

OPTIMALISASI PERAN REMAJA PUTRI DALAM MEMUTUS RANTAI STUNTING SEJAK DINI DI DESA SOCO KECAMATAN KABUPATEN KUDUS

Anita Dyah Listyarini¹, Devi Setya Putri², Afifah Aulia Romadhoni³, Dayinta Tyas
Hapsari⁴, Elsa Puji Yohana Putri⁵, Hany Afrianing Tyas⁶, Ika Aryanti⁷, Linda
Wahyu Setya Ningsih⁸

¹⁻⁸ Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus
Email: anitadyahlistyarini@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang tidak hanya terjadi pada balita, tetapi juga dapat dialami oleh remaja putri sebagai akibat dari kekurangan gizi jangka panjang. Remaja putri merupakan kelompok rentan karena berada pada fase pertumbuhan cepat serta persiapan menuju masa reproduksi, sehingga kondisi gizi yang tidak optimal dapat berdampak pada kesehatan diri dan generasi selanjutnya. Kurangnya pengetahuan tentang stunting, anemia, pola makan seimbang, serta perilaku hidup sehat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya risiko stunting pada remaja. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja putri mengenai stunting, meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta upaya pencegahan dan penatalaksanaannya. Metode yang digunakan adalah pendidikan kesehatan berbasis komunitas melalui penyuluhan dengan pendekatan ceramah, diskusi, dan tanya jawab yang dilaksanakan selama 45 menit kepada remaja putri di lingkungan masyarakat. Media yang digunakan meliputi leaflet dan presentasi visual untuk mempermudah pemahaman materi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terkait konsep stunting, faktor risiko, serta pentingnya pemenuhan gizi seimbang, konsumsi zat gizi mikro, pencegahan anemia, dan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Peserta juga mampu menjelaskan kembali materi yang disampaikan dan menunjukkan antusiasme selama kegiatan berlangsung. Pembahasan ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan yang terstruktur dan interaktif efektif dalam meningkatkan kesadaran remaja putri terhadap pencegahan stunting sejak dini. Simpulan dari kegiatan ini adalah bahwa penyuluhan kesehatan berperan penting dalam upaya pencegahan stunting pada remaja putri sebagai langkah strategis untuk memutus siklus stunting antargenerasi dan meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat di masa depan.

Kata Kunci: Stunting, Remaja Putri, Anemia, Edukasi Gizi Seimbang

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that not only occurs in toddlers, but can also be experienced by adolescent girls as a result of long-term malnutrition. Adolescent girls are a vulnerable group because they are in the phase of rapid growth and preparation for the reproductive period, so that suboptimal nutritional conditions can have an impact on the health of themselves and the next generation. Lack of knowledge about stunting, anemia, a balanced diet, and healthy living behaviors are one of the factors that contribute to the high risk of stunting in adolescents. This activity aims to increase the knowledge and understanding of adolescent girls about stunting, including the definition, causes, signs and symptoms, impacts, and efforts to prevent and manage it. The method used is community-based health education through counseling with a lecture, discussion, and question and answer approach that is carried out for 45 minutes to young women in the community. The media used include leaflets and visual presentations to facilitate the understanding of the material. The results of the activity showed an increase in participants' understanding of the concept of stunting, risk factors, and the importance of fulfilling balanced nutrition, consumption of micronutrients, prevention of anemia, and the implementation of clean and healthy living behaviors. Participants were also able to re-explain the material presented and show enthusiasm during the activity. This discussion emphasized that structured and interactive health education is effective in increasing adolescent girls' awareness of stunting prevention from an early age. The conclusion of this activity is that health counseling plays an important role in efforts to prevent stunting in adolescent girls as a strategic step to break the intergenerational stunting cycle and improve the quality of public health in the future.

Keywords: *Stunting, Adolescent Women, Anemia, Balanced Nutrition Education*

LATAR BELAKANG

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan global yang menjadi perhatian utama dalam pembangunan kesehatan, khususnya di negara-negara berkembang. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), stunting didefinisikan sebagai kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis yang menyebabkan anak memiliki tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan standar usianya. Stunting tidak hanya mempengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga perkembangan kognitif dan kesehatannya secara keseluruhan. Dampak jangka panjang dari stunting mencakup penurunan produktivitas, peningkatan risiko penyakit kronis, dan kualitas hidup yang rendah [1,2]. Indonesia menjadi negara yang mengalami double burden of malnutrition karena kurang gizi dan kelebihan gizi memiliki prevalensi yang sama-sama tinggi [2]. Salah satu masalah kurang gizi yang terjadi di Indonesia adalah stunting yang terjadi pada anak-anak. Stunting adalah gangguan tumbuh kembang yang tidak sesuai pada anak akibat dari gizi yang buruk, adanya infeksi yang berulang, dan gangguan stimulasi psikososial pada anak. Prevalensi stunting di Indonesia mencapai 24,4% pada Tahun 2021 [3].

Remaja putri memegang peranan penting dalam pencegahan stunting karena mereka adalah calon ibu yang akan mempengaruhi status gizi anak-anak mereka di masa depan. Periode remaja merupakan masa kritis untuk pertumbuhan dan perkembangan, sehingga status gizi yang baik selama masa ini sangat penting. Namun, banyak remaja putri yang masih kurang mendapatkan informasi dan edukasi yang memadai mengenai gizi yang seimbang dan sehat. Kurangnya pengetahuan ini dapat berkontribusi pada pola makan yang tidak sehat dan berujung pada kekurangan gizi yang berpotensi menurunkan kualitas kesehatan mereka dan anak-anak yang akan mereka lahirkan di masa depan [4]. Remaja menurut WHO merupakan kelompok umur yang diklasifikasikan dalam rentang usia 10-19 tahun. Tahun 2014 remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Hasil penelitian dengan judul "*Community Based Participatory Research As Positive Youth Development For Adolescents: Findings From The Atlanta Youth Research Coalition Project*" menunjukkan bahwa dalam melibatkan remaja dapat memperkuat kontribusi remaja dalam meningkatkan kesehatan remaja [14].

Salah satu penyebab stunting adalah kualitas kesehatan remaja yang kurang mendapatkan asupan gizi seimbang [6]. Permasalahan kesehatan pada remaja sangat kompleks, seperti kekurangan zat besi (anemia), memiliki tinggi badan yang pendek atau stunting, kurus atau kurang energi kronis (KEK) dan kegemukan atau obesitas. Remaja yang lebih sering mengalami anemia adalah remaja putri, karena mereka sering melewatkan sarapan atau makan malam dan mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) atau makanan rendah nutrisi (*junk food*). Asupan nutrisi dalam pola makan sehari-hari mempengaruhi tumbuh kembang [7]. Remaja putri juga beresiko kehilangan darah saat menstruasi hingga menyebabkan anemia [9] dan beresiko melahirkan bayi BBLR (berat badan lahir rendah)

[11]. Masih ditemukan 33,33% remaja putri yang memiliki kadar hemoglobin kurang dari normal sehingga perlu intervensi peningkatan gizi [8], seperti pemberian tablet besi [11]. Anemia defisiensi zat besi dapat mempengaruhi fungsi otak, tubuh mudah lemas dan menurunkan konsentrasi remaja.

Program edukasi gizi pada remaja putri merupakan salah satu upaya strategis untuk mencegah stunting. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri terkait pentingnya gizi yang seimbang serta praktik makan yang sehat. Melalui edukasi yang terstruktur dan berkelanjutan, diharapkan remaja putri dapat memahami pentingnya gizi, menerapkan pola makan yang baik, dan mempersiapkan diri sebagai calon ibu yang sehat dan berpengetahuan [7].

Pencegahan dan penanganan stunting harus dilakukan oleh semua pihak dan dilakukan sesuai sasaran sesuai faktor penyebab terjadinya stunting. Upaya dapat dilakukan dengan edukasi tentang stunting sehingga masyarakat dapat memahami tentang stunting. Salah satu yang menjadi kelompok sasaran adalah remaja putri melalui intervensi dengan cara edukasi menggunakan metode penyuluhan di sekolah-sekolah. Edukasi melalui penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan tentang stunting. Pengetahuan yang baik akan berkontribusi pada sikap dalam melakukan pencegahan stunting. Kelompok usia remaja yang berada pada usia Sekolah Menengah Pertama merupakan kelompok usia yang telah mampu menerima berbagai informasi dan memahami informasi yang diberikan sehingga dapat mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Agar program penurunan prevalensi stunting tercapai maka edukasi perlu dilakukan sehingga pengetahuan tentang stunting dapat diketahui oleh remaja. Pendapat yang dikemukakan oleh Cahyani & Listyarini (2020) bahwa remaja termasuk dalam tahap kehidupan manusia, di mana pada periode kehidupan remaja adalah titik kritis karena terjadi perpindahan kelompok umur dari golongan anak-anak menuju periode kehidupan dewasa [6].

Selama ini, upaya pencegahan stunting masih banyak difokuskan pada balita dan ibu hamil. Pendekatan tersebut belum sepenuhnya optimal apabila tidak disertai intervensi sejak masa remaja. Remaja putri merupakan kelompok strategis dalam pencegahan stunting karena berada pada fase pertumbuhan pesat sekaligus masa persiapan menuju usia reproduksi. Status gizi remaja putri sangat menentukan kesiapan fisik, kesehatan reproduksi, serta kualitas generasi yang akan dilahirkan di masa mendatang [8].

Permasalahan gizi pada remaja putri masih sering dijumpai, seperti pola makan tidak seimbang, kebiasaan melewatkan waktu makan, rendahnya konsumsi protein dan zat gizi mikro, serta tingginya risiko anemia akibat menstruasi. Kondisi tersebut, apabila berlangsung secara terus-menerus, dapat menghambat pertumbuhan optimal dan meningkatkan risiko terjadinya stunting. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran remaja putri mengenai stunting, gizi seimbang, dan pencegahan anemia menjadi salah satu faktor yang memperburuk permasalahan tersebut [9].

Di tingkat masyarakat, akses informasi kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan remaja putri masih terbatas. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi kesehatan yang terarah dan mudah dipahami untuk meningkatkan pengetahuan serta membentuk perilaku hidup sehat. Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode yang efektif karena bersifat langsung, interaktif, dan dapat disesuaikan dengan kondisi sosial masyarakat. Melalui penyuluhan pencegahan stunting pada remaja putri, diharapkan terjadi peningkatan pemahaman dan kesadaran sejak dini sebagai langkah strategis dalam memutus siklus stunting antar generasi [14].

Desa Soco, yang terletak di wilayah Kecamatan Dawe, Kabupaten Kudus, memiliki karakteristik masyarakat pedesaan dengan dinamika sosial yang beragam. Urgensi penanganan stunting di wilayah ini terlihat dari data kesehatan setempat yang menunjukkan terdapat 8% jumlah anak yang mengalami stunting di bawah pendampingan Puskesmas Dawe. Di sisi lain, Desa Soco memiliki potensi sasaran pencegahan yang besar dengan jumlah remaja putri mencapai 653 orang. Namun, berdasarkan pengamatan awal, masih terdapat tantangan terkait pemahaman remaja putri mengenai pentingnya asupan gizi seimbang dan pencegahan anemia. Pola makan yang kurang beragam serta kurangnya akses informasi kesehatan yang komprehensif di tingkat desa membuat kelompok remaja ini belum menyadari peran krusial mereka dalam pencegahan stunting sejak dini bagi generasi mendatang.

Tujuan edukasi kesehatan adalah terbentuknya perubahan perilaku ke arah yang positif pada setiap orang dan juga pada kelompok masyarakat. Pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan dapat diterapkan melalui berbagai cara, salah satunya dalam bentuk penyuluhan. Kegiatan penyuluhan dalam bidang kesehatan adalah rangkaian proses memberikan informasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat [12]. Edukasi sebagai bentuk pendidikan kesehatan adalah upaya yang dapat dilakukan dalam pencegahan stunting dengan memberikan informasi mengenai stunting pada remaja. Edukasi atau pendidikan gizi dapat mempengaruhi pengetahuan dan sebagai salah satu upaya pencegahan stunting [7].

METODE

Tahap persiapan kegiatan penyuluhan meliputi penyusunan bahan edukasi berupa banner, leaflet, dan PowerPoint (PPT) yang berisi materi penyuluhan pencegahan stunting pada remaja putri. Selain itu, dilakukan persiapan tempat penyuluhan serta sarana dan prasarana pendukung seperti LCD, kursi, dan perlengkapan lainnya guna menunjang kelancaran kegiatan.

Kegiatan ini disusun menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan penyuluhan kesehatan yang bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai pencegahan stunting pada remaja putri. Sasaran kegiatan adalah remaja putri di Desa Soco 1/3, Kecamatan Dawe, Kabupaten Kudus dengan jumlah peserta sebanyak 11 orang. Teknik

pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh remaja putri yang hadir dilibatkan sebagai peserta penyuluhan.

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilakukan pada tanggal 20 Desember 2025 bertempat di Desa Soco 1/3, Kecamatan Dawe, Kabupaten Kudus. Materi penyuluhan yang diberikan meliputi pengertian stunting, penyebab dan faktor risiko stunting pada remaja putri, tanda dan dampak stunting terhadap kesehatan dan masa depan reproduksi, serta upaya pencegahan stunting sejak remaja. Pencegahan yang ditekankan meliputi pemenuhan gizi seimbang, pentingnya konsumsi zat gizi mikro terutama zat besi untuk mencegah anemia, penerapan perilaku hidup bersih dan sehat, serta kebiasaan pola makan yang baik.

Metode penyuluhan dilakukan melalui ceramah dan diskusi interaktif dengan menggunakan media Power Point (PPT) dan leaflet sebagai sarana edukasi. Untuk memperkuat pemahaman peserta, diberikan edukasi praktis berupa contoh snack makanan bergizi yaitu susu kedelai, jeruk, dan pisang sebagai sumber protein, vitamin, dan mineral yang berperan dalam pencegahan stunting.

Evaluasi kegiatan dilakukan secara observasional dengan menilai keaktifan peserta selama diskusi, kemampuan peserta dalam menjawab pertanyaan secara lisan, serta keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Hasil kegiatan selanjutnya disajikan secara deskriptif dalam bentuk narasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan stunting pada remaja putri dilaksanakan pada tanggal 20 Desember 2025 di Desa Soco 1/3, Kecamatan Dawe, Kabupaten Kudus. Peserta kegiatan berjumlah 11 orang remaja putri yang seluruhnya dilibatkan sebagai sampel melalui teknik total sampling. Seluruh rangkaian kegiatan berjalan sesuai dengan perencanaan, mulai dari tahap persiapan hingga pelaksanaan penyuluhan.

Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa remaja putri mengikuti penyuluhan dengan antusias dan aktif. Hal ini terlihat dari keikutsertaan peserta dalam diskusi, perhatian terhadap materi yang disampaikan, serta kemampuan menjawab pertanyaan secara lisan. Setelah diberikan penyuluhan, peserta mampu menjelaskan kembali pengertian stunting, faktor risiko stunting pada remaja putri, serta dampak stunting terhadap kesehatan dan masa depan reproduksi. Peserta juga menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang, konsumsi zat gizi mikro khususnya zat besi untuk mencegah anemia, serta penerapan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya pencegahan stunting sejak dini [5].

Penggunaan metode ceramah dan diskusi yang didukung media Power Point dan leaflet terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Media visual membantu peserta memahami materi secara lebih jelas dan terstruktur, sedangkan diskusi interaktif mendorong keterlibatan aktif remaja putri selama kegiatan berlangsung. Selain itu, pemberian contoh snack makanan bergizi berupa susu kedelai, jeruk, dan pisang memberikan pengalaman belajar yang bersifat praktis dan kontekstual.

Edukasi ini membantu peserta mengaitkan materi teori dengan pilihan makanan sehat yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1
Edukasi Remaja Stunting



Gambar 2
Sesi diskusi dengan remaja putri

Pembahasan hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri tentang pencegahan stunting. Remaja putri merupakan kelompok strategis karena berada pada masa pertumbuhan dan persiapan menuju fase reproduksi, sehingga intervensi edukatif pada kelompok ini sangat penting [3,4]. Peningkatan pengetahuan diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat, terutama dalam pola makan dan pencegahan anemia. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan ini berkontribusi sebagai upaya promotif dan preventif dalam mendukung pencegahan stunting serta memutus siklus stunting antar generasi di tingkat masyarakat.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan stunting pada remaja putri di Desa Soco 1/3, Kecamatan Dawe, Kabupaten Kudus telah dilaksanakan dengan baik dan berjalan lancar. Penyuluhan ini mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja putri mengenai pengertian stunting, faktor risiko, dampak stunting, serta upaya pencegahan stunting melalui pemenuhan gizi seimbang dan pencegahan anemia. Keaktifan peserta selama kegiatan, kemampuan menjawab pertanyaan secara lisan, serta antusiasme dalam diskusi menunjukkan bahwa metode ceramah dan diskusi dengan dukungan media Power Point dan leaflet efektif sebagai sarana edukasi kesehatan.

Pemberian contoh snack makanan bergizi juga membantu peserta memahami penerapan gizi seimbang secara praktis dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, penyuluhan kesehatan merupakan upaya promotif dan preventif yang penting untuk menanamkan kesadaran remaja putri dalam mencegah stunting sejak dini sebagai langkah memutus siklus stunting antargenerasi.

Beberapa poin kesimpulan utama dari penelitian ini adalah:

1. Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran
Program edukasi gizi secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pentingnya gizi seimbang dan praktik makan yang sehat. Pengetahuan ini menjadi dasar untuk perubahan perilaku positif terkait gizi dan kesehatan.
2. Perilaku Gizi
Edukasi gizi yang efektif dapat mendorong remaja putri untuk menerapkan pola makan yang lebih sehat, seperti meningkatkan konsumsi buah dan sayuran, serta mengurangi asupan makanan tidak sehat. Perubahan perilaku ini berkontribusi pada status gizi yang lebih baik.
3. Dukungan Keluarga dan Lingkungan
Keberhasilan program edukasi gizi juga sangat dipengaruhi oleh dukungan dari keluarga. Keterlibatan orang tua dalam program ini dapat memperkuat pesan-pesan gizi dan membantu remaja putri menerapkan pengetahuan yang mereka peroleh.

Saran

1. Remaja putri diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang diperoleh dari kegiatan penyuluhan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam menjaga pola makan bergizi seimbang, mencegah anemia, serta menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara konsisten.
2. Keluarga, khususnya orang tua, diharapkan dapat memberikan dukungan dalam pemenuhan kebutuhan gizi remaja putri serta membiasakan pola makan sehat di lingkungan keluarga.
3. Institusi pendidikan dan perguruan tinggi disarankan untuk terus mengembangkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang

berfokus pada pencegahan stunting sejak remaja dengan metode edukasi yang inovatif dan partisipatif.

4. Kegiatan penyuluhan selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah peserta yang lebih besar serta mencakup wilayah yang lebih luas agar dampak edukasi kesehatan dapat dirasakan secara merata.
5. Perlu dilakukan pengembangan media edukasi yang lebih variatif dan menarik, seperti video edukasi, poster interaktif, atau media digital, agar pesan pencegahan stunting lebih mudah dipahami dan diterima oleh remaja putri.
6. Evaluasi kegiatan ke depan disarankan menggunakan instrumen yang lebih terukur, seperti pre-test dan post-test tertulis, untuk menilai peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku secara lebih objektif.
7. Penelitian atau kegiatan pengabdian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji hubungan antara peningkatan pengetahuan dengan perubahan perilaku gizi remaja putri dalam jangka waktu tertentu.
8. Kolaborasi lintas sektor antara tenaga kesehatan, sekolah, pemerintah desa, dan keluarga perlu diperkuat untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pencegahan stunting secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus atas dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat
2. Seluruh remaja putri desa Soco, Rt 01/Rw 03 yang telah berpartisipasi aktif dan kooperatif dalam kegiatan penyuluhan pencegahan stunting pada remaja putri
3. Tim peneliti dan pengabdian masyarakat terimakasih atas kerja sama, komitmen dan kontribusi dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Listyarini, A. D., Fatmawati, Y., & Savitri, I. (2020). Edukasi Gizi Ibu Hamil Dengan Media Booklet Sebagai Upaya Tindakan Pencegahan Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Undaan Kabupaten Kudus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(1), 73-83.
- [2] Listyarini, A. D., Pangestu, N. K., & Cahyanti, L. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting di Kecamatan Dawe. *Journal Keperawatan*, 2(2), 116-129.
- [3] Listyarini, A. D., Pujiati, E., Mubaroq, M. H., Arsy, G. R., Rahmawaty, A., Wijaya, H. M., & Sari, D. M. (2024). Edukasi Pencegahan Stunting pada Ibu Balita Di Posyandu Dahlia Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 7(1), 359-366.
- [4] Listyarini, A. D., Handayani, O. W. K., & Farida, E. (2025). The Effect Of Group Guidance With The Mind Mapping Method On Increasing The Knowledge Of Fertile Age Couples In Efforts To Prevent Stunting. In *Proceedings of International Conference on Health Science, Practice, and Education* (pp. 391-400).

- [5] Budiati, R. E., Indriani, N., & Listyarini, A. D. (2023). Factors Related To Stunting Incidence In Toddlers. In *Proceeding Cendekia International Conference Health and Technology* (Vol. 1, pp. 481-488).
- [6] Cahyani, D., & Listyarini, A. D. (2020). Hubungan Perilaku Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Dengan Kejadian Stunting Di Desa Undaan Kidul Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus. *Prosiding HEFA (Health Events for All)*, 4.
- [7] Ameliasari, D., Listyarini, A. D., Pujiati, E., & Purwandari, N. P. (2024). Distribusi Prevalensi Kejadian Stunting pada Balita dengan Penyakit Penyerta di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungrejo Kabupaten Kudus. In *Prosiding Seminar Nasional dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo* (Vol. 3, No. 2, pp. 1441-1450).
- [8] Listyarini, A. D. (2023). Overview Of Parents' Parts About Stunting Prevention Behavior. In *Proceeding Cendekia International Conference Health and Technology* (Vol. 1, pp. 33-38).
- [9] Muchtar, F., Rejeki, S., Elvira, I., & Hastian, H. (2023). Edukasi pengenalan stunting pada remaja putri. *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), 138-144.
- [10] Rasdianah, N., Yusuf, M. N. S., & Tandiabang, P. A. (2023). Edukasi anemia bagi remaja putri sebagai upaya pencegahan dini stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 2(2), 97-102.
- [11] Valeriani, D., Wibawa, D. P., Safitri, R., & Apriyadi, R. (2022). Menuju Zero Stunting Tahun 2023 Gerakan Pencegahan Dini Stunting Melalui Edukasi pada Remaja di Kabupaten Bangka. *Jurnal Pustaka Mitra (Pusat Akses Kajian Mengabdi Terhadap Masyarakat)*, 2(2), 84-88.
- [12] Siahaya, A., & Tahapary, W. (2024). Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) dan Pelatihan Gizi Seimbang Pada Remaja Putri Untuk Pencegahan Stunting Sejak Dini. *Karya Kesehatan Siwalima*, 3(1), 8-15.
- [13] Manwell, L. A., Tadros, M., Ciccarelli, T. M., & Eikelboom, R. (2022). Digital dementia in the internet generation: excessive screen time during brain development will increase the risk of Alzheimer's disease and related dementias in adulthood. *Journal of integrative neuroscience*, 21(1), 28. <https://doi.org/10.31083/j.jin2101028>
- [14] De Andrade Cairo, R. C., Rodrigues Silva, L., Carneiro Bustani, N., & Ferreira Marques, C. D. (2014). Iron deficiency anemia in adolescents; a literature review. *Nutricion hospitalaria*, 29(6), 1240–1249. <https://doi.org/10.3305/nh.2014.29.6.7245>
- [15] GBD 2021 Demographics Collaborators (2024). Global age-sex-specific mortality, life expectancy, and population estimates in 204 countries and territories and 811 subnational locations, 1950-2021, and the impact of the COVID-19 pandemic: a comprehensive demographic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021. *Lancet (London, England)*, 403(10440), 1989–2056. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(24\)00476-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(24)00476-8)