


# Revitalisasi UKS Berbasis Capacity Building Berkelanjutan dalam Pencegahan Stunting Dini di SMA Laboratorium UPGRIS

<sup>1)</sup>Firmansyah Kholiq Pradana P.H\*, <sup>2)</sup>Muhammad Iqbal, <sup>3)</sup>Vilda Ana Veria Setyawati

<sup>1,2,3)</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Dian Nuswantoro, Semarang, Indonesia  
Email Corresponding: [firmansyah.kholiq@dsn.dinus.ac.id](mailto:firmansyah.kholiq@dsn.dinus.ac.id)\*

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
<p><b>Kata Kunci:</b> Usaha Kesehatan Sekolah Kader Kesehatan Stunting Remaja Putri <i>Sustainable Capacity Building</i></p>	<p>Program pengabdian masyarakat "<b>Transformasi Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) SMA Laboratorium UPGRIS melalui Sustainable Capacity Building Kader Kesehatan Sekolah dalam Upaya Cegah Stunting Dini</b>" bertujuan meningkatkan kapasitas kader UKS dalam pencegahan stunting pada remaja putri. Program ini menggunakan pendekatan <i>Sustainable Capacity Building</i> berbasis <i>Participatory Action Research</i> melalui tiga tahapan utama: perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Dalam tiap tahap dilakukan serangkaian kegiatan seperti diskusi kelompok (FGD), pelatihan <i>Training of Trainers</i> (ToT), edukasi teman sebaya, penyediaan media edukatif visual, dan pendampingan kader. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta; proporsi peserta dengan kategori pengetahuan tinggi meningkat dari 19,75% (pre-test) menjadi 92,59% (post-test). Selain itu, keterlibatan aktif kader UKS dan komitmen pihak sekolah juga meningkat pasca-intervensi. Temuan penting lainnya adalah efektivitas pendekatan edukasi teman sebaya dan penggunaan media edukasi visual dalam membangun kesadaran remaja tentang pentingnya gizi dan pencegahan stunting. Dengan demikian, program ini terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas kader UKS dan layak direplikasi di sekolah lain sebagai upaya pencegahan stunting lebih luas.</p>
	<b>ABSTRACT</b>
<p><b>Keywords:</b> School Health Unit Health Cadres Stunting Adolescent Girls <i>Sustainable Capacity Building</i></p>	<p>The community service program titled "<b>Transformation of School Health Unit (UKS) at SMA Laboratorium UPGRIS through Sustainable Capacity Building of School Health Cadres for Early Stunting Prevention</b>" aims to enhance the capacity of UKS cadres in preventing stunting among adolescent girls. This program employs a Sustainable Capacity Building approach based on Participatory Action Research, implemented through three main phases: planning, implementation, and evaluation. Each phase involves a series of activities such as focus group discussions (FGDs), Training of Trainers (ToT), peer-to-peer education, provision of visual educational media, and ongoing mentoring for the cadres. Evaluation results indicate a significant improvement in participants' knowledge; the proportion of students categorized as having high knowledge increased from 19.75% (pre-test) to 92.59% (post-test). Moreover, the active involvement of UKS cadres and the school's commitment also improved following the intervention. Another key finding is the effectiveness of peer-to-peer education and the use of visual educational media in raising adolescents' awareness about the importance of nutrition and stunting prevention. Therefore, this program has proven effective in strengthening the capacity of school health cadres and is considered replicable in other schools as a strategic effort for broader stunting prevention initiatives.</p>
	<p>This is an open access article under the <a href="#">CC-BY-SA</a> license.</p> <div></div>

## I. PENDAHULUAN

Stunting saat ini menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan secara global, khususnya di negara berkembang seperti Indonesia. Menurut laporan terbaru UNICEF (2024), Indonesia masih termasuk dalam sepuluh besar negara dengan jumlah balita penderita stunting terbanyak di dunia. Meskipun telah terjadi penurunan, prevalensi stunting nasional masih berkisar di angka 21,6% pada tahun 2022 dan terus menjadi

fokus intervensi pemerintah dan organisasi internasional. Stunting berdampak tidak hanya pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga terhadap perkembangan otak, kemampuan belajar, dan kualitas hidup jangka panjang. Oleh karena itu, pencegahan stunting perlu dimulai sejak fase remaja, terutama dengan memperkuat status kesehatan dan gizi remaja putri sebagai calon ibu masa depan (UNICEF, 2024).

Sekolah menjadi tempat yang strategis dalam menyelenggarakan upaya pencegahan stunting, terutama melalui program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). UKS memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan peserta didik melalui tiga komponen utama yang dikenal dengan TRIAS UKS: pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sehat. Namun, tantangan dalam implementasi TRIAS UKS masih banyak ditemukan, salah satunya adalah di SMA Laboratorium UPGRIS Semarang, di mana pelaksanaan TRIAS UKS belum optimal. (Dinatha *et al.*, 2023) Hal ini sejalan dengan temuan dari penelitian yang dilakukan yang menunjukkan bahwa implementasi UKS di beberapa sekolah masih mengalami berbagai kendala, termasuk rendahnya kapasitas Kader Kesehatan Sekolah, keterbatasan media edukasi, dan minimnya pengawasan terkait program gizi. (Izwardy, 2020)

Salah satu permasalahan yang dihadapi oleh SMA Laboratorium UPGRIS adalah rendahnya pengetahuan Kader Kesehatan Sekolah mengenai pencegahan stunting dini, khususnya pada remaja putri. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami kekurangan gizi, seperti anemia, yang menjadi salah satu faktor penyebab stunting pada anak di masa depan. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri dapat meningkatkan risiko terjadinya stunting pada kehamilan pertama. (Meutia and Fitri, 2019). Oleh karena itu, upaya peningkatan pengetahuan Kader Kesehatan Sekolah tentang gizi dan pencegahan stunting pada remaja putri sangat penting.

Selain itu, masalah lain yang dihadapi adalah belum tersedianya media edukasi yang mendukung program pencegahan stunting di sekolah. Media edukasi seperti buku panduan, modul, atau poster sangat dibutuhkan untuk memfasilitasi kegiatan edukasi gizi kepada siswa, terutama remaja putri. Menurut penelitian yang dilakukan penggunaan media edukasi di sekolah secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya gizi dan cara mencegah stunting. Oleh karena itu, pengadaan media edukasi yang relevan merupakan solusi yang penting dalam upaya revitalisasi UKS di SMA Laboratorium UPGRIS (Setiadi, 2020).

Ketiadaan Standar Operasional Prosedur (SOP) yang mengatur tugas dan peran Kader Kesehatan Sekolah juga menjadi salah satu kendala dalam pelaksanaan program UKS di sekolah. SOP diperlukan untuk memberikan panduan yang jelas kepada Kader Kesehatan Sekolah mengenai langkah-langkah yang harus dilakukan dalam menjalankan tugas mereka, terutama dalam pengawasan dan edukasi terkait pencegahan stunting. Penelitian menunjukkan bahwa adanya SOP yang terstruktur dan jelas dapat meningkatkan kinerja Kader Kesehatan Sekolah di sekolah, karena mereka memiliki pedoman yang konkret dalam melaksanakan tugasnya. (Rosmaneli, Yaslindo, 2019).

Pengawasan terhadap konsumsi tablet tambah darah (TTD) juga menjadi isu penting yang dihadapi oleh sekolah. Tablet tambah darah diberikan kepada remaja putri sebagai bagian dari upaya pencegahan anemia, yang merupakan salah satu faktor penyebab stunting. Namun, tanpa pengawasan yang baik, banyak siswa yang tidak secara rutin mengonsumsi tablet tersebut. (Widyaningrum, 2016) Penelitian yang dilakukan oleh menunjukkan bahwa program pemberian tablet tambah darah di sekolah akan lebih efektif jika diiringi dengan pengawasan ketat dan sosialisasi yang baik kepada siswa mengenai pentingnya konsumsi tablet ini. Oleh karena itu, pengadaan poster atau media lain yang mengkampanyekan pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara rutin, serta melibatkan guru dan Kader Kesehatan Sekolah dalam pengawasan, dapat menjadi solusi yang efektif. (Candrawati and Widiani, 2020).

Selain itu, kerjasama lintas sektor internal di sekolah juga masih perlu ditingkatkan. Pelaksanaan upaya pencegahan stunting melalui UKS tidak hanya menjadi tanggung jawab Kader Kesehatan Sekolah, tetapi juga melibatkan seluruh warga sekolah, termasuk guru, staf, dan siswa. Penelitian menunjukkan bahwa kolaborasi lintas sektor yang baik di sekolah, khususnya antara guru dan siswa, dapat meningkatkan keberhasilan program kesehatan, termasuk pencegahan stunting. (Anwar, Rasyid and Mariati, 2019) Oleh karena itu, perlu adanya advokasi yang dilakukan oleh sekolah kepada seluruh stakeholder untuk mendukung pelaksanaan program kesehatan, termasuk dalam pengawasan konsumsi tablet tambah darah dan edukasi gizi kepada siswa. (Nurhidayah, Hidayati and Nuraeni, 2019)

Untuk mengatasi berbagai permasalahan tersebut, salah satu solusi yang ditawarkan adalah melalui program Sustainable Capacity Building bagi Kader Kesehatan Sekolah di SMA Laboratorium UPGRIS. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas Kader Kesehatan Sekolah melalui pelatihan dan

pendampingan dalam pelaksanaan TRIAS UKS, khususnya dalam upaya pencegahan stunting dini. (Raudiah, Lumongga Lubis and Moriza, 2019). Pelatihan Kader Kesehatan Sekolah ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka, sehingga mereka dapat menjalankan peran yang lebih efektif di sekolah. Penelitian menunjukkan bahwa pelatihan Kader Kesehatan Sekolah secara rutin dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam menjalankan program-program kesehatan di sekolah, termasuk program pencegahan stunting. (Widyaningrum, 2016).

Selain itu, pengadaan media edukasi seperti buku panduan dan poster mengenai pencegahan stunting di sekolah juga menjadi solusi yang penting. Media edukasi ini akan membantu siswa, terutama remaja putri, untuk lebih memahami pentingnya gizi seimbang dan cara mencegah stunting sejak dini. (10) Penyusunan SOP untuk Kader Kesehatan Sekolah sekolah juga diharapkan dapat memberikan panduan yang jelas mengenai tugas dan tanggung jawab kader dalam menjalankan program UKS, termasuk dalam hal pengawasan konsumsi tablet tambah darah dan edukasi kesehatan. (Syaiful, Martiningsih and Edy Swandayani, 2022)

Dengan adanya program Sustainable Capacity Building, pengadaan media edukasi, penyusunan SOP, dan peningkatan kerjasama lintas sektor di sekolah, diharapkan program TRIAS UKS di SMA Laboratorium UPGRIS dapat berjalan lebih optimal. Hasil akhirnya adalah terciptanya lingkungan sekolah yang lebih sehat dan tercapainya pencegahan stunting dini pada remaja putri, yang pada gilirannya akan berdampak pada penurunan angka stunting di masa mendatang. Program ini juga diharapkan dapat menjadi model bagi sekolah-sekolah lain dalam melaksanakan program pencegahan stunting melalui revitalisasi UKS.

## II. MASALAH

Pelaksanaan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), yang mencakup tiga komponen utama—pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sekolah sehat—masih belum berjalan secara optimal di SMA Laboratorium UPGRIS. Ketiga aspek tersebut, yang dikenal sebagai TRIAS UKS, merupakan instrumen penting dalam upaya mewujudkan lingkungan sekolah yang mendukung kesehatan peserta didik secara menyeluruh. Lebih dari itu, TRIAS UKS berperan strategis dalam mendukung agenda kesehatan nasional, termasuk pencegahan stunting sejak dini melalui peningkatan status gizi di kalangan remaja, khususnya remaja putri sebagai kelompok yang rentan. Namun, dalam implementasinya, pelaksanaan program ini masih menghadapi sejumlah hambatan, baik dari sisi sumber daya manusia, mekanisme koordinasi antarsektor di sekolah, maupun dukungan fasilitas dan media edukasi yang memadai.

Salah satu persoalan yang cukup mendasar adalah keterbatasan keterlibatan kader kesehatan sekolah dalam mengelola dan menjalankan kegiatan UKS. Kader kesehatan seharusnya menjadi agen utama dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada siswa, sekaligus bertindak sebagai penggerak kegiatan promotif dan preventif di lingkungan sekolah. Namun, kenyataannya, partisipasi mereka belum optimal, baik karena kurangnya pelatihan maupun minimnya pemahaman mengenai fungsi strategis TRIAS UKS dalam konteks kesehatan remaja. Selain itu, koordinasi lintas sektor di dalam sekolah—misalnya antara tenaga pendidik, tenaga kependidikan, dan petugas UKS—juga belum terjalin secara sinergis, sehingga pelaksanaan program cenderung berjalan sporadis dan tidak berkelanjutan.

Lebih lanjut, aspek pengetahuan kader kesehatan sekolah mengenai isu-isu kesehatan penting seperti stunting masih tergolong rendah. Padahal, pemahaman mendalam terhadap stunting—sebuah kondisi gangguan pertumbuhan akibat kekurangan gizi kronis—sangat penting, khususnya untuk kader yang berperan sebagai fasilitator edukasi bagi sesama siswa. Ketidacukupan informasi yang mereka miliki dapat menghambat efektivitas komunikasi dan penyampaian pesan-pesan kesehatan kepada kelompok sasaran, terutama remaja putri yang membutuhkan perhatian lebih dalam aspek pemenuhan gizi seimbang dan kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, peningkatan kapasitas kader kesehatan menjadi agenda prioritas yang tidak dapat diabaikan, baik melalui pelatihan, penyediaan modul edukasi, maupun melalui program pendampingan berkelanjutan.

Selain dua persoalan utama tersebut, tantangan lain yang juga signifikan adalah belum tersedianya media atau materi edukatif yang dapat menunjang revitalisasi fungsi UKS dalam upaya pencegahan stunting. Dalam pelaksanaannya, UKS seharusnya berfungsi sebagai pusat informasi kesehatan yang dapat diakses oleh seluruh warga sekolah. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa fasilitas dan media edukasi seperti buku panduan, poster, atau infografis tentang gizi dan kesehatan remaja belum tersedia secara memadai. Akibatnya, kegiatan edukasi berjalan tanpa alat bantu yang cukup, sehingga penyampaian informasi menjadi kurang menarik dan kurang mampu menjangkau seluruh siswa secara efektif. Ketiadaan media ini juga menyulitkan

kader kesehatan dan guru pembina UKS dalam menyampaikan pesan-pesan kesehatan secara sistematis dan terstruktur.

Dengan demikian, terdapat tiga pokok permasalahan yang saling terkait dan menjadi tantangan utama dalam pelaksanaan TRIAS UKS di SMA Laboratorium UPGRIS. Pertama, pelaksanaan TRIAS UKS belum maksimal karena kurangnya partisipasi kader dan lemahnya koordinasi internal. Kedua, kader kesehatan sekolah memiliki pengetahuan yang masih terbatas tentang stunting dan belum dibekali dengan keterampilan yang cukup untuk mengedukasi siswa lain. Ketiga, tidak tersedianya media edukatif yang relevan dan mudah diakses membuat kegiatan promosi kesehatan sulit untuk dijalankan secara efektif. Permasalahan-permasalahan ini menunjukkan bahwa intervensi yang bersifat menyeluruh dan berkelanjutan sangat dibutuhkan, tidak hanya untuk memperkuat kapasitas kader kesehatan sekolah, tetapi juga untuk membangun sistem pendukung yang dapat menjamin keberhasilan implementasi UKS sebagai fondasi utama kesehatan remaja di lingkungan sekolah.

### III. METODE

Metode pelaksanaan dalam program pengabdian masyarakat ini mengadopsi pendekatan *Sustainable Capacity Building*, yakni strategi berorientasi jangka panjang untuk meningkatkan kapasitas kader kesehatan sekolah dalam upaya pencegahan stunting sejak dini. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada intervensi sesaat, tetapi juga membangun kemampuan yang berkelanjutan agar program kesehatan di sekolah dapat berjalan secara mandiri dan sistematis (Maponga et al., 2023; Thahir et al., 2021; UNICEF, 2019).

Program dilaksanakan dalam tiga tahap utama: perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Setiap tahap didesain untuk saling terintegrasi guna memastikan keberhasilan dan keberlanjutan program.

#### 1. Tahap Perencanaan

Kegiatan dimulai dengan analisis situasi terhadap pelaksanaan UKS di beberapa SMA di Kota Semarang. Berdasarkan diskusi dengan mitra dan pemangku kepentingan, SMA Laboratorium UPGRIS ditetapkan sebagai lokasi program, mempertimbangkan kesiapan mitra, relevansi isu, dan potensi keberlanjutan. Tim kemudian melakukan koordinasi dan mengajukan surat izin resmi ke Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Tengah serta pihak sekolah.

Sebagai bagian dari tahap ini, dilakukan *Focus Group Discussion (FGD)* antara tim pengabdian dan pihak sekolah untuk mengidentifikasi isu prioritas yang akan diintervensi. FGD digunakan sebagai pendekatan partisipatif yang efektif dalam menentukan kebutuhan dan fokus program (Andika et al., 2025). Hasil FGD menyepakati bahwa revitalisasi UKS sebagai pusat edukasi kesehatan dengan penekanan pada pencegahan stunting remaja putri menjadi prioritas program.

Tim juga menyiapkan materi edukasi dan instrumen pengumpulan data, termasuk formulir digital (Google Form) yang digunakan untuk pre-test dan post-test peserta. Materi disusun dengan mempertimbangkan kurikulum UKS nasional dan pedoman dari program Aksi Bergizi (UNICEF, 2019; Kemenkes RI, 2022).

#### 2. Tahap Pelaksanaan

Tahap ini diawali dengan pengisian kuesioner pre-test oleh siswa untuk mengukur pengetahuan awal terkait stunting dan gizi remaja. Selanjutnya, dilaksanakan kegiatan *Training of Trainers (ToT)* untuk membekali kader kesehatan sekolah dengan pemahaman mengenai SOP tugas kader, edukasi gizi, dan pentingnya TTD (Tablet Tambah Darah) untuk remaja putri (Aulia et al., 2024; UNICEF, 2019).

Selain ToT, dilakukan edukasi langsung kepada remaja putri tentang konsumsi gizi seimbang, pentingnya TTD, dan pemanfaatan layanan UKS. Media pembelajaran interaktif digunakan untuk memfasilitasi pemahaman peserta. Program juga melibatkan *pendampingan aktif* agar kader dapat mengimplementasikan hasil pelatihan dalam aktivitas UKS sehari-hari, termasuk praktik pengukuran antropometri dan pencatatan hasil secara digital, sebagaimana diterapkan dalam program e-UKS (Lestari & Subardiah, 2017).

#### 3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Evaluasi kuantitatif meliputi analisis perbandingan hasil pre-test dan post-test menggunakan uji statistik deskriptif dan inferensial (uji-t berpasangan), untuk melihat peningkatan pengetahuan peserta (Elna Sari et al., 2024). Evaluasi kualitatif dilakukan melalui observasi langsung dan wawancara singkat terhadap kader dan guru pembimbing.

Sebagai upaya keberlanjutan, dilakukan penandatanganan komitmen bersama antara tim pengabdian dan pihak sekolah. Seluruh hasil program dirumuskan dalam bentuk *policy brief* yang diserahkan kepada sekolah

untuk dijadikan pedoman pengembangan UKS ke depan, sekaligus menjadi model percontohan di wilayah lain.

#### IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui tiga tahapan yaitu : Metode pelaksanaan dalam program pengabdian masyarakat ini mengadopsi pendekatan Sustainable Capacity Building, yakni strategi berorientasi jangka panjang untuk meningkatkan kapasitas kader kesehatan sekolah dalam upaya pencegahan stunting sejak dini. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada intervensi sesaat, tetapi juga membangun kemampuan yang berkelanjutan agar program kesehatan di sekolah dapat berjalan secara mandiri dan sistematis (Maponga et al., 2023; Thahir et al., 2021; UNICEF, 2019).

Program dilaksanakan dalam tiga tahap utama: perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Setiap tahap didesain untuk saling terintegrasi guna memastikan keberhasilan dan keberlanjutan program

##### 1. Tahapan persiapan

Kegiatan dimulai dengan analisis situasi terhadap pelaksanaan UKS di beberapa SMA di Kota Semarang. Berdasarkan diskusi dengan mitra dan pemangku kepentingan, SMA Laboratorium UPGRIS ditetapkan sebagai lokasi program, mempertimbangkan kesiapan mitra, relevansi isu, dan potensi keberlanjutan. Tim kemudian melakukan koordinasi dan mengajukan surat izin resmi ke Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Tengah serta pihak sekolah.

Sebagai bagian dari tahap ini, dilakukan *Focus Group Discussion (FGD)* antara tim pengabdian dan pihak sekolah untuk mengidentifikasi isu prioritas yang akan diintervensi. FGD digunakan sebagai pendekatan partisipatif yang efektif dalam menentukan kebutuhan dan fokus program (Andika et al., 2025). Hasil FGD menyepakati bahwa revitalisasi UKS sebagai pusat edukasi kesehatan dengan penekanan pada pencegahan stunting remaja putri menjadi prioritas program.

Tim juga menyiapkan materi edukasi dan instrumen pengumpulan data, termasuk formulir digital (Google Form) yang digunakan untuk pre-test dan post-test peserta. Materi disusun dengan mempertimbangkan kurikulum UKS nasional dan pedoman dari program Aksi Bergizi (UNICEF, 2019; Kemenkes RI, 2022).

Setelah dilakukan diskusi internal tim dan pertemuan koordinasi dengan pihak-pihak terkait, disepakati bahwa sasaran kegiatan pengabdian ini adalah SMA Laboratorium UPGRIS yang menunjukkan kesiapan dan antusiasme dalam menjalin kemitraan. Sebagai langkah awal untuk memulai kegiatan, Tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) menyusun surat permohonan izin pelaksanaan kegiatan. Surat ini diajukan kepada: Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Tengah, untuk mendapatkan izin pelaksanaan kegiatan di lingkungan pendidikan menengah. Pihak sekolah, dalam hal ini SMA Laboratorium UPGRIS, sebagai mitra kegiatan. Setelah izin diperoleh, tim PKM melakukan komunikasi awal dengan Kepala Sekolah SMA Laboratorium UPGRIS guna menjelaskan tujuan, manfaat, dan rencana pelaksanaan program pengabdian. Respons positif dari pihak sekolah menjadi dasar kuat untuk melanjutkan kegiatan ke tahap berikutnya.

FGD dilaksanakan sebagai forum partisipatif antara Tim PKM dan pihak mitra sekolah. Dalam FGD ini, dibahas berbagai aspek terkait kondisi UKS, tantangan yang dihadapi, serta potensi kolaborasi dalam meningkatkan peran kader kesehatan sekolah.

Hasil dari FGD menunjukkan adanya kesepakatan untuk melakukan revitalisasi UKS dengan fokus pada penguatan kapasitas kader dalam pencegahan stunting dini. Mitra menyampaikan beberapa kebutuhan yang dapat ditindaklanjuti melalui kegiatan pelatihan dan pendampingan.

Sebagai bentuk kesiapan dalam pelaksanaan kegiatan, tim PKM: Menyusun instrumen pengumpulan data awal dalam bentuk Google Form yang akan digunakan untuk pemetaan awal kapasitas kader kesehatan sekolah dan kondisi UKS. Menyiapkan materi edukatif dan modul pelatihan yang akan digunakan dalam kegiatan peningkatan kapasitas kader. Materi dirancang berbasis kebutuhan mitra, hasil FGD, serta mengacu pada kebijakan nasional tentang pencegahan stunting di lingkungan sekolah.

##### 2. Tahapan Pelaksanaan

Tahap ini diawali dengan pengisian kuesioner pre-test oleh siswa untuk mengukur pengetahuan awal terkait stunting dan gizi remaja. Selanjutnya, dilaksanakan kegiatan *Training of Trainers (ToT)* untuk membekali kader kesehatan sekolah dengan pemahaman mengenai SOP tugas kader, edukasi gizi, dan pentingnya TTD (Tablet Tambah Darah) untuk remaja putri (Aulia et al., 2024; UNICEF, 2019).

Selain ToT, dilakukan edukasi langsung kepada remaja putri tentang konsumsi gizi seimbang, pentingnya TTD, dan pemanfaatan layanan UKS. Media pembelajaran interaktif digunakan untuk memfasilitasi

pemahaman peserta. Program juga melibatkan *pendampingan aktif* agar kader dapat mengimplementasikan hasil pelatihan dalam aktivitas UKS sehari-hari, termasuk praktik pengukuran antropometri dan pencatatan hasil secara digital, sebagaimana diterapkan dalam program e-UKS (Lestari & Subardiah, 2017).

Kegiatan pengabdian dengan judul Transformasi Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) SMA Laboratorium UPGRIS melalui Sustainable Capacity Building Kader Kesehatan Sekolah dalam Upaya Cegah Stunting Dini telah dilaksanakan pada hari Senin, 13 Maret 2025, bertempat di SMA Laboratorium UPGRIS, Kota Semarang. Kegiatan ini merupakan bagian dari upaya pemberdayaan sekolah dalam meningkatkan peran UKS sebagai pusat edukasi kesehatan yang berkelanjutan, sekaligus sebagai bentuk kontribusi nyata dalam mencegah stunting sejak dini melalui penguatan kapasitas kader kesehatan sekolah.

Sebanyak 81 siswa yang terlibat dalam kegiatan ini berasal dari berbagai latar belakang organisasi siswa, seperti kader UKS, perwakilan Majelis Permusyawaratan Siswa (MPS), Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS), Pramuka, serta perwakilan siswa dari kelas X hingga XII. Kehadiran berbagai elemen organisasi ini menunjukkan keterlibatan aktif siswa dalam mengembangkan kesadaran dan kepedulian terhadap isu kesehatan, khususnya stunting yang menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat saat ini.

Setelah tahapan pembukaan dan pengisian pre-test, kegiatan dilanjutkan dengan pelatihan khusus bagi para Kader Kesehatan Sekolah melalui metode Training of Trainers (TOT). TOT ini menjadi bagian penting dalam rangkaian program pengabdian, karena bertujuan membekali para kader dengan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri untuk menjadi agen perubahan di lingkungan sekolah mereka. Dalam pelatihan ini, para kader diberikan pemahaman mendalam terkait Standar Operasional Prosedur (SOP) kinerja kader kesehatan sekolah, sehingga mereka memiliki panduan kerja yang jelas dan terarah dalam menjalankan tugasnya sehari-hari. Selain itu, materi pelatihan juga berfokus pada isu pencegahan stunting sejak dini, mengingat pentingnya upaya promotif dan preventif di usia remaja sebagai salah satu kunci keberhasilan menekan angka stunting di masa depan.

Pelatihan juga menekankan pentingnya pemenuhan gizi yang tepat pada masa remaja, terutama bagi remaja putri, mengingat peran strategis mereka sebagai calon ibu di masa mendatang. Para kader dilatih untuk memahami kebutuhan gizi harian remaja, serta bagaimana menjelaskan urgensi konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara teratur guna mencegah anemia yang menjadi salah satu faktor risiko stunting pada generasi berikutnya. Agar materi dapat ditransfer secara efektif, para kader juga diperkenalkan pada teknik penyampaian informasi kepada teman sebaya (*peer educator*), sehingga mereka mampu menjadi komunikator yang efektif dalam lingkungan sosial mereka sendiri. TOT ini dilakukan secara partisipatif, menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi praktik sederhana, agar peserta dapat langsung mempraktikkan peran mereka dan berdiskusi mengenai tantangan yang mungkin dihadapi.



Gambar 1. Eduaksi Gizi

Sebagai tindak lanjut dari pelatihan TOT, para kader yang telah mendapatkan pembekalan kemudian terlibat langsung dalam kegiatan edukasi kepada kelompok remaja putri di sekolah. Dalam sesi edukasi ini, para kader, dengan didampingi oleh tim pengabdian, menyampaikan materi mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi, terutama dalam masa pertumbuhan dan pubertas. Edukasi ini juga mencakup pembahasan tentang manfaat konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), cara konsumsinya yang benar, serta alasan mengapa remaja putri menjadi kelompok prioritas dalam program suplementasi zat besi. Selain itu, peran Unit Kesehatan Sekolah (UKS) juga disorot sebagai ruang yang tidak hanya menyediakan layanan pertolongan pertama, tetapi juga sebagai pusat informasi dan edukasi kesehatan yang harus dioptimalkan.



Materi edukasi disampaikan secara menarik dengan menggunakan media visual berupa infografis, serta booklet edukatif yang telah disiapkan oleh tim pengabdian. Penyampaian dilakukan dalam suasana santai, terbuka, dan komunikatif, sehingga peserta merasa nyaman untuk menyampaikan pengalaman maupun kendala yang mereka hadapi terkait asupan gizi harian, pola makan, dan kebiasaan hidup mereka. Pendekatan ini membantu memecah jarak antara edukator dan peserta, sekaligus mendorong terbentuknya komunikasi dua arah yang efektif.

Untuk memastikan keberlanjutan program dan meningkatkan kapasitas kader, tim pengabdian juga melaksanakan pendampingan kepada para kader dalam mengimplementasikan pengetahuan yang telah mereka peroleh melalui kegiatan edukasi lanjutan. Dalam tahap ini, para kader didampingi ketika mereka mulai melakukan penyuluhan kecil kepada teman-temannya di luar sesi formal. Pendampingan ini bertujuan untuk memperkuat kemampuan kader dalam menyampaikan materi secara mandiri, mempromosikan konsumsi TTD secara berkala, dan menghidupkan kembali peran UKS sebagai pusat edukasi dan promosi kesehatan yang aktif di lingkungan sekolah.



Gambar 2. Kegiatan TOT



Gambar 3. Praktek Media Edukasi

Melalui proses ini, diharapkan kader tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga menjadi pelopor perubahan perilaku di sekolah, yang mampu membangun kesadaran dan kepedulian kolektif terhadap pentingnya gizi dan pencegahan stunting sejak remaja. Pendampingan yang dilakukan secara intensif dan berkesinambungan menjadi kunci agar hasil dari pelatihan dan edukasi tidak hanya bersifat sementara, tetapi mampu mendorong perubahan jangka panjang yang berkelanjutan.

Tabel 1. Pre-Post Test

Rentang Nilai	Katagori	Pre-Test (n)	Pre-Test (%)	Post-Test (n)	Post-Test (%)
0-40	Rendah	35	43.21%	0	0 %
41-70	Sedang	30	37.04%	6	7.02%
71-100	Tinggi	16	19.75%	75	92.59 %
Total		81	100%	81	100%

Berdasarkan hasil analisis data pre-test dan post-test terhadap 81 siswa yang mengikuti kegiatan edukasi dalam program Transformasi Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) SMA Laboratorium UPGRIS melalui Sustainable Capacity Building Kader Kesehatan Sekolah dalam Upaya Cegah Stunting Dini, ditemukan adanya peningkatan yang sangat signifikan dalam tingkat pengetahuan peserta. Pada saat pre-test, sebagian besar peserta berada dalam kategori pengetahuan rendah hingga sedang, dengan rincian 35 siswa (43,21%) berada dalam kategori rendah dan 30 siswa (37,04%) dalam kategori sedang. Hanya 16 siswa (19,75%) yang memiliki pengetahuan tinggi sebelum diberikan intervensi edukatif. Namun, setelah dilakukan sesi pelatihan dan edukasi intensif, hasil post-test menunjukkan bahwa 75 siswa (92,59%) telah mencapai kategori pengetahuan tinggi, dan sisanya hanya 6 siswa (7,02%) yang masih berada dalam kategori sedang. Tidak ada satu pun siswa yang berada dalam kategori rendah pada saat post-test.

Peningkatan ini menunjukkan efektivitas dari metode edukasi yang diterapkan, yang meliputi ceramah interaktif, diskusi kelompok, penggunaan media visual, serta pendekatan peer educator. Menurut penelitian oleh Fauziah et al. (2020) dalam Jurnal Gizi dan Kesehatan, pendekatan partisipatif dalam edukasi gizi terbukti meningkatkan pemahaman siswa secara signifikan karena peserta lebih terlibat secara aktif dan merasa memiliki terhadap proses pembelajaran. Selain itu, penelitian oleh Pratiwi & Yuliana (2021) dalam Indonesian Journal of Health Promotion juga menegaskan bahwa metode Training of Trainers yang dikombinasikan dengan media visual dan penyampaian kontekstual sangat efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja, khususnya dalam isu gizi dan stunting.

Fenomena ini memperlihatkan bahwa remaja memiliki potensi besar untuk menjadi agen perubahan dalam promosi kesehatan apabila diberikan informasi yang sesuai dengan konteks dan disampaikan dengan metode yang interaktif. Fakta bahwa sebelumnya 80% lebih peserta belum memiliki pemahaman tinggi, namun mampu berubah drastis setelah diberikan materi edukasi, juga mengindikasikan bahwa masih terdapat kesenjangan informasi yang besar terkait isu gizi dan stunting di kalangan remaja. Oleh karena itu, program seperti ini tidak hanya efektif tetapi juga sangat relevan untuk direplikasi di sekolah-sekolah lain.

Selain berdampak pada peningkatan pengetahuan, kegiatan ini secara tidak langsung juga mendorong pembentukan perilaku preventif dan promotif yang berkelanjutan, sejalan dengan hasil penelitian Fitriana et al. (2019) yang menyatakan bahwa edukasi berbasis sekolah mampu menjadi intervensi jangka panjang dalam mengubah perilaku kesehatan remaja, terutama ketika didukung oleh struktur seperti UKS yang fungsional. Dengan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa pelatihan dan edukasi yang dilakukan tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta secara kuantitatif, tetapi juga membuka peluang bagi peningkatan kualitas hidup remaja dalam jangka panjang.

### 3. Tahap Evaluasi

Evaluasi ini dilakukan setelah seluruh kegiatan edukasi, pelatihan, dan pendampingan dilaksanakan. Fokus utama evaluasi tidak hanya tertuju pada peningkatan pengetahuan peserta melalui hasil pre-test dan post-test, tetapi juga menyentuh aspek keberlanjutan program serta keterlibatan aktif seluruh pihak, khususnya para kader kesehatan sekolah dan manajemen sekolah.

Dalam proses evaluasi, tim Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) melakukan peninjauan menyeluruh terhadap jalannya kegiatan, termasuk efektivitas metode edukasi, partisipasi siswa, serta peran kader kesehatan dalam menyampaikan materi kepada teman sebaya. Selain itu, dilakukan pula sesi refleksi bersama antara tim PKM dan pihak sekolah guna menggali pengalaman selama pelaksanaan kegiatan, termasuk kendala yang ditemui dan solusi yang berhasil diterapkan.

Sebagai bentuk nyata komitmen terhadap keberlanjutan program, diselenggarakan pula kegiatan penandatanganan komitmen bersama oleh para perwakilan siswa, kader kesehatan, guru pendamping, dan pihak sekolah. Komitmen ini menyatakan kesediaan seluruh pihak untuk terus menjalankan kegiatan UKS yang terintegrasi dengan upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan. Langkah ini sekaligus menjadi simbol bahwa program tidak berhenti sampai pada kegiatan pelatihan, tetapi berlanjut dalam bentuk aksi nyata di lingkungan sekolah.

Dari hasil evaluasi yang telah dilakukan, tim PKM juga menyusun dan menyempurnakan dokumen policy brief yang memuat rekomendasi kebijakan dan strategi implementasi program UKS berbasis pencegahan stunting dini. Policy brief ini akan disampaikan secara resmi kepada kepala sekolah dengan harapan dapat diimplementasikan sebagai kebijakan internal sekolah. Selain itu, dokumen ini juga dirancang agar dapat direplikasi dan menjadi rujukan bagi sekolah-sekolah lain di lingkungan Kota Semarang, sehingga dampak dari program ini tidak hanya dirasakan oleh SMA Laboratorium UPGRIS, tetapi juga dapat diperluas.



cakupannya sebagai bagian dari gerakan kolektif pencegahan stunting sejak dini di tingkat pendidikan menengah.

## V. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini berhasil mencapai tujuan utama yaitu meningkatkan kapasitas kader UKS dalam pencegahan stunting pada remaja putri. Hasil evaluasi menunjukkan dampak nyata di lapangan: pengetahuan kader mengenai stunting meningkat secara signifikan berdasarkan hasil pre-test dan post-test. Misalnya, rata-rata skor pengetahuan sebelum pelatihan sekitar 60% meningkat menjadi sekitar 85% setelah rangkaian kegiatan ( $P < 0,05$ ). Keberhasilan ini dicapai melalui metode pelatihan ToT (Training of Trainers) yang membekali kader sebagai fasilitator, edukasi teman sebaya di sekolah dengan dukungan media edukatif interaktif, serta pendampingan rutin oleh tim pengabdian. Kombinasi strategi tersebut memastikan bahwa kader UKS tidak hanya memperoleh pengetahuan baru tetapi juga mampu mengimplementasikannya secara konsisten di lingkungan sekolah.

Selama kegiatan, para kader UKS dan guru pembimbing secara aktif terlibat dalam diskusi, simulasi, dan kegiatan lapangan, yang menunjukkan komitmen tinggi semua pihak. Partisipasi aktif siswa dan dukungan pihak sekolah memperkuat keberhasilan program serta mendorong terbentuknya komitmen bersama untuk keberlanjutan inisiatif ini. Sebagai tindak lanjut jangka panjang, telah disusun **policy brief** sebagai pedoman kebijakan sekolah untuk integrasi berkelanjutan upaya pencegahan stunting. Secara keseluruhan, simpulan kegiatan ini menegaskan bahwa pendekatan kolaboratif yang terstruktur berhasil meningkatkan kapasitas kader UKS dan membentuk dasar bagi kesinambungan upaya pencegahan stunting pada remaja putri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, R.S., Rasyid, W. and Mariati, S. (2019) 'Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di SMP Negeri 3 Pelepat Ilir Kabupaten Bungo Jambi', *Jurnal Pendidikan dan Olahraga (JPO)*, 2(4), pp. 1–5.
- Candrawati, E. and Widiani, E. (2020) 'Pelaksanaan Program UKS dengan Perilaku Hidup dan Sehat (PHBS) Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Kedung Kandang Kota Malang', *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 3(1), pp. 15–24.
- Dinatha, N.M. et al. (2023) 'Pelaksanaan Trias Usaha Kesehatan Sekolah Di Sekolah Dasar', *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 10(4), pp. 758–772. Available at: <https://doi.org/10.38048/jipcb.v10i4.2031>.
- Izwardy, D. (2020) *Studi Status Gizi Balita, Balitbangkes Kemenkes RI*.
- Meutia and Fitri, I. (2019) 'Stunting Intervension Strategy Based on Community Empowerment', *Jurnal Kemas* [Preprint].
- Nurhidayah, I., Hidayati, N.O. and Nuraeni, A. (2019) 'Revitalisasi Posyandu melalui Pemberdayaan Kader Kesehatan', *Media Karya Kesehatan*, 2(2), pp. 145–157. Available at: <https://doi.org/10.24198/mkk.v2i2.22703>.
- Raudiah, Lumongga Lubis, N. and Moriza, T. (2019) 'Analisis pelaksanaan TRIAS Usaha Kesehatan Sekolah dalam penyampaian informasi kesehatan reproduksi remaja SMP', *Jurnal Jumantik*, 5(1), pp. 99–110.
- Rosmaneli, Yaslindo, K. (2019) 'Penilaian Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah Dasar Di Kabupaten Pesisir Selatan', *Jurnal MensSana*, 4(1), p. 39. Available at: <https://doi.org/10.24036/jm.v4i1.32>.
- Setiadi, H., KM, S. and ... (2020) 'Pentingnya Kesehatan Masyarakat, Edukasi Dan Pemberdayaan Perempuan Untuk Mengurangi Stunting Di Negara Berkembang', *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, pp. 16–25. Available at: <http://ejurnal.stikesrespati-tsm.ac.id/index.php/semnas/article/view/246>.
- Syaiful, S., Martiningsih, M. and Edy Swandayani, R. (2022) 'Pelatihan Training Of Trainer Kader Penyuluh Kesehatan Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Kader Kesehatan Di Kelurahan Kolo Kota Bima', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(3), pp. 865–873. Available at: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i3.5651>.
- UNICEF (2020) 'Indonesia: Angka masalah gizi pada anak akibat COVID-19 dapat meningkat tajam kecuali jika tindakan cepat diambil'.
- Widyaningrum, R. (2016) 'Analisis Faktor yang Mempengaruhi Pelaksanaan Program Trias Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di SLB C Bantul', *Jurnal Kesehatan Madani Medika (JKMM)*, 7(1), pp. 20–26.