena mengacu pada Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan metode yang digunakan yaitu pengalaman belajar dan bekerja pada mahasiswa dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat (Syardiansah, 2019).

Oleh karena itu, program KKN UMJ 2022 yang akan dilakukan oleh kelompok 86 kelompok kecil 2 adalah melakukan “Pengukuran Antropometri (LILA, Tinggi Badan dan Berat Badan) dan Pemberian Edukasi terkait Stunting dan KEK (Kekurangan Energi Kronis) pada Remaja Putri sebagai Upaya Pencegahan Stunting”.

### Permasalahan Mitra

Berdasarkan hasil diskusi dengan mitra, diketahui bahwa mitra merupakan sekolah non-kesehatan dimana siswi di SMK PGRI 2 Depok kurang mendapatkan edukasi tentang kesehatan di sekolah. Oleh karena itu, kami memberikan penyuluhan atau edukasi kepada siswi SMK PGRI 2 Depok dengan materi atau topik yang telah ditentukan yaitu mengenai stunting dan KEK (Kekurangan Energi Kronis).

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini dilakukan di SMK PGRI 2 Depok pada tanggal 12 sampai 13 Agustus 2022. Kegiatan yang dilakukan adalah pengukuran antropometri berupa Lingkar Lengan Atas (LILA), Tinggi Badan dan Berat Badan serta pemberian edukasi mengenai stunting dan KEK (Kekurangan Energi Kronis), diawali dengan pemberian *pre test* dan pemberian *pos test* diakhir edukasi kepada 32 siswi. Data hasil pengukuran diolah menggunakan aplikasi statistik SPSS untuk mendapat persentase siswi KEK dan normal serta persentase siswi obesitas, *overweight*, normal dan *underweight*. Serta metode

pemberian leaflet sebagai media edukasi berbentuk cetak agar mudah dibawa pulang. Untuk menjalankan kegiatan tersebut, terdapat beberapa tahapan yaitu mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan serta monitoring dan evaluasi.

### Tahap I Persiapan

Pada tahap ini, dilakukan pembagian kelompok dengan masing-masing kelompok kecil berjumlah 3 orang mahasiswa. Selanjutnya, dilaksanakan pembekalan dan pembimbingan oleh Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok 86. Setelah itu, setiap kelompok kecil menentukan mitra dan perizinan kepada mitra KKN serta mempersiapkan program yang akan dilakukan seperti persiapan materi edukasi yang akan digunakan (PPT dan Leaflet).

### Tahap II Pelaksanaan

Kegiatan pengukuran antropometri dan edukasi dilakukan pada tahap ini. Pengukuran antropometri dilakukan di hari pertama yaitu pada tanggal 12 Agustus 2022 dan kegiatan edukasi dilakukan pada tanggal 13 Agustus 2022.

### Tahap III Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dilakukan oleh setiap anggota kelompok dan DPL untuk mengukur keberhasilan dan kekurangan dari pelaksanaan program yang dilakukan.

## 3. HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilaksanakan selama dua hari dengan agenda kegiatan hari pertama yaitu sosialisasi kepada peserta yaitu siswi kelas 11 SMK PGRI 2 Depok sebanyak 32 orang dan melakukan pengukuran antropometri sebagai tahap awal mengetahui status gizi dan kejadian KEK pada sasaran kegiatan. Setelah dilakukan pengukuran serta dihitung maka didapatkan hasil bahwa sebesar 22% atau 7 orang siswi memiliki LILA kurang dari 23,5 cm (KEK) dan sebesar 78% memiliki LILA normal. Lalu hasil pengukuran status gizi didapatkan sebesar 6 % atau 2 orang siswi mengalami obesitas kemudian sebanyak 3% atau 1 orang siswi mengalami *overweight* dan sebanyak 91% atau 29 siswi berada pada kategori gizi baik.



**Gambar 1.** Sosialisasi Program dan Pengukuran Antropometri

Pada hari kedua pelaksanaan, kegiatan yang dilakukan meliputi edukasi menggunakan media *slide* Microsoft Power Point dan media edukasi cetak berbentuk leaflet. Pelaksanaan

kegiatan ini disertai dengan pemberian *pre test* dan *pos test* untuk mengukur tingkat keberhasilan edukasi mengenai stunting dan KEK (Kekurangan Energi Kronis) yang diberikan. Setelah pengisian, didapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan rata-rata poin dari 47,81 menjadi 79,06 dengan *range* nilai *pre test* sebesar 10-70 meningkat pada *range* nilai *post test* menjadi 50-100. Maka kegiatan ini telah berhasil mencapai target kegiatan yaitu meningkatkan pengetahuan siswi terkait KEK (Kekurangan Energi Kronis) bagi pencegahan stunting. Serta diharapkan kebermanfaatannya pengetahuan yang didapatkan meluas tidak hanya bagi peserta namun juga ke seluruh masyarakat sekolah SMK PGRI 2 Depok.

**Tabel 1.** Status Gizi (LILA) Siswi SMK PGRI 2 Depok

No. Responden	LILA (cm)	Kategori
1	23,5	Normal
2	38	Normal
3	22,5	KEK
4	25,5	Normal
5	36	Normal
6	28	Normal
7	28	Normal
8	26	Normal
9	24	Normal
10	27	Normal
11	24,3	Normal
12	21,5	KEK
13	23	KEK
14	26	Normal
15	29	Normal
16	35	Normal
17	28	Normal
18	25	Normal
19	25	Normal
20	23,5	Normal
21	24	Normal
22	26,5	Normal
23	22	KEK
24	24	Normal
25	25	Normal
26	23,5	Normal
27	23	KEK
28	22,5	KEK
29	25	Normal
30	27,5	Normal
31	23,5	Normal
32	22	KEK

**Tabel 2.** Status Gizi (IMT/U) Siswi SMK PGRI 2 Depok

No. Responden	Usia	TB (cm)	BB (kg)	IMT/U	Kategori
1	17	151,5	38,4	-2	Baik
2	16	160	89,08	6	Obesitas
3	17	165	46,4	-2	Baik
4	17	154,5	48,26	-0,35	Baik
5	16	161,1	73,73	3	Obesitas
6	16	151,5	54,61	1	Baik
7	15	158,6	55,05	0,66	Baik
8	16	158,8	49,81	-0,40	Baik
9	16	161,9	45,95	-1	Baik
10	17	152,1	48	-0,09	Baik
11	16	153	44,05	-1	Baik
12	16	137,5	34,51	-1	Baik
13	16	145,3	39,42	-1	Baik
14	17	148,2	46,04	0,01	Baik
15	16	149,1	57,92	2	Lebih
16	16	153	47,12	-0,23	Baik
17	16	157,6	60	1	Baik
18	16	163,7	47,95	-1	Baik
19	16	160,7	53,8	0,0	Baik
20	15	148,1	38,75	-1	Baik
21	15	145,1	45,11	1	Baik
22	14	163	56,24	1	Baik
23	15	154	43,58	-1	Baik
24	15	150,5	46,61	0,10	Baik
25	15	145,5	43,21	0,03	Baik
26	15	160,1	51,99	0,05	Baik
27	15	151	36,94	-2	Baik
28	15	160,4	48,09	-0,59	Baik
29	15	149,1	41,02	-1	Baik
30	16	143	46,81	1	Baik
31	16	148,6	40,08	-1	Baik
32	15	152,6	40,8	-1	Baik



Gambar 2. Penyuluhan/Edukasi

Evaluasi dari keberlanjutan program adalah kegiatan monitoring dan evaluasi yang kurang karena keterbatasan waktu sehingga tidak dilakukan pengukuran kembali untuk melihat kemajuan sasaran tidak hanya dari pengetahuan namun juga dari tingkat kejadian

KEK (Kekurangan Energi Kronis) dan status gizi.

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Kelompok 86 kelompok kecil 2 ini dilakukan secara offline dengan tetap menerapkan

protokol kesehatan baik kami sebagai mahasiswa maupun peserta kegiatan. Kami berharap dengan kehadiran kami di SMK PGRI 2 Depok dapat memberikan ilmu dan wawasan baru terhadap siswi SMK PGRI 2 Depok dan juga memberikan manfaat bagi pihak sekolah untuk mencegah stunting dan KEK pada remaja putri.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing lapangan dari kelompok 86, yaitu Ibu Fauza Rizqiya, SKM, MKM yang telah membimbing dan membantu kami selama kegiatan KKN ini berlangsung. Terima kasih juga kepada pihak Universitas Muhammadiyah Jakarta, LPPM UMJ dan seluruh Bapak/Ibu panitia KKN UMJ 2022. Tak lupa juga kami ucapkan terima kasih kepada mitra kami, yaitu bapak Muhammad Maulana, ST selaku kepala sekolah SMK PGRI 2 Depok yang telah memberikan dukungannya sehingga program ini dapat terlaksana dengan baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Khodijah Parinduri, S. (2021). Optimalisasi Potensi Remaja Putri Dalam Pencegahan Stunting Di Desa Wangunjaya Kecamatan Leuwisadeng Kabupaten Bogor. *Promotor*, 4(1), 23. <https://doi.org/10.32832/pro.v4i1.5518>
- Permatasari, A., & Iqbal, M. (2021). Sosialisasi Pencegahan Stunting Dengan Edukasi Perbaikan Pola Makan Remaja Putri. *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*, 724–730. <https://doi.org/10.18196/ppm.34.286>
- Sutio, D. (2017). Analisis Faktor-Faktor Risiko terhadap Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Departemen Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Vol. 28 No, 247–256*.
- Syardiansah. (2019). *PENGEMBANGAN KOMPETENSI MAHASISWA ( Studi Kasus Mahasiswa Universitas Samudra KKN Tahun 2017 )*. 57–68.
- Zaki, I., & Sari, H. P. (2019). Edukasi Gizi Berbasis Media Sosial Meningkatkan Pengetahuan Dan Asupan Energi-Protein Remaja Putri Dengan Kurang Energi Kronik (Kek). *Gizi Indonesia*, 42(2), 111. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v42i2.469>