BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja didefinisikan oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai kelompok usia antara 10 hingga 19 tahun. Masa remaja, atau adolesens, adalah periode transisi dari anak-anak menuju dewasa, yang ditandai dengan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial. Kementerian Kesehatan membagi remaja menjadi tiga tahap: remaja awal (10-13 tahun), remaja menengah (14-16 tahun), dan remaja akhir (17-19 tahun) (Anggraini et al., 2022). Selain itu ciri-ciri fisik remaja putri usia 17-19 tahun meliputi beberapa perubahan penting. Pertumbuhan tinggi badan mulai melambat, tapi tetap stabil, dengan peningkatan massa otot dan penurunan lemak tubuh. Ada juga perubahan hormonal, seperti siklus menstruasi yang menjadi lebih teratur dan perkembangan fisik lainnya, seperti pertumbuhan payudara dan rambut di area genital serta ketiak. Selain itu, proporsi tubuh juga berubah, di mana bagian seperti kaki dan lengan tumbuh lebih cepat seiring pe rtumbuhan keseluruhan (Lubis et al., 2024).

Stunting adalah kondisi fisik yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih rendah dari yang seharusnya menurut standar pertumbuhan yang sehat. Biasanya, ini disebabkan oleh kurangnya gizi yang baik, infeksi berulang, atau lingkungan yang tidak mendukung. Orang yang mengalami stunting sering kali tumbuh terhambat, yang bisa memengaruhi kekuatan otot, kepadatan tulang, dan kemampuan fisik secara keseluruhan. Selain itu, stunting juga bisa meningkatkan risiko penyakit kronis di masa depan (Zulfikar Lating et al., 2023).

Pada tahun 2020, *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa prevalensi stunting di dunia mencapai 22%, dan di Indonesia, angkanya di 21,5% pada tahun 2023. Meskipun ada penurunan, angka ini masih jauh dari target nasional 14% pada tahun 2024 dan standar WHO di bawah 20%. Pemerintah dan berbagai pihak masih fokus untuk mencegah stunting, yang jadi masalah besar di Indonesia.

Data dari Survei Status Gizi Nasional (SSGI) 2022 menunjukkan prevalensi stunting di Indonesia adalah 21,6%, hanya turun sedikit menjadi 21,5% di tahun 2023. Meski beberapa daerah sudah di bawah 20%, banyak yang belum mencapai target penurunan stunting. Indonesia berada di peringkat kelima terbesar di dunia untuk stunting, dengan hampir satu dari empat balita mengalaminya.

Di Provinsi Bengkulu, prevalensi stunting pada tahun 2022 tercatat 22,1%, menurun dari 27,5% di tahun 2017. Kota Bengkulu juga mengalami penurunan drastis dari 22,2% di tahun 2021 jadi 12,9% di tahun 2022, dan ditargetkan jadi 9% pada tahun 2024. Namun, di tahun 2023, prevalensi stunting di Provinsi Bengkulu kembali naik jadi 20,2%, sedangkan di Kota Bengkulu turun jadi 6,7%.

Menurut data dari survey Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, data 6 bulan terakhir tahun 2023 menuju 2024 melalui kegiatan penjaringan kesehatan pada remaja Siswa Menengah Atas (SMA), melaporkan bahwa dari 20 puskesmas, terdapat remaja yang dijaring berjumlah 388, terdiri dari 180 laki-laki dan 208 perempuan.

Dari jumlah tersebut, ditemukan kejadian stunting pada remaja tercatat sebanyak 41 kasus stunting dengan angka tertinggi di Puskesmas Telaga Dewa dengan jumlah 25 kasus, Puskesmas Sawah Lebar 9 kasus, Puskesmas Kampung Bali 4 kasus, Puskesmas Kandang 2 kasus dan Puskesmas Beringin Raya 1 kasus. Selanjutnya, berdasarkan servei awal di wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa ditemukan 4 Sekolah Menengah Atas terdiri dari SMA Negeri 3, SMA Negeri 10, MA Harsalakum, dan MA Al Mubarak. Dimana salah satunya adalah SMA Negeri 3 Kota Bengkulu dengan jumlah kasus stunting pada remaja terbanyak yaitu 25 kasus. Dengan jumlah seluruh siswa/I SMAN 3 Kota Bengkulu yaitu : 1.284 siswa, laki-laki sebanyak 598 dan perempuan 692. Survei awal yang dilakukan peneliti di SMA Negeri 3 kota Bengkulu pada tanggal 21 Oktober 2024.

Kejadian stunting merupakan sebuah siklus, anak-anak yang lahir dari ibu yang anemia dan kurang gizi, akan mengalami stunting dimasa yang akan datang dan terus berlanjut tanpa henti yang dinamakan siklus stunting antar generasi. Siklus antar generasi stunting sulit diputus jika tidak dilakukan pada masa yang tepat. Siklus ini dimulai sejak remaja putri, maka masalah stunting harus menjadi perhatian sejak remaja agar menjadi orang tua dimasa depan yang tidak melahirkan generasi penerus yang stunting (Wardaniah, 2020).

Berdasarkan Rasdianah (2023) salah satu faktor yang menyebabkan timbulnya stunting adalah karena permasalahan anemia (Rasdianah et al., 2023). Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Rizkiana (2022) menyebutkan faktor penyebab stunting adalah anemia dan kekurangan energi kronis pada saat remaja. (Zakiyanpri et al., 2024) Rendahnya pengetahuan remaja tentang pentingnya gizi yang seimbang akan berdampak secara tidak langsung bagi kejadian stunting (Mitra et al., 2020). Menurut *Global Health Survey* 2015 menunjukkan bahwa stunting juga

disebabkan karena jarang sarapan, kurang makan serat sayur buah, ditambah angka pernikahan remaja indonesia yang tinggi dan hal ini berkontribusi terhadap kejadian stunting (Heryani & Lestari, 2024). Faktor yang juga mempengaruhi stunting pada remaja, diantara nya adalah pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, dan status ekonomi keluarga. Stunting juga dipengaruhi oleh riwayat pemberian ASI eksklusif dan penyakit infeksi, seperti diare dan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA). Gangguan pertumbuhan akan mengakibatkan terjadinya stunting pada anak, begitu juga anak yang mengalami infeksi rentan terjadi status gizi kurang. Anak yang mengalami infeksi jika dibiarkan maka berisiko terjadi stunting (Saputri, 2024). Selain kekurangan gizi dan informasi, faktor tidak langsung seperti pernikahan dini juga berkontribusi pada tingginya angka stunting. Alasan utama pernikahan dini di kalangan perempuan biasanya berkaitan dengan kepercayaan agama dan budaya yang dominan, dengan rata-rata usia pernikahan perempuan adalah 18 tahun atau lebih muda. (Amilia et al., 2024).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2019 menunjukkan bahwa pemahaman dan sikap remaja putri mengenai pencegahan stunting masih sangat kurang. Data prevalensi stunting di kalangan remaja di Indonesia mencapai 35,1%. Ini menandakan bahwa banyak remaja putri yang belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang stunting dan langkah-langkah pencegahannya (Malisngorar, 2024) Selain itu kurangnya pengetahuan remaja mengenai stunting dapat disebabkan oleh kurangnya informasi mengenai stunting pada remaja. (Diana et al., 2024)

Remaja putri perlu paham tentang pencegahan stunting karena mereka akan jadi calon ibu yang penting untuk kesehatan generasi mendatang. Pengetahuan tentang nutrisi saat remaja bisa mencegah gizi kurang saat hamil, yang berdampak pada pertumbuhan janin. Masa remaja juga butuh asupan gizi lebih untuk mendukung pertumbuhan fisik dan mental. Dengan menerapkan pola makan sehat, remaja putri dapat membantu mencegah stunting dan meningkatkan kualitas generasi yang akan datang (Wiyanti & Nazarena, 2024).

Selain itu remaja putri harus mengambil langkah-langkah penting untuk mencegah stunting. Mereka perlu memastikan asupan gizi seimbang, termasuk protein, vitamin, dan mineral, agar tumbuh dengan baik. Edukasi tentang nutrisi juga penting supaya bisa menerapkan pola makan sehat. Selain itu, menjaga gaya hidup sehat dengan makan baik dan berolahraga rutin sangat dianjurkan. Terakhir, remaja putri diharapkan bisa menyebarkan informasi tentang pencegahan stunting kepada teman

dan keluarga agar lebih banyak orang peduli dengan masalah ini (Muchtar et al., 2023).

Salah satu bentuk media yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja serta penyampaian informasi mengenai pencegahan stunting yakni dengan permainan kartu baking digital . Pemberian informasi tentang stunting sangatlah penting, karena dengan harapan angka kejadian stunting dapat berkurang (Samson, 2018). Pemberian pendidikan kesehatan lebih efektif tersampaikan jika menggunakan media dan metode yang tepat responden serta dapat menarik perhatian dari responden. Media dan metode yang dapat digunakan salah satunya metode permainan simulasi dan penggunaan media jenis kartu yaitu kartu baking digital. Melalui penelitian ini peneliti mengembangkan sebuah metode pendidikan kesehatan melalui permainan kartu yaitu Baking yang dimana "*Baking*" adalah akronim dari "Belajar Asik Kenali Stunting" (Firdausi, 2020).

Kartu Baking Digital merupakan suatu permainan inovasi yang di modifikasi dari permainan *Integrating Card* yang pernah digunakan oleh (Astuti et al., 2020) sebagai media pendidikan kesehatan dalam penelitiannya dan tata cara bermain Kartu Baking Digital juga di modifikasi dari permainan kartu *Truth or Dare* yang digunakan (Violita & Adimuntja, 2025) dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik dimana kartu akan dimainkan secara bergilir perkelompok responden (Firdausi, 2020)

Berdasarkan permasalahan diatas penggunaan permainan kartu baking digital di harapkan dapat mengurangi kemungkinan angka stunting, maka peneliti tertarik untuk melalukan penelitian tentang "Pengaruh Permainan Kartu Baking Digital Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Pencegahan Stunting Di SMAN 3 Kota Bengkulu ".

B. Rumusan Masalah

Masih tingginya angka kejadian stunting di indonesia salah satunya pada remaja, faktor penyebabnya dikarenakan masih ada remaja yang mengalami anemia, Sedangkan dampak stunting pada remaja yaitu mengakibatkan anak lebih rentan terhadap penyakit dan berisiko pada menurunnya tingkat produktivitas, maka permasalahan yang dapat dirumuskan dalam penelitian ini adalah Peneliti tertarik untuk menganalisis "Apakah terdapat adanya pengaruh permainan kartu baking digital terhadap pengetahuan dan sikap tentang pencegahan stunting di SMAN 3 Kota Bengkulu".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Diketahui pengaruh permainan kartu baking digital terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan stunting di SMAN 3 kota bengkulu.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

a. Diketahui faktor resiko remaja putri yang dapat menyebabkan melahirkan anak stunting di SMAN 3 Kota Bengkulu.
b. Terciptanya Permainan Kartu Baking Digital sebagai media edukasi pada remaja putri di SMAN 3 Kota Bengkulu dan buku petunjuk cara permainan Kartu Baking Digital
c. Diketahui rerata pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan tentang stunting dengan media permainan kartu belajar asik kenali stunting Kartu Baking Digital
d. Diketahui rerata sikap remaja putri sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan tentang stunting dengan media permainan Kartu Baking Digital
e. Diketahui perbedaan rerata pengetahuan dan sikap remaja putri tentang stunting dengan media permainan Kartu Baking Digital

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

   Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap responden dalam pencegahan stunting pada remaja

2. Bagi SMA Negeri 3 Kota Bengkulu

   Dapat digunakan sebagai referensi dan menambah pengetahuan tentang Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang stunting dengan permainan kartu baking digital terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMAN 3 Kota Bengkulu.

3. Bagi Institusi Pendidikan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan ilmiah dan masukan khususnya ilmu pengetahuan promosi kesehatan yang senantiasa berkembang.

4. Bagi Peneliti Lainnya

   Penelitian ini memberikan ilmu pengetahuan dan keterampilan serta media latihan untuk mengaplikasikan teori-teori dan konsep selama masa perkuliahan dengan membuat penelitian Pengaruh Permainan Kartu Baking Digital Terhadap

Pengetahuan Dan Sikap Tentang Pencegahan Stunting Di SMAN 3 Kota Bengkulu.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama dan Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian
1	Ferael Fira Feronica Abdullah dkk (2024)	Pencegahan stunting pada remaja putri di kabupaten gorontalo menggunakan structural equation modeling (SEM)	Menunjukan tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan pernikahan dini berpengaruh positif dan signifikan terhadap pencegahan stunting. Sikap remaja putri tentang kesehatan reproduksi dan pernikahan dini tidak berpengaruh signifikan terhadap pencegahan stunting. Dan perilaku remaja putri mengenai kesehatan reproduksi dan pernikahan dini berepengaruh positif dan signifikan terhadap pencegahan stunting.	Pada penelitian ini terletak pada sampel yang berbeda, tujuan, jenis penelitian, sasaran penelitian ini adalah remaja putri dan menggunakan media pamflet dan poster.
2	Ramlan Nasution1 , Esrina Sinaga2 , Ganti Tua Siregar3 (2023)	Tingkat Pengetahuan Stunting pada Ibu Hamil, Remaja Putri dan Ibu Yang Memiliki Anak Usia Dini di Kecamatan Badiri Wilayah Kerja Puskesmas Hutabalang Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2023	Diharapkan dapat memberikan wawasan penting untuk mengembangkan program-program preventif stunting yang lebih efektif.	Pada penelitian ini terletak pada tujuan yang berbeda, sampel, jenis penelitian, sasaran penelitian ini **i**bu hamil, remaja putri, dan ibu yang memiliki anak usia dini dan menggunakan media leaflet.
3	Heni Heryani1 , Lusi Lestari2 , Suhanda3 (2024)	Ceting (Cegah Stunting) Bersama Remaja Putri Melalui Isi Piringku di SMP Negeri 1 Ciamis	Disimpulkan bahwa ebook Isi Piringku dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang stunting dan isi piringku setiap kali makan.	Pada penelitian ini terletak pada sampel yang berbeda, jenis penelitian, sasarannya remaja putri dan

				menggunakan media ebook digital.

No	Nama dan Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian
4	Wafa Zakiyanpri dkk (2024)	Edukasi kepada Remaja untuk Mencegah Terjadinya Stunting dari Faktor Kesehatan saat Masa Remaja di SMAN 1 Banyuwangi	Melalui metode ceramah dan brainstorming menunjukkan hasil pengabdian kepada masyarakat bahwa remaja yang mendapatkan edukasi memperoleh pemahaman yang lebih baik terkait dengan stunting	Pada penelitian ini terletak pada sampel yang berbeda, jumlah populasi serta sasaran dari penelitian ini remaja dan media yang digunakan adalah power point (PPT).
5	Utami Melyana Sari (2020)	Pengaruh Permainan Baking Card Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Stunting di Wilayah kerja Puskesmas Satu Ulu Kota Palembang.	Ada pengaruh penyuluhan media *baking card* tentang stunting terhadap peningkatan, pengetahuan , dan sikap ibu di Wilayah kerja Puskesmas Satu Ulu Kota Palembang.	Pada penelitian ini terletak pada jenis penelitian. Variabel, tempat dan waktu, selain itu sasarannya ibu yang memiliki anak usia 1-3 tahun dan menggunakan media permainan baking card.