



## Pemberdayaan Santriwati Pondok Pesantren Qamarul Huda untuk Meningkatkan Peran dan Kontribusi Remaja dalam Pencegahan Stunting

**Lalu Hersika Asmawariza, Sulwiyatul Kamariah Sani, Lalu Sulaiman**  
**Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu**

\*Corresponding Author e-mail: [sulwiyatul@gmail.com](mailto:sulwiyatul@gmail.com)

**Received: February 2024; Revised: April 2024; Published: Mei 2024**

### Abstrak

Salah satu faktor penyebab terjadinya stunting adalah kondisi ibu pada saat remaja. Pondok pesantren sebagai salah satu institusi formal bagi para remaja putri dapat menjadi media penyebaran informasi guna mengatasi pemasalahan tersebut. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk melakukan pemberdayaan kepada santriwati sehingga diharapkan santriwati yang telah mendapatkan pemberdayaan dapat menjadi agen perubahan (*agent of change*) khususnya bagi rekan sebayanya. Adanya pertukaran informasi antar rekan sebaya akan mempermudah informasi tersebut untuk diterima, difahami dan diyakini dalam mempercepat proses perubahan perilaku. Sehingga harapannya semakin luas informasi yang tersebar ke masyarakat akan meningkatkan kesadaran masyarakat khususnya dalam peningkatan kesehatan keluarga. Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan yang dilakukan kepada 25 orang santriwati di Pondok Pesantren Qamarul Huda. Dari hasil kegiatan pengabdian ini diperoleh bahwa terjadi peningkatan pengetahuan remaja tentang stunting, kesehatan dan gizi remaja, perencanaan keluarga, peran remaja dalam pencegahan stunting, kesehatan reproduksi dan pernikahan dini serta teknik komunikasi dan konseling sebesar 26,80 atau 53,54%. Langkah berikutnya diperlukan sebuah wadah dalam bentuk komunitas untuk menyebarluaskan informasi terkait stunting kepada sesama santriwati dan masyarakat luas.

**Kata Kunci:** Santriwati, Remaja, Pencegahan Stunting

## ***Empowering Female Students at Qamarul Huda Islamic Boarding School to Increase the Role and Contribution of Teenagers in Preventing Stunting***

### Abstract

*One of the factors of stunting is mother's condition when she was a teenager. Islamic boarding schools as a formal institution for young women can be a medium for disseminating information to overcome these problems. The aim of this service is to empower female students so that it is hoped that female students who have received empowerment can become agents of change, especially for their peers. The exchange of information between peers will make it easier for this information to be received, understood and believed in, accelerating the process of behavior change. So it is hoped that the wider the information that is spread to the public will increase public awareness, especially in improving family health. The method used in this activity was counseling carried out to 25 female students at the Qamarul Huda Islamic Boarding School. From the results of this service activity, it was found that there was an increase in teenagers' knowledge about stunting, teenage health and nutrition, family planning, the role of teenagers in preventing stunting, reproductive health and early marriage as well as communication and counseling techniques by 26.80 or 53.54%. The next step requires a forum in the form of a community to disseminate information related to stunting to fellow female students and the wider community.*

**Keywords:** Female Students, Teenagers, Stunting Prevention

**How to Cite:** Asmawariza, L. H., Sani, S. K., & Sulaiman, L. (2024). Pemberdayaan Santriwati Pondok Pesantren Qamarul Huda untuk Meningkatkan Peran dan Kontribusi Remaja dalam Pencegahan Stunting . *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 6(2), 143–151. <https://doi.org/10.36312/sasambo.v6i2.1715>



<https://doi.org/10.36312/sasambo.v6i2.1715>

Copyright© 2024, Asmawariza et al

This is an open-access article under the CC-BY-SA License.



## PENDAHULUAN

Berdasarkan Laporan Riskesdas Provinsi Nusa Tenggara Barat tahun 2018, proporsi balita stunting yaitu sebesar 33,5% (Riskesdas NTB, 2018). Di Kabupaten Lombok Tengah sendiri angka stunting memang mengalami penurunan hingga tahun 2020 tercatat sebesar 27,79% kasus (NTB, 2020). Tingginya kasus stunting yang ada di Lombok Tengah tidak lepas dari kurangnya pengetahuan masyarakat terkait dengan stunting dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Beberapa hasil penelitian menyebutkan bahwa stunting banyak dipengaruhi oleh kebersihan lingkungan yang buruk, pernikahan dini, pengetahuan gizi, pola asuh, berat badan lahir rendah, ibu hamil resiko tinggi dan kondisi ibu saat remaja (Puspasari & Pawitaningtyas, 2020). Namun, kurangnya pengetahuan remaja sebagai calon orang tua tentang gizi, kesehatan reproduksi, perencanaan keluarga hingga pengasuhan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dapat menjadi faktor terjadinya stunting (Siswantara, 2022).

Kesadaran remaja terkait asupan gizinya harus sudah dibangun sedari dini sebab mereka adalah calon orang tua penerus generasi bangsa. Hasil Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa masih banyak remaja yang berada dalam kondisi kurus dan sangat kurus. Angka KEK pada remaja (Usia 15-19 tahun) sebesar 49,94% (Riskesdas NTB, 2018). Kalau kita perhatikan kondisi remaja yang ada di Kabupaten Lombok Tengah saat ini, menurut hasil survei pada 11 unit pendidikan setingkat SMP dan SMA di Kabupaten Lombok Tengah ditemukan bahwa 55,2 % remaja putri mengalami KEK dan 5,1% mengalami anemia (Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Tengah, 2020). Penting diketahui bahwa remaja dimasa mendatang akan berperan sebagai orangtua. Mereka inilah yang nantinya akan berperan besar dalam mencetak generasi penerus yang berkualitas. Remaja merupakan kelompok potensial yang bisa dilibatkan dalam program pencegahan stunting. Upaya ini dapat dilakukan salah satunya melalui institusi/organisasi pendidikan dimana remaja tersebut berada, seperti pondok pesantren. Salah satunya yaitu Pondok Pesantren Qamarul Huda.

Pondok Pesantren sebagai salah satu lembaga pendidikan islam tertua memiliki peranan yang besar dalam rangka penanggulangan stunting khususnya di kalangan remaja. Terlebih lagi umumnya para alumni pondok pesantren akan menjadi para pendakwah di kalangan masyarakat di mana mereka berdomisili sehingga peran serta mereka dalam menyebarkan informasi akan memberikan dampak besar khususnya yang berkaitan dengan stunting. Namun hingga saat ini, materi terkait kesehatan remaja sebagai faktor penyebab stunting masih belum secara optimal diberikan oleh Pondok Pesantren khususnya di Pondok Pesantren Qamarul Huda. Berdasarkan wawancara kami dengan Pengurus Pondok Pesantren, terdapat beberapa permasalahan yang berhasil kami inventarisasi antara lain:

1. Kurangnya pembelajaran tentang gizi dan kesehatan yang diberikan oleh para ustaz (pengasuh). Hal ini diketahui dari hasil wawancara dengan kepala ponpes yang mengatakan bahwa pemberdayaan tentang kesehatan dan gizi dari instansi terkait sudah ada namun masih kurang
2. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja (KRR)
3. Kurangnya pengetahuan tentang bahaya pernikahan di usia anak bagi kesehatan ibu dan anak

4. Kurangnya pengetahuan para santri tentang Pengasuhan 1000 HPK, penyebab stunting dan bagaimana cara pencegahan dan penangguangannya.

Sehingga berdasarkan pada analisis situasi dan permalahan mitra yang sudah disebutkan di atas, kami menyimpulkan bahwa permasalahan prioritas yang perlu penanganan antara lain masih rendahnya tingkat pengetahuan remaja putri Pondok Pesantren Qamarul Huda terkait kesehatan remaja. Oleh karena itu perlu dilakukannya suatu pemberdayaan khususnya pada remaja putri yang ada di Pondok Pesantren Qamarul Huda terkait kesehatan remaja baik itu tentang gizi, kesehatan reproduksi, pernikahan dini hingga stunting. Selain itu, setelah dilakukannya suatu pemberdayaan maka perlu dilakukan pembentukan suatu komunitas bagi remaja putri yang ada di Pondok Pesantren Qamarul Huda untuk menyebarkan informasi yang telah mereka dapatkan kepada teman sebaya hingga masyarakat sekitar. Harapannya, mereka dapat menjadi inisiator untuk teman-teman yang lain dalam memberikan informasi dan informasi terkait nutrisi, kesehatan remaja dan kaitannya dengan stunting sehingga pada akhirnya kegiatan ini dapat menjadi salah satu langkah dalam menurunkan angka stunting. Sehingga tujuan kami melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk melakukan pemberdayaan guna meningkatkan pengetahuan remaja putri Pondok Pesantren Qamarul Huda terkait kesehatan remaja khususnya tentang gizi, kesehatan reproduksi, pernikahan dini dan stunting.

## METODE PELAKSAAN

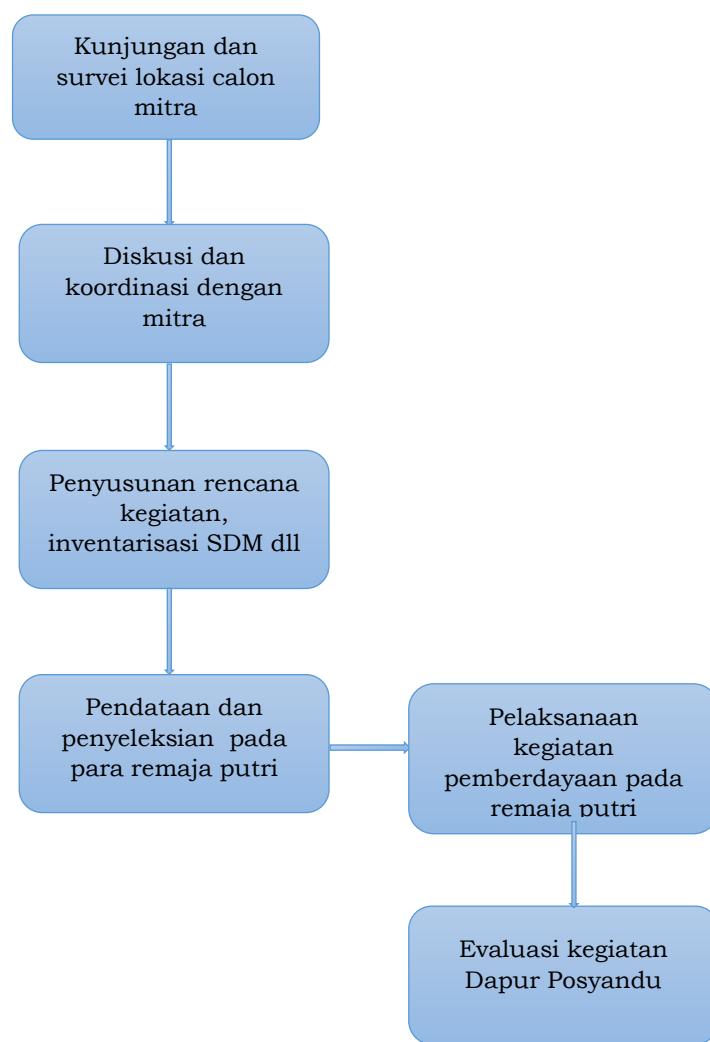
Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan di Yayasan Pondok Pesantren Qamarul Huda Badaruddin Bagu Desa Bagu Kecamatan Jonggat Kabupaten Lombok Tengah. Adapun metode yang digunakan yaitu penyuluhan yang dilakukan oleh beberapa narasumber terkait kepada remaja putri dimana sasaran dari kegiatan ini adalah santriwati (remaja putri) jenjang MTs dan MA sebanyak 25 orang. Kegiatan pemberdayaan ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2023. Adapun tahapan kegiatan yang dilakukan antara lain:

1. Kunjungan (anjangsana) dan survey kepada mitra guna melihat dan memotret permasalahan yang dihadapi oleh mitra.
2. Melakukan diskusi dan koordinasi dengan mitra terkait solusi yang ditawarkan oleh tim pelaksana pengabdian dan komitmen atau kesediaan mitra untuk melakukan kerjasama.
3. Inventarisasi sumber daya manusia (SDM) dan sumber daya lainnya yang bisa mendukung kelancaran pelaksanaan kegiatan baik saat proses pemberdayaan maupun saat penerapan hasil pemberdayaan dalam upaya penanggulangan stunting.
4. Pendataan dan penyeleksian pada para remaja putri yang akan dilibatkan dalam kegiatan pemberdayaan
5. Melakukan proses pemberdayaan kepada para remaja putri yang meliputi:
  - a. Memberikan pemahaman terkait nutrisi pada remaja: pola gizi seimbang dan makanan sehat dan bergizi

- b. Memberikan pemahaman terkait kesehatan remaja, kesehatan reproduksi, perencanaan keluarga, serta bahaya pernikahan usia anak serta 1000 HPK
- c. Memberikan pemahaman terkait stunting
- d. Memberikan pengetahuan terkait teknik komunikasi/konseling, peran dan kontribusi remaja putri dalam pencegahan stunting

Evaluasi dari kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan instrumen *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui adanya peningkatan peningkatan pengetahuan remaja putri yang diberdayakan melalui kegiatan pemberdayaan tentang nutrisi/gizi remaja dan stunting.

Adapun tahapan-tahapan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dapat dilihat pada gambar berikut ini:



**Gambar 1.** Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat

## HASIL DAN DISKUSI

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan peran dan kontribusi remaja dalam penanggulangan

stunting dengan memberikan pemberdayaan kepada santriwati/remaja putri di Yayasan Pondok Pesantren Qamarul Huda Badaruddin Bagu. Harapannya melalui kegiatan ini terjadi peningkatan pengetahuan pada remaja putri yang telah diberikan pemberdayaan terkait gizi remaja dan stunting

Sebelum diberikan pemberdayaan, terlebih dahulu dilakukan sarasehan oleh tim pelaksana PMP kepada pimpinan pondok pesantren. Kegiatan ini dilaksanakan dalam rangka memberikan pemaparan terkait rencana kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan. Dalam kegiatan ini dilakukan juga advokasi kepada pimpinan ponpes terkait kegiatan yang akan dilaksanakan juga hal-hal yang melatarbelakanginya.



**Gambar 2.** Sarasehan kepada Pimpinan Pondok Pesantren Qamarul Huda

Tahapan berikutnya yaitu dilakukan seleksi calon peserta kegiatan pemberdayaan. Pada kegiatan ini, dilakukan pendataan kepada santriwati (remaja putri) jenjang MTs dan MA kemudian dipilih sejumlah 25 orang santriwati yang akan diberikan pemberdayaan. Selain itu, tim pelaksana kegiatan pengabdian melakukan juga melakukan *briefing* terlebih dahulu kepada seluruh calon peserta yang dilatih seperti yang ditunjukkan pada gambar 3. Jumlah peserta yang terpilih sebanyak 25 orang dimana 13 orang peserta berasal dari MA dan 12 orang peserat berasal dari MTs Qamarul Huda yang mana seluruhnya merupakan santriwati dari Pondok Pesantren Qamarul Huda.



**Gambar 3.** Pendataan dan *Briefing* terhadap santriwati calon peserta kegiatan pengabdian

Berikutnya dilakukan kegiatan pemberdayaan kepada santriwati seperti yang ditunjukkan pada Gambar 5 dan 6. Adapun kegiatan ini dilaksanakan selama dua hari dimana pada hari pertama diberikan pemaparan materi yang berkaitan dengan stunting dan 1000 HPK.



**Gambar 4.** Kegiatan Pemberdayaan pada remaja putri hari ke-1

Selanjutnya pada hari kedua, diberikan pemaparan materi tentang gizi remaja, perencanaan keluarga, peran remaja dalam pencegahan stunting, teknik komunikasi dan konseling, kesehatan reproduksi dan pernikahan dini. Materi yang diberikan disampaikan oleh narasumber yang berasal dari beberapa instansi terkait seperti dinas kesehatan (bidan, ahli gizi) dan Dinas Pemberdayaan Perempuan Perlindungan Anak Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3AP2KB).



**Gambar 5.** Kegiatan Pemberdayaan pada remaja putri hari ke-2 Evaluasi hasil kegiatan pelatihan yang bersifat kognitif dilihat berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan data ini dapat dilihat tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyajian materi yang ditunjukkan pada tabel berikut:

**Tabel 1.** Hasil Pre-test dan Post-test

No	Materi pelatihan	Mean Pre-test	Mean Post-test	Mean (Pre- Post-test)	p value
1	Stunting	52,80	82,00	29,20	0,000
2	Gizi remaja	49,60	80,80	31,20	0,000
3	Perencanaan keluarga	48,00	77,6	29,60	0,000
4	Peran remaja dalam pencegahan stunting	50,80	77,20	26,40	0,000
5	Teknik komunikasi dan konseling	51,60	74,80	23,20	0,000
6	Kesehatan reproduksi	49,60	73,20	23,60	0,000
7	Pernikahan dini	48,00	72,40	24,40	0,000
<b>Nilai rata-rata</b>		<b>50,05</b>	<b>76,85</b>	<b>26,80</b>	

Sumber: Data Primer (2023)

Dari hasil uji statistik dengan menggunakan uji T berpasangan diperoleh hasil bahwa dari semua materi yang diberikan diperoleh bahwa p value lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian disimpulkan bahwa terdapat peningkatan nilai yang signifikan antara nilai pre dan post test dengan nilai rata-rata peningkatan pengetahuan sebesar 26,80 atau dengan persentase peningkatan pengetahuan peserta sebesar 53,54%. Hal ini juga sejalan dengan kegiatan sejenis yang dilakukan dimana terjadi peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan pemberdayaan yang berkaitan dengan stunting(Selviana, Sari, Fadhila, & Ramadhan, 2023; Sulaiman, Sani,

Irawati, & Susilawati, 2022; Syafira, Novianti, & Susanti, 2023). Upaya yang dilakukan ini merupakan bentuk perwujudan komitmen dan kontribusi dari 5 pilar pencegahan stunting.

## KESIMPULAN

Dari kegiatan pemberdayaan yang dilakukan kepada santriwati/remaja putri di Pondok Pesantren Qamarul Huda dalam rangka meningkatkan peran dan kontribusi remaja dalam penanggulangan stunting didapatkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan remaja yang berkaitan dengan stunting, kesehatan dan gizi remaja, perencanaan keluarga, peran remaja dalam pencegahan stunting, kesehatan reproduksi dan pernikahan dini serta teknik komunikasi dan konseling yang dibuktikan dengan hasil uji statistik dimana terjadi peningkatan pengetahuan rerata sebesar 26,80 atau 53,54%.

## REKOMENDASI

Perlu dibentuk sebuah wadah dalam bentuk komunitas bagi satriwati/remaja putri yang telah mendapatkan pemberdayaan dalam rangka menyebarluaskan informasi terkait gizi remaja dan stunting kepada sesama santriwati dan masyarakat luas.

## ACKNOWLEDGMENT

Ucapan terima kasih kepada Direktorat Riset, Teknologi, dan Pengabdian kepada Masyarakat (DRTPM) Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi yang sudah memberikan pendanaan pengabdian kepada masyarakat melalui skema PMP (Pengabdian Masyarakat Pemula), Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini sehingga dapat berjalan lancar serta semua pihak yang ikut terlibat dan mendukung kegiatan ini.

## KONTRIBUSI AUTHOR

Masing-masing penulis memiliki kontribusi mulai dari pengumpulan data hingga proses publikasi. Penulis pertama berperan sebagai koordinator utama kegiatan pengabdian dengan melakukan survei mitra, kerjasama dengan mitra, koordinasi pelaksanaan kegiatan PKM dan evaluasi kegiatan PKM. Penulis kedua melakukan survei dengan mitra, koordinasi dan kerjasama dengan mitra dan narasumber, membantu dalam pelaksanaan kegiatan PKM, membantu dalam pembuatan laporan dan publikasi serta penulis ketiga berperan dalam membantu dalam koordinasi. Melakukan koordinasi dan kerjasama dengan mitra, membantu dalam pelaksanaan kegiatan PMP dan analisis data.

## REFERENCES

- Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Tengah. (2020). Jumlah Presentase Prevalensi Stunting Per Kecamatan Tahun 2020. Retrieved from <https://satudata.lomboktengahkab.go.id/detaildatasektoral/615cf02d11c>
- NTB, D. K. P. (2020). *Status Gizi Balita Berdasarkan Indeks BB/U, TB/U, dan BB/TB Menurut Kecamatan dan Puskesmas Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2020*. Retrieved from [https://data.ntbprov.go.id/sites/default/files/Status\\_Gizi\\_Balita](https://data.ntbprov.go.id/sites/default/files/Status_Gizi_Balita)

- berdasarkan indeks BB-U%2C TB-U%2C dan BB-TB di NTB Tahun 2020.xlsx
- Puspasari, H. W., & Pawitaningtyas, I. (2020). Masalah Kesehatan Ibu Dan Anak Pada Pernikahan Usia Dini Di Beberapa Etnis Indonesia; Dampak Dan Pencegahannya. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 23(4), 275–283. <https://doi.org/10.22435/hsr.v23i4.3672>
- Riskesdas NTB, R. (2018). *Laporan RISKESDAS NTB 2018. Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical* (Vol. 44).
- Selviana, S., Sari, P., Fadhila, D., & Ramadhan, R. (2023). Pendampingan Dan Peningkatan Kapasitas Kader Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Sungai Kakap, 5(4), 674–682.
- Siswantara, P. (2022). Santri sebagai Kekuatan Baru Dalam Penanggulangan Stunting. Retrieved from <https://news.unair.ac.id/2021/03/19/santri-sebagai-kekuatan-baru-dalam-penanggulangan-stunting/?lang=id>
- Sulaiman, L., Sani, S. K., Irawati, E., & Susilawati, E. (2022). Peningkatan Kemandirian Ibu dalam Pencegahan Stunting melalui Program Dapur Posyandu di Desa Sukarara, Jonggat, Lombok Tengah. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 5, 2160–2172.
- Syafira, T., Novianti, F., & Susanti, E. D. (2023). enyuluhan Pencegahan Stunting Melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Olahan Mp-Asi Pada Generasi Z, 5(4), 721–728.