

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada bayi dan anak akibat masalah kurang gizi kronis yang terjadi ketika asupan gizi kurang dalam jangka waktu yang cukup lama. Menurut WHO (2015), stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang (PB/U) atau tinggi badannya (TB/U) berada di bawah standar. Stunting dapat terjadi mulai dari dalam kandungan ibu dan baru nampak pada saat anak berusia dua tahun (Kemenkes RI, 2016).

Stunting merupakan salah satu target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang termasuk dalam tujuan berkelanjutan kedua, yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada pilar pembangunan sosial dengan target pencapaian maksimal hingga 2030 (Bappenas, 2020). Kasus stunting di Indonesia banyak terjadi pada balita dan anak. Pasalnya, stunting masih menjadi masalah gizi utama bagi bayi dan anak di bawah usia dua tahun. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan pada 2019 menyebutkan, sebanyak 6,3 juta balita dari 23 juta populasi atau 27,7% balita di Indonesia menderita stunting. Jumlah tersebut masih jauh dari nilai standar minimal yang ditentukan oleh WHO, yaitu di bawah 20% (Kemenkes, 2019).

Pada 2021, prevalensi stunting pada anak dan balita di Indonesia tercatat sebesar 24,4%. Selanjutnya, pada Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 diperoleh angka stunting sebesar 21,6% (Kemenkes RI, 2022). Dari data tersebut, terdapat penurunan sebesar 2,8% setahun. Namun, penurunan tersebut dinyatakan belum signifikan dan masih tergolong tinggi dari standar angka stunting yang telah ditetapkan oleh WHO. Oleh karena itu, pemerintah menargetkan angka stunting mencapai 14% pada 2024.

Sebagai salah satu kota utama di Indonesia, Jakarta masih memiliki angka stunting pada anak yang cukup tinggi yaitu 14,8% pada 2022. Bahkan, berdasarkan data hasil Survei Kesehatan Indonesia (2023), angka stunting pada anak di Jakarta

meningkat menjadi 17,6%. Jakarta Utara memiliki tingkat stunting tertinggi di DKI Jakarta pada 2023 sebesar 19,8%, dan yang terendah adalah Jakarta selatan yaitu 16,6%. Data Badan Pusat Statistik Jakarta Utara menyatakan, jumlah balita usia 0-4 tahun sebanyak 142.617 jiwa dan jumlah anak usia 5-9 tahun sebanyak 139.500 jiwa (BPS, 2024). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021 menyebutkan, 1 dari 5 balita di Jakarta Utara mengalami stunting atau sebanyak 20,4% dari jumlah populasi (Kemenkes RI, 2021). Selanjutnya, pada 2022 SSGI melaporkan angka prevalensi stunting pada anak secara keseluruhan di Jakarta Utara menurun menjadi 18,5% (Kemenkes RI, 2022). Kemudian, pada 2023 Survei Kesehatan Indonesia melaporkan terjadi kenaikan angka stunting di Jakarta Utara menjadi 19,8%.

Ada beberapa faktor yang menyebabkan seseorang dapat menderita stunting. Menurut (Sukirno, 2019) faktor penyebab stunting di antaranya yaitu kurangnya gizi makro secara terus menerus, status gizi ibu yang buruk pada masa kehamilan, perawakan ibu yang juga pendek, dan pola asuh yang kurang baik terutama pada perilaku dan praktik pemberian makan kepada anak. Faktor lain yang menyebabkan terjadinya stunting adalah anemia. Anemia pada remaja putri dapat berdampak signifikan pada kesehatan calon ibu dan bayi yang akan dilahirkan, termasuk meningkatkan risiko stunting pada anak. Menurut Manikam (2023), sekitar 18,4% - 32% remaja di Indonesia mengalami anemia, khususnya remaja putri. Remaja putri yang menderita anemia cenderung memiliki cadangan zat besi yang rendah, kekurangan oksigen, dan nutrisi rendah yang dapat mengakibatkan janin yang nanti akan dikandungnya tidak mendapatkan cukup zat besi untuk pertumbuhan yang optimal di rahim dan dapat menyebabkan berat badan lahir rendah (BBLR) dan risiko stunting pada bayi yang dilahirkan.

Untuk memperkuat urgensi penelitian yang akan dilakukan, peneliti telah melakukan penelitian pendahuluan di empat sekolah menengah atas yang terdapat di kecamatan Cilincing, Jakarta Utara yang dipilih secara acak. Di antaranya adalah satu Sekolah Menengah Atas (SMA), dua Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), dan satu Madrasah Aliyah (MA). Setelah dilakukan penyebaran kuesioner melalui *google form* kepada 25 remaja putri (siswa) di empat sekolah tersebut, diperoleh data bahwa 68% dari mereka merasakan gejala seperti sering kelelahan, jantung

berdebar secara tiba-tiba, pusing ketika bangkit dari posisi duduk, dan kulit kering serta terlihat pucat.

Ciri-ciri anemia yang dialami pada beberapa responden dapat dikaitkan dengan latar belakang keluarga. Sebagian responden berasal dari keluarga dengan status ekonomi menengah ke bawah. Pola konsumsi menunjukkan bahwa 40% responden lebih sering mengonsumsi makanan dari warung atau makanan matang dari luar dibandingkan memasak sendiri di rumah, yang mungkin kurang mengandung nutrisi seimbang. Sebanyak 60% responden mengatakan makanan yang dikonsumsi sehari-hari belum memenuhi kebutuhan gizi harian. Korelasi ini menunjukkan adanya keterbatasan ekonomi, jumlah tanggungan keluarga, serta pola makan sehari-hari menjadi latar belakang yang relevan terhadap risiko anemia dan kadar hemoglobin rendah pada responden.

Remaja putri adalah subjek utama dan *entry point* untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Berinvestasi pada kesehatan anak perempuan adalah kunci untuk mencapai agenda pembangunan berkelanjutan (Patimah, 2021). Namun, kondisi gizi remaja putri di Indonesia masih menjadi masalah yang harus diselesaikan. Menurut Retni & Arfianti (2023), remaja di Indonesia kini dihadapkan dengan tiga beban gizi dengan koeksistensi antara gizi kurang, gizi lebih, dan kekurangan zat gizi mikro yang biasa disebut *triple burden*. Selain itu, masalah gizi lain yang kerap terjadi pada remaja putri adalah anemia, gizi kurang akibat diet yang tidak tepat, dan obesitas akibat rasa ingin mencoba yang tinggi pada sejumlah makanan kekinian yang tinggi gula dan garam (Kemenkes, 2023).

Menurut Soekirman (2024), terdapat perubahan kebijakan global untuk 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menjadi 8.000 HPK. Fokus pada 1.000 HPK merupakan investasi yang penting, tetapi upaya itu perlu dilanjutkan hingga 7.000 HPK selanjutnya (21 tahun ditambah 270 hari masa kandungan ibu). Selanjutnya, ini menjadi upaya memperluas intervensi kesehatan yang dirancang dengan baik bagi anak usia pertengahan dan remaja agar dapat menjadi investasi besar pembangunan manusia.

Berdasarkan fakta di atas, perlu adanya intervensi upaya perencanaan gizi seimbang pada remaja putri berupa edukasi untuk mencegah risiko bayi lahir stunting. Hal ini sejalan dengan perubahan kebijakan global tentang 8.000 HPK

untuk memfokuskan edukasi perencanaan serta perbaikan gizi bagi remaja putri dalam mengoptimalkan upaya pencegahan stunting melalui calon ibu yang sehat agar tidak terjadi kelahiran bayi stunting di masa depan. Menurut Safitri & Fitrianti (2016), edukasi gizi merupakan suatu metode serta upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku makan sehingga terciptanya status gizi optimal. Edukasi gizi adalah pendekatan edukatif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap gizi. Semakin tinggi pengetahuan mereka akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku konsumsi makanan. Media edukasi gizi harus disesuaikan dengan kebutuhan serta karakteristik sasaran agar tujuan dapat tercapai dan maksimal (Femyliati & Kurniasari, 2022).

Saat ini sejumlah media banyak dikembangkan untuk pencegahan dan pengendalian kasus stunting sebagai upaya preventif kasus stunting. Media yang telah banyak dikembangkan berupa video edukatif dan *flipbook*. Hal ini merujuk pada penelitian yang telah dilakukan oleh Aisy et al. (2022), tentang pengembangan video edukasi pencegahan stunting melalui pemahaman ibu dan penyusunan menu sehat untuk ibu menyusui. Selanjutnya, penelitian tentang pengembangan *flipbook* dengan judul *Buku Pintar Cegah Stunting* sebagai upaya edukasi dalam pencegahan stunting (Lestari et al., 2023). Namun, belum ada media yang mengkhususkan pada pencegahan stunting untuk intervensi gizi pada 8000 HPK yang ditujukan kepada remaja putri. Dengan demikian, perlu adanya pengembangan media baru, untuk memberi edukasi preventif pada pencegahan stunting bagi remaja putri.

Berdasarkan data hasil penelitian pendahuluan, media yang sering digunakan dalam mengakses informasi tentang stunting adalah internet (64%), berita dari televisi (16%), dan penyuluhan atau informasi dari sekolah (20%). Sebanyak 92% responden mengalami kesulitan mendapatkan dan mengakses informasi tentang stunting dan 84% responden merasa tidak cukup dengan informasi yang telah didapat. Sebanyak 92% responden mengatakan media yang digunakan untuk mencari informasi mengenai stunting selama ini membosankan. Sebanyak 84% responden menjawab diperlukan adanya pengembangan media edukasi penunjang yang menarik untuk mendapatkan pengetahuan tentang stunting. Pada analisis kebutuhan awal, didapatkan data bahwa media yang diinginkan oleh responden adalah berupa *flipbook* (16%), *e-modul* (72%), dan buku saku (12%). Sehingga,

dapat disimpulkan bahwa responden memiliki kebutuhan dan ketertarikan yang tinggi terhadap pengembangan media edukasi dalam bentuk *e-modul*.

Berdasarkan paparan data di atas, maka peneliti terpikirkan perlu dilakukan pengembangan media edukasi berupa *e-modul* yang interkatif, yaitu *e-modul* perencanaan gizi seimbang dalam pencegahan stunting bagi remaja putri. Media *e-modul* ini merupakan sarana edukasi gizi yang memuat materi serta metode yang dirancang secara sistematis, inovatif dan menarik dengan memuat informasi mengenai pemahaman remaja putri terhadap perencanaan gizi seimbang meliputi kebutuhan gizi harian, status gizi remaja putri, dan resep inovatif menu makan remaja putri dalam pencegahan stunting sejak dini. *E-Modul* dinilai sesuai dengan usia remaja karena memiliki tampilan yang menarik dan Bahasa yang mudah dipahami (Hikmah et al., 2019). Penelitian pengembangan *e-modul* ini merujuk pada hasil penelitian yang menunjukkan bahwa *e-modul* dinilai dapat meningkatkan literasi siswa dalam memahami suatu materi dan dapat memudahkan proses pembelajaran dimanapun dan kapanpun (Latri, 2023).

Media edukasi ini fokus dikembangkan untuk remaja putri dalam upaya percepatan pencegahan stunting melalui perencanaan gizi seimbang bagi remaja putri. *E-Modul* yang dikembangkan hanya meliputi pengujian produk berupa penilaian kelayakan, apakah produk yang dibuat sudah sesuai dengan kelayakan media edukasi. Pada pengembangan media pembelajaran dan atau edukasi, diperlukan model pengembangan yang dapat digunakan. Pada pembuatan *e-modul*, model yang sesuai untuk digunakan dalam pengembangannya adalah 4D (*define, design, develop, disseminate*). Model 4D dinilai memiliki tahapan yang terprogram dengan baik, sederhana, mudah dipahami dan sistematis dalam pengimplementasiannya. Oleh karena itu, media yang biasa dikembangkan dengan model tersebut adalah buku dan bahan ajar (Riayah, 2020).

Merujuk pada penelitian sebelumnya, pengembangan *e-modul* dengan model 4D dapat memudahkan peserta didik untuk membaca dan memahami materi belajar (Wati et al., 2022). Hal ini juga diperkuat kembali dengan hasil penelitian dari Emilia et al. (2020), yang menyatakan bahwa pengembangan media *e-modul* dapat memberikan pemahaman tentang pesan-pesan pada pendidikan gizi dengan metode 4D sehingga dinilai valid dan layak untuk digunakan.

Berdasarkan hasil analisis di atas, peneliti tertarik melakukan pengembangan media edukasi berupa *e-modul* dengan judul “*E-Modul Pencegahan Stunting bagi Remaja Putri*”. Penelitian ini dilakukan sebagai salah satu sumber belajar dalam upaya peningkatan pemahaman pentingnya pencegahan stunting bagi remaja putri. Produk penelitian diharapkan dapat digunakan dengan efektif dan efisien. Selain itu, penelitian ini dapat mengedukasi remaja putri tentang pentingnya menjaga pola hidup sehat dan perencanaan gizi seimbang dalam mencegah stunting. Dengan demikian, penggunaan *e-modul* pencegahan stunting dan perencanaan gizi seimbang bagi remaja putri dapat dijadikan alternatif untuk memperbaiki dan meningkatkan mutu media digital yang sudah ada.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka didapatkan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya pengetahuan masyarakat Indonesia terutama remaja putri tentang pentingnya menjaga gizi seimbang untuk mencegah stunting sedini mungkin.
2. Adanya perubahan kebijakan global intervensi gizi seseorang dari 1000 HPK menjadi 8000 HPK.
3. Adanya peluang untuk memutus rantai stunting dengan menyiapkan calon ibu sehat.
4. Belum banyak tersedia media edukasi pencegahan stunting yang memfokuskan pada perencanaan gizi seimbang bagi remaja putri.
5. Peran sekolah dan keluarga yang kurang maksimal dalam mengedukasi remaja putri tentang pentingnya menjaga pola hidup sehat dalam mencegah stunting.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah, maka harus adanya pembatasan masalah untuk membuat penelitian terfokus dan terarah, di antaranya:

1. Pengembangan media edukasi *e-modul* perencanaan gizi seimbang dalam pencegahan stunting bagi remaja putri.

2. Kelayakan media *e-modul* perencanaan gizi seimbang dalam pencegahan stunting bagi remaja putri.

1.4. Perumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana mengembangkan media edukasi *e-modul* perencanaan gizi seimbang dalam pencegahan stunting bagi remaja putri?
2. Bagaimana kelayakan media edukasi *e-modul* perencanaan gizi seimbang dalam pencegahan stunting bagi remaja putri?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengembangkan media edukasi *e-modul* perencanaan gizi seimbang dalam pencegahan stunting bagi remaja putri.
2. Menguji kelayakan media edukasi *e-modul* perencanaan gizi seimbang dalam pencegahan stunting bagi remaja putri.

1.6. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat teoritis dan praktis:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bisa dijadikan informasi dan referensi sebagai salah satu cara untuk mencegah stunting sejak dini, melalui *e-modul* perencanaan gizi seimbang bagi remaja putri yang dapat diterapkan sehari-hari untuk mencegah stunting.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti

Penelitian ini bermanfaat bagi peneliti untuk menambah pengetahuan serta wawasan proses pengembangan media edukasi pencegahan stunting sejak dini melalui perencanaan menu makan dengan gizi seimbang yang sesuai untuk memenuhi kebutuhan gizi harian.

b. Bagi pembaca

Pembaca atau lebih khususnya remaja putri sebagai subjek, diharapkan mendapatkan pengetahuan tentang pentingnya memperbaiki pola hidup dengan pengaturan keseimbangan gizi yang harus dipenuhi dan dikonsumsi sehari-hari sebagai upaya dalam mencegah dan memutus rantai kasus stunting sedini mungkin

