

Efektivitas Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Gizi Pada Remaja Putri Dalam Pencegahan Stunting

Munaaya Fitriyya^{1*}, Nevia Zulfatunnisa², Wijayanti³, Rizka Fatmawati⁴

^{1,2,3,4}S1 Kebidanan dan profesi/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah PKU Surakarta

*Email: munaayaf@umpku.ac.id

Kata Kunci:

Remaja putri;
kesehatan
reproduksi; gizi;
stunting; asuhan
kebidanan

Abstrak

Stunting masih menjadi masalah kesehatan yang berdampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia. Upaya pencegahan stunting tidak hanya berfokus pada masa kehamilan dan balita, tetapi perlu dimulai sejak masa pra-konsepsi, khususnya pada remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas edukasi kesehatan reproduksi dan gizi pada remaja putri sebagai upaya pencegahan stunting sejak masa pra-konsepsi. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan quasi-experimental one group pretest-posttest. Responden berjumlah 40 remaja putri kelas III SMA usia 16–18 tahun di Pondok Pesantren Putri Al Mukmin Sukoharjo yang dipilih dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan kesehatan reproduksi dan gizi sebelum dan sesudah edukasi. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rerata skor pengetahuan dari $7,05 \pm 0,904$ sebelum edukasi menjadi $8,63 \pm 0,774$ setelah edukasi, dengan perbedaan yang bermakna secara statistik ($p < 0,001$). Edukasi kesehatan reproduksi dan gizi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri sebagai bagian dari asuhan kebidanan promotif dalam pencegahan stunting sejak masa pra-konsepsi.

Effectiveness of Reproductive Health and Nutrition Education for Adolescent Girls in Preventing Stunting

Keyword:

Adolescent girls;
reproductive health;
nutrition; stunting;
midwifery care

Abstract

Stunting remains a major public health problem with long-term impacts on human resource quality. Stunting prevention should not only focus on pregnancy and early childhood but must begin during the preconception period, particularly among adolescent girls. This study aimed to determine the effectiveness of reproductive health and nutrition education for adolescent girls as an early strategy to prevent stunting. A quantitative study with a quasi-experimental one group pretest-posttest design was conducted. The participants were 40 female adolescents aged 16–18 years from the third grade of senior high school at Al Mukmin Islamic Boarding School, selected using total sampling. Data were collected using a structured questionnaire to assess knowledge of reproductive health and nutrition before and after the educational intervention. Data were analyzed using univariate analysis

and the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed an increase in the mean knowledge score from 7.05 ± 0.904 before the intervention to 8.63 ± 0.774 after the intervention, with a statistically significant difference ($p < 0.001$). Reproductive health and nutrition education was effective in improving adolescent girls' knowledge as part of promotive midwifery care in stunting prevention during the preconception period.

Pendahuluan

Stunting merupakan masalah kesehatan yang berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan produktivitas individu. Dampak stunting bersifat jangka panjang dan kompleks. Anak yang mengalami stunting berisiko mengalami keterlambatan perkembangan kognitif, penurunan kemampuan belajar, serta peningkatan risiko penyakit tidak menular pada usia dewasa. Selain itu, stunting juga berdampak pada produktivitas dan kualitas sumber daya manusia, sehingga menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan dan ekonomi suatu negara (Black et al., 2013; Kemenkes RI, 2020).

Stunting juga dipahami sebagai indikator ketidakberhasilan pemenuhan gizi dan kesehatan perempuan sepanjang siklus kehidupannya. Pendekatan yang hanya berfokus pada 1.000 hari pertama kehidupan dinilai belum cukup efektif apabila kondisi kesehatan ibu sebelum kehamilan tidak diperhatikan secara optimal. Berbagai studi menunjukkan bahwa status gizi dan kesehatan perempuan pada masa pra-konsepsi memiliki kontribusi signifikan terhadap kualitas kehamilan dan pertumbuhan janin (Black et al., 2013; WHO, 2016).

Remaja putri merupakan kelompok yang memiliki peran strategis dalam pencegahan stunting karena berada pada fase pra-konsepsi. WHO menekankan bahwa status gizi dan kesehatan remaja putri akan memengaruhi kesiapan biologis dalam menghadapi kehamilan di masa mendatang (WHO, 2016).

Upaya pencegahan stunting tidak hanya difokuskan pada masa kehamilan dan balita, tetapi perlu dimulai sejak masa pra-konsepsi. Remaja putri menjadi kelompok strategis karena kondisi kesehatan dan status gizinya berperan penting dalam menentukan kualitas kehamilan di masa mendatang. Dalam praktik kebidanan,

berbagai permasalahan kehamilan seperti anemia dan kekurangan energi kronis sering berakar dari kondisi kesehatan remaja. Namun demikian, pengetahuan remaja putri mengenai kesehatan reproduksi dan gizi masih relatif terbatas, terutama pada lingkungan pendidikan berasrama seperti pondok pesantren.

Dalam konteks kebidanan, fase remaja merupakan periode penting karena menjadi awal pembentukan status kesehatan reproduksi dan gizi calon ibu. Remaja putri yang memasuki kehamilan dengan anemia, kekurangan energi kronis, atau pengetahuan gizi yang rendah berisiko lebih tinggi mengalami komplikasi kehamilan dan melahirkan anak dengan gangguan pertumbuhan. Oleh karena itu, penguatan asuhan kebidanan promotif sejak remaja menjadi strategi preventif yang relevan dalam upaya menurunkan kejadian stunting.

Edukasi kesehatan merupakan proses terencana yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku individu atau kelompok dalam upaya memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan. Notoatmodjo menyatakan bahwa edukasi kesehatan berperan penting dalam membentuk perilaku kesehatan melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran individu (Notoatmodjo, 2014). Keterbatasan akses informasi dan belum terintegrasinya edukasi kesehatan menjadi tantangan tersendiri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas edukasi kesehatan reproduksi dan gizi pada remaja putri sebagai bagian dari asuhan kebidanan promotif dalam pencegahan stunting sejak masa pra-konsepsi.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi-experimental one group pretest-posttest. Pemilihan desain quasi-experimental dengan pendekatan one

group pretest–posttest dalam penelitian ini dipertimbangkan sebagai desain yang paling sesuai untuk mengevaluasi efektivitas intervensi edukasi dalam konteks komunitas tertutup seperti pondok pesantren. Desain ini memungkinkan peneliti untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan responden secara langsung sebelum dan sesudah intervensi, sehingga dapat menggambarkan dampak edukasi yang diberikan. Meskipun desain ini tidak menggunakan kelompok kontrol, pendekatan tersebut tetap relevan untuk penelitian awal (*preliminary study*) yang bertujuan menghasilkan baseline data sebagai dasar pengembangan intervensi kebidanan selanjutnya.

Penelitian dilaksanakan di Pondok Pesantren Putri Al Mukmin Sukoharjo dengan responden sebanyak 40 remaja putri kelas 3 SMA rentang usia 16–18 tahun yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Lingkungan pendidikan berasrama seperti pondok pesantren memiliki karakteristik tersendiri yang memengaruhi pola hidup dan akses informasi kesehatan remaja putri. Keterbatasan paparan edukasi kesehatan yang terstruktur menjadikan pesantren sebagai lokasi strategis untuk implementasi intervensi kebidanan berbasis komunitas. Namun, penelitian terkait efektivitas edukasi kesehatan reproduksi dan gizi pada remaja putri di lingkungan pesantren masih terbatas, sehingga diperlukan kajian empiris untuk memperkuat dasar ilmiah intervensi kebidanan pada kelompok ini.

Penggunaan teknik total sampling dilakukan untuk meminimalkan bias seleksi dan memastikan seluruh remaja putri kelas III SMA yang memenuhi kriteria inklusi dapat terwakili dalam penelitian. Hal ini penting mengingat populasi sasaran berada dalam satu lingkungan pendidikan yang homogen, baik dari sisi usia, pola hidup, maupun sistem pembinaan.

Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai efektivitas edukasi kesehatan reproduksi dan gizi pada kelompok remaja putri di lingkungan pesantren. Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner terstruktur untuk mengukur tingkat pengetahuan remaja putri mengenai kesehatan reproduksi dan

gizi sebagai upaya pencegahan stunting dengan skala Guttman. Instrumen kuesioner dengan skala Guttman dipilih karena sesuai untuk mengukur tingkat pengetahuan secara objektif dan sederhana. Skala ini memungkinkan penilaian yang jelas terhadap pemahaman responden mengenai konsep dasar kesehatan reproduksi dan gizi. Penggunaan instrumen pengetahuan dipandang relevan dalam konteks penelitian kebidanan promotif, karena peningkatan pengetahuan merupakan indikator awal keberhasilan intervensi edukasi sebelum dilakukan pengukuran pada aspek sikap, perilaku, atau status kesehatan yang memerlukan desain penelitian lanjutan.

Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Data yang diperoleh dari penelitian ini dianalisis secara bertahap. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah pemberian edukasi kesehatan reproduksi dan gizi. Selanjutnya, analisis bivariat direncanakan untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi edukasi. Karena data tidak berdistribusi normal, analisis perbedaan dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan LPPM UM PKU Surakarta, dengan nomor surat ethical clearance: 124A/LPPM/UMPKU/ VI/ 2025 tanggal 13 Juni 2025. Seluruh responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan diminta menandatangani *informed consent* sebelum pengumpulan data dilakukan.

Hasil

Karakteristik responden yang berada pada fase remaja akhir memiliki relevansi yang kuat dengan asuhan kebidanan, khususnya dalam konteks pelayanan kesehatan pra-konsepsi. Pada rentang usia ini, remaja putri mulai memasuki fase kematangan biologis dan psikososial, sehingga edukasi kesehatan reproduksi dan gizi menjadi penting sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif dalam mempersiapkan kesehatan calon ibu di masa mendatang.

Seluruh responden dalam penelitian ini merupakan remaja putri kelas III SMA dengan rentang usia 16–18 tahun yang termasuk dalam kategori remaja akhir. Karakteristik usia ini menunjukkan bahwa responden berada pada fase transisi menuju kematangan biologis dan psikososial, sehingga sangat relevan sebagai sasaran edukasi kesehatan reproduksi dan gizi dalam konteks kesiapan kesehatan pra-konsepsi. Seluruh responden mengikuti rangkaian penelitian secara lengkap, meskipun terdapat beberapa data yang tidak lengkap dan secara otomatis dikeluarkan dari analisis statistik oleh perangkat lunak.

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi kesehatan reproduksi dan gizi, tingkat pengetahuan remaja putri berada pada rerata skor 7,05 dengan simpangan baku 0,904. Nilai tersebut menunjukkan bahwa sebelum intervensi edukasi, pemahaman remaja putri mengenai kesehatan reproduksi dan pemenuhan gizi belum optimal dan masih bervariasi antar responden. Kondisi ini mencerminkan masih adanya kesenjangan pengetahuan pada remaja putri, khususnya terkait peran kesehatan reproduksi dan gizi dalam menjaga kesiapan kesehatan sebelum kehamilan.

Nilai rerata skor pengetahuan sebelum diberikan edukasi menunjukkan bahwa sebagian responden telah memiliki pemahaman dasar mengenai kesehatan reproduksi dan gizi, namun tingkat pemahaman tersebut belum merata. Hal ini tercermin dari nilai simpangan baku yang relatif tinggi, yang menunjukkan adanya variasi tingkat pengetahuan antar responden. Kondisi ini mengindikasikan bahwa sebelum intervensi edukasi, masih terdapat kesenjangan pengetahuan pada remaja putri terkait aspek kesehatan reproduksi dan gizi yang berperan dalam kesiapan pra-konsepsi.

Setelah diberikan edukasi kesehatan reproduksi dan gizi, rerata skor pengetahuan remaja putri meningkat menjadi 8,63 dengan simpangan baku 0,774. Peningkatan rerata skor tersebut disertai dengan penurunan nilai simpangan baku, yang menunjukkan bahwa pemahaman remaja putri menjadi lebih merata setelah intervensi edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa selain meningkatkan rerata pengetahuan,

edukasi yang diberikan juga berkontribusi terhadap pemerataan pemahaman responden. Dengan kata lain, sebagian besar remaja putri mengalami peningkatan pemahaman yang relatif seragam setelah intervensi edukasi, yang mencerminkan efektivitas materi dan metode edukasi yang digunakan.

Peningkatan tingkat pengetahuan ini menunjukkan adanya perbaikan pemahaman remaja putri mengenai aspek kesehatan reproduksi dan gizi yang berkaitan dengan kesiapan kesehatan pra-konsepsi. Dalam konteks asuhan kebidanan, peningkatan pengetahuan pada fase remaja akhir menjadi langkah awal yang penting dalam membentuk kesadaran remaja putri sebagai calon ibu untuk menjaga kesehatan diri dan status gizinya sejak dini.

Sebelum dilakukan analisis perbedaan tingkat pengetahuan, data pretest dan posttest diuji normalitasnya menggunakan uji *Shapiro-Wilk*. Hasil uji menunjukkan bahwa distribusi data tidak memenuhi asumsi normalitas ($p < 0,05$), sehingga analisis perbedaan dilanjutkan menggunakan uji non-parametrik Wilcoxon Signed Rank Test. Pemilihan uji ini sesuai dengan karakteristik data berpasangan yang tidak berdistribusi normal dan bertujuan untuk memperoleh hasil analisis yang lebih valid.

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna secara statistik antara skor pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan reproduksi dan gizi ($W = 30,5$; $p < 0,001$).

Nilai effect size yang besar menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan tidak hanya signifikan secara statistik, tetapi juga bermakna secara praktis. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang diberikan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan remaja putri. Nilai effect size yang besar mengindikasikan bahwa pengaruh edukasi tidak hanya signifikan secara statistik, tetapi juga bermakna secara praktis.

Dalam perspektif asuhan kebidanan, hasil ini memperkuat peran edukasi sebagai salah satu bentuk intervensi promotif yang efektif dalam meningkatkan kesiapan kesehatan pra-konsepsi. Edukasi kesehatan reproduksi dan gizi yang diberikan pada remaja putri berpotensi menjadi dasar dalam membentuk perilaku kesehatan

yang lebih baik di masa mendatang, sehingga dapat mendukung upaya pencegahan stunting melalui peningkatan kesehatan ibu sejak sebelum kehamilan.

Hasil penelitian ini juga relevan dengan kebijakan nasional pencegahan stunting di Indonesia yang menekankan pentingnya intervensi pada remaja putri sebagai bagian dari strategi hulu. Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting menempatkan remaja sebagai kelompok sasaran prioritas untuk mencegah terjadinya kehamilan berisiko dan masalah gizi pada ibu hamil (Bappenas, 2018). Peningkatan pengetahuan remaja putri yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi dan gizi dapat mendukung implementasi kebijakan tersebut dalam praktik asuhan kebidanan di tingkat komunitas.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri setelah pemberian edukasi kesehatan reproduksi dan gizi. Peningkatan ini menegaskan bahwa edukasi merupakan intervensi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai aspek kesehatan yang berkaitan dengan kesiapan pra-konsepsi. Dalam kerangka evidence-based practice (EBP) kebidanan, edukasi diposisikan sebagai intervensi promotif utama yang bertujuan membangun kesiapan kesehatan perempuan sebelum memasuki fase kehamilan. Pengetahuan yang meningkat pada masa remaja merupakan fondasi awal dalam membentuk sikap dan perilaku kesehatan yang akan berlanjut hingga masa kehamilan dan persalinan.

Meskipun peningkatan pengetahuan remaja putri dalam penelitian ini menunjukkan hasil yang signifikan, perubahan pengetahuan tidak selalu secara langsung bertransformasi menjadi perubahan perilaku kesehatan. Beberapa studi menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan perlu diikuti dengan intervensi berkelanjutan agar berdampak pada perubahan praktik gizi dan kesehatan reproduksi (Salam et al., 2016). Oleh karena itu, hasil penelitian ini perlu dipahami sebagai capaian awal dalam

proses panjang pembentukan perilaku kesehatan pra-konsepsi.

Secara teoritis dan empiris, kondisi kesehatan dan status gizi perempuan pada masa pra-konsepsi memiliki hubungan erat dengan kualitas kehamilan dan pertumbuhan janin. Berbagai kajian ilmiah menunjukkan bahwa perempuan yang memasuki kehamilan dengan status gizi yang kurang optimal berisiko mengalami komplikasi kehamilan, gangguan pertumbuhan janin, serta melahirkan anak dengan risiko stunting lebih tinggi (Black et al., 2013). Temuan peningkatan pengetahuan dalam penelitian ini selaras dengan kerangka tersebut, karena edukasi kesehatan reproduksi dan gizi pada remaja putri merupakan upaya awal untuk memperbaiki determinan kesehatan ibu sebelum kehamilan terjadi. Pendekatan ini juga sejalan dengan rekomendasi World Health Organization yang menekankan pentingnya fase pra-konsepsi dalam siklus kehidupan perempuan. WHO menyatakan bahwa intervensi kesehatan maternal yang hanya difokuskan pada masa kehamilan cenderung terlambat untuk mencegah berbagai masalah kesehatan yang berakar sejak remaja. Oleh karena itu, WHO merekomendasikan agar edukasi gizi dan kesehatan reproduksi diberikan sejak usia remaja untuk menurunkan risiko anemia, kekurangan energi kronis, serta komplikasi kehamilan yang berkontribusi terhadap stunting (WHO, 2016; WHO, 2020). Peningkatan pengetahuan remaja putri yang ditemukan dalam penelitian ini mendukung rekomendasi tersebut dan memperkuat urgensi pendekatan kebidanan yang berorientasi pada pencegahan sejak dini.

Hasil penelitian ini juga relevan dengan kebijakan nasional pencegahan stunting di Indonesia yang menekankan pentingnya intervensi pada remaja putri sebagai bagian dari strategi hulu. Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting menempatkan remaja sebagai kelompok sasaran prioritas untuk mencegah terjadinya kehamilan berisiko dan masalah gizi pada ibu hamil (Bappenas, 2018). Peningkatan pengetahuan remaja putri yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi dan gizi dapat mendukung implementasi kebijakan

tersebut dalam praktik asuhan kebidanan di tingkat komunitas.

Dalam praktik kebidanan, berbagai permasalahan yang sering dijumpai pada ibu hamil—seperti anemia, status gizi kurang, dan kenaikan berat badan yang tidak adekuat—sering kali merupakan manifestasi dari kondisi kesehatan dan perilaku gizi yang telah terbentuk jauh sebelum kehamilan. Evidence menunjukkan bahwa remaja putri dengan tingkat pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi yang rendah memiliki risiko lebih besar untuk memasuki kehamilan dengan kondisi kesehatan yang tidak optimal (UNICEF, 2020; Bappenas, 2018). Oleh karena itu, edukasi kesehatan reproduksi dan gizi pada remaja putri sebagaimana dilakukan dalam penelitian ini dapat dipandang sebagai bentuk asuhan kebidanan preventif, yang secara tidak langsung berkontribusi pada penurunan risiko stunting melalui perbaikan kesehatan ibu.

Secara konseptual, peningkatan pengetahuan remaja putri merupakan bagian dari jalur kausal pencegahan stunting yang dimulai dari fase pra-konsepsi. Evidence menunjukkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi yang baik cenderung memiliki kesiapan kesehatan yang lebih optimal saat memasuki kehamilan, termasuk status gizi yang lebih baik dan risiko anemia yang lebih rendah (Young et al., 2018). Kondisi tersebut berkontribusi pada pertumbuhan janin yang optimal dan menurunkan risiko bayi lahir dengan panjang badan rendah yang menjadi indikator awal stunting.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan temuan beberapa studi sebelumnya yang melaporkan bahwa intervensi edukasi gizi dan kesehatan reproduksi pada remaja putri secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan kesiapan pra-konsepsi (Rachmi et al., 2016; Salam et al., 2016). Dalam perspektif asuhan kebidanan, peningkatan pengetahuan merupakan prasyarat penting bagi terjadinya perubahan sikap dan perilaku kesehatan. Pengetahuan yang baik diharapkan dapat mendorong perilaku positif, seperti kepatuhan dalam konsumsi tablet tambah darah, pemilihan makanan bergizi seimbang, serta kesiapan fisik dan mental dalam menghadapi kehamilan yang sehat.

Konteks pondok pesantren sebagai lokasi penelitian memberikan dimensi tambahan dalam penerapan asuhan kebidanan berbasis evidence. Lingkungan pesantren yang terstruktur, dengan pola hidup berasrama dan pembinaan yang berkelanjutan, memungkinkan edukasi kesehatan dilakukan secara sistematis dan berulang. Evidence menunjukkan bahwa intervensi kesehatan yang dilaksanakan dalam lingkungan sosial yang stabil dan kontekstual memiliki efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan intervensi yang bersifat sporadis (Glanz et al., 2015). Hal ini menunjukkan bahwa pesantren berpotensi menjadi mitra strategis bidan dalam pelaksanaan asuhan kebidanan komunitas, khususnya dalam upaya pencegahan stunting berbasis remaja.

Namun demikian, sebagai penelitian berbasis edukasi, temuan ini memiliki nilai penting sebagai baseline evidence dalam kerangka asuhan kebidanan berkelanjutan. Peningkatan pengetahuan remaja putri dapat menjadi titik awal bagi intervensi lanjutan yang menargetkan perubahan sikap, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, perbaikan pola makan, serta pemantauan status gizi sebelum dan selama kehamilan. Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi dalam membangun dasar empiris bagi pengembangan model intervensi kebidanan yang lebih komprehensif dalam pencegahan stunting.

Dari sudut pandang pengembangan keilmuan kebidanan, temuan penelitian ini memberikan dasar empiris bahwa pencegahan stunting pada ibu hamil tidak dapat dilepaskan dari intervensi pada fase pra-konsepsi. Edukasi kesehatan reproduksi dan gizi pada remaja putri merupakan bagian dari strategi kebidanan komprehensif yang mencakup seluruh siklus kehidupan perempuan, mulai dari remaja, pra-konsepsi, kehamilan, hingga masa nifas. Dengan demikian, penelitian ini dapat diposisikan sebagai baseline evidence yang mendukung pengembangan penelitian berkelanjutan, khususnya penelitian longitudinal yang mengkaji keterkaitan antara peningkatan pengetahuan remaja putri, perubahan perilaku kesehatan, kondisi kesehatan ibu hamil, dan kejadian stunting pada anak.

Sebagai penelitian awal berbasis edukasi, hasil penelitian ini memiliki nilai strategis dalam membangun dasar empiris bagi penelitian berkelanjutan di bidang kebidanan. Data peningkatan pengetahuan remaja putri dapat dijadikan tolok ukur awal untuk mengevaluasi efektivitas intervensi lanjutan yang lebih komprehensif, seperti intervensi perubahan perilaku, pemantauan status gizi pra-konsepsi, serta evaluasi kondisi kesehatan ibu selama kehamilan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi praktis, tetapi juga memperkuat bangunan keilmuan kebidanan dalam upaya pencegahan stunting berbasis siklus kehidupan perempuan.

Simpulan

Edukasi kesehatan reproduksi dan gizi efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri sebagai bagian dari asuhan kebidanan promotif dalam pencegahan stunting sejak masa pra-konsepsi.

Pendanaan

Penelitian ini tidak menerima pendanaan khusus dari lembaga pendanaan mana pun.

Referensi

- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., ... Uauy, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*. 382(9890): 427–451. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60937-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X)
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (2018). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018–2024*. Bappenas RI.
- Bhutta, Z. A., et al. (2017). Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition. *Maternal & Child Nutrition*. 13(S2): e12429.
- Glanz, K., Rimer, B. K., and Viswanath, K. (2015). *Health Behavior: Theory*,

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Pedoman Gizi Seimbang*. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Strategi pencegahan stunting di Indonesia*. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI)*. Kemenkes RI.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- UNICEF. (2019). *The state of the world's children 2019: Children, food and nutrition*. UNICEF.
- UNICEF. (2020). *Improving adolescent nutrition: Action brief*. UNICEF.
- UNICEF & WHO. (2021). *Joint child malnutrition estimates*. UNICEF.
- Victora, C. G., et al. (2021). Revisiting maternal and child undernutrition in low- and middle-income countries. *The Lancet*. 397(10282): 1382–1395.
- World Health Organization. (2010). *WHO child growth standards: Length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age*. WHO Press.
- World Health Organization. (2016). *Recommendations on adolescent health: Guidelines*. WHO Press.
- Young, M. F., et al. (2018). Preconception nutrition and child stunting. *The American Journal of Clinical Nutrition*. 107(6): 938–945.