ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

MODEL KARUNI EFEKTIV DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG KEHAMILAN, PHBS, DAN GIZI UNTUK MENCEGAH STUNTING

Effectiveness of the KARUNI Model in Enhancing Adolescents' Knowledge of Pregnancy, Clean and Healthy Living Behavior, and Nutrition for Stunting Prevention

Nur Cahya Rachmawati[1], Lulung Lanova Hersipa[2], Mizan Prihastuti [3] , Lutfi Annarahayu [4], Benny Karuniawati[*]

[134]Program Studi Profesi Bidan, Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta
Jln Tentara Rakyat Mataram No 11B, Yogyakarta, 55231, Indonesia
[2]Program D3 Kebidanan, Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta
Jln Tentara Rakyat Mataram No 11B, Yogyakarta, 55231, Indonesia
[5]Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta
Jln Tentara Rakyat Mataram No 11B, Yogyakarta, 55231, Indonesia
Email: bennykaruniawati, 081215739094
**Corresponding Author*

Tanggal *Submission*: 11 Februari 2025, Tanggal diterima: 28 Juni 2025

Abstrak

Latar belakang: Masa remaja adalah fase rentan, terutama bagi remaja putri, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti media sosial, urbanisasi, dan pola makan tidak sehat. Kurangnya gizi dapat menghambat pertumbuhan dan meningkatkan risiko kehamilan dini, yang berkontribusi pada stunting. Di Yogyakarta, prevalensi stunting masih tinggi, terutama di Gunungkidul, dengan faktor penyebab seperti Kurang Energi Kronis (KEK) dan anemia pada remaja putri. Untuk mengatasi masalah ini, Model Komunitas Anak Remaja Usia Dini (KARUNI) dikembangkan sebagai platform edukasi interaktif berbasis digital yang memberikan informasi mengenai kesehatan reproduksi, PHBS, dan gizi. Melalui pendekatan digital yang menarik, remaja dapat mengakses materi edukasi secara lebih efektif.
Tujuan: mengevaluasi efektivitas Model KARUNI dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang kehamilan, PHBS, dan gizi sebagai upaya pencegahan stunting. Metode: Penelitian ini mengevaluasi efektivitas Model KARUNI melalui metode quasi eksperimen dengan 72 responden. Intervensi dilakukan selama 3 minggu dimana kelompok intrevensi diberikan akses aplikasi KARUNI. Hasil: Hasil uji analisis bivariat dengan *Mann Whitney* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001. Kesimpulan: Model KARUNI terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kehamilan remaja, PHBS, dan gizi sebagai upaya pencegahan stunting

Kata Kunci: KARUNI; pengetahuan; remaja; pencegahan; stunting

Abstract

Background: Adolescence is a critical and vulnerable phase, particularly for young women, influenced by various factors such as social media exposure, urbanization, and unhealthy dietary patterns. Nutritional deficiencies during this stage can hinder growth and increase the risk of early pregnancy, both of which contribute to stunting. In Yogyakarta, the prevalence of stunting remains high, especially in Gunungkidul, with key contributing factors including chronic energy deficiency (CED) and anemia among adolescent girls. To address this issue, the KARUNI Model was developed as a digital-based interactive educational platform that provides comprehensive information on reproductive health, clean and healthy living behavior (PHBS), and nutrition. Through an engaging digital approach, adolescents can access educational content more effectively.Objective: To evaluate the effectiveness of the KARUNI Model in improving adolescents' knowledge about pregnancy, PHBS, and nutrition as a strategy for stunting prevention. Methods: This study employed a quasi-experimental design with a total of 72 respondents. The intervention group received access to the KARUNI application for three weeks. Data were analyzed using the Mann–Whitney test. Results: The bivariate analysis showed a statistically significant increase in knowledge scores in the intervention group, with a p-value of 0.001. Conclusion: The KARUNI Model is effective in enhancing adolescents' knowledge regarding pregnancy, PHBS, and nutrition, and serves as a promising tool in efforts to prevent stunting.

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Keywords: *GIFT; knowledge; adolescents; prevention; stunting*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang paling rentan khususnya bagi remaja putri. Beberapa faktor yang memengaruhi perkembangan remaja saat ini di antaranya adalah media sosial, urbanisasi, pola makan tidak sehat, konflik bersenjata dan perubahan iklim. Masa remaja merupakan periode transisi yang krusial antara masa kanak-kanak dan dewasa, ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Tidak terpenuhinya gizi pada masa ini dapat menyebabkan gangguan dan hambatan dalam pertumbuhan remaja (Sutadarma, 2022). Remaja perempuan, terutama yang berada pada usia remaja awal, sangat rentan terhadap dampak kesehatan dari kehamilan dan persalinan karena tubuh mereka mungkin belum siap secara fisik. Melahirkan anak pada usia dini, atau kehamilan dan persalinan pada masa remaja, dapat menggagalkan perkembangan anak yang dilahirkan dan berdampak negatif pada kesehatan mereka (Bhan, 2019).

Pada tahap ini, remaja sering kali memiliki rasa ingin tahu yang tinggi namun kurang informasi yang akurat mengenai kesehatan reproduksi, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), serta kebutuhan gizi yang tepat. Kurangnya pengetahuan ini dapat meningkatkan risiko kehamilan di usia dini dan masalah kesehatan lainnya yang berkontribusi pada tingginya angka stunting di Indonesia. Upaya pencegahan stunting dapat dimulai sejak usia remaja. Status gizi khususnya pada remaja putri perlu mendapatkan perhatian yang lebih, karena remaja putri merupakan calon ibu yang akan melahirkan generasi selanjutnya (Muharyani et al., 2022). Pendapat tersebut memperkuat rekomendasi yang disampaikan oleh WHO tentang perlunya memperkuat intervensi untuk meningkatkan gizi dan kesehatan ibu, dimulai dari remaja putri (Myatt *et al*., 2018).

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) masih menghadapi tantangan dalam permasalahan gizi (stunting). Di Yogyakarta prevalensi stunting pada tahun 2023 masih berada di 18% dengan kabupeten tertinggi adalah Gunungkidul sebesar 22,2% (Kemenkes, 2023). Selain itu jumlah persalinan remaja di Kabupaten Gunungkidul merupakan yang tertinggi kedua di DIY. Data tahun 2022 menunjukkan terdapat 58 persalinan remaja (Pemkab Gunungkidul, 2023). Laporan hasil analisis data pengukuran stunting di Gunungkidul melaporkan bahwa munculnya stunting disebabkan oleh perilaku masyarakat diantaranya salah satunya Kurang Energi Kronis (KEK) serta anemia pada remaja putri. Selain itu, disampaikan bahwa terdapat permasalahan dilapangan yaitu remaja putri yang telah mendapatkan intervensi berupa pemberian tablet tambah darah (TTD), tetapi sebagian remaja putri belum mau mengkonsumsi TTD secara teratur karena kurangnya motivasi diri ataupun minat remaja putri tersebut untuk mengkonsumsi TTD tersebut (Pemkab Gunungkidul, 2020).

Perilaku kesehatan seseorang sangat dikaitkan dengan tingkat pengetahuan. Pengetahuan dapat menjadikan seseorang memiliki kesadaran sehingga seseorang akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Penelitian yang dilakukan oleh (Kasten et al., 2019) menjelaskan bahwa pengetahuan seringkali mempengaruhi motivasi secara langsung sehingga akan mengarahkan pada pengambilan tindakan berdasarkan informasi. Studi menunjukkan bahwa edukasi kesehatan melalui media yang tepat dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya kehamilan usia dini. Misalnya, penelitian yang mengevaluasi efektivitas edukasi melalui media video dan leaflet menemukan peningkatan pengetahuan pada remaja putri setelah intervensi tersebut (Haulia et al., 2024)

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Model KARUNI (Komunitas Anak Remaja Usia Dini) hadir sebagai platform interaktif yang memfasilitasi pembelajaran melalui pendekatan digital yang mudah diakses dan menarik. Aplikasi ini dilengkapi dengan materi edukasi yang relevan, video informatif, serta sesi tanya jawab yang diharapkan dapat meningkatkan kesadaran remaja tentang pentingnya gizi yang baik, pencegahan kehamilan di usia dini, dan menjaga kesehatan diri (Karuniawati, 2025). Namun, meskipun berbagai metode edukasi telah diterapkan, tantangan dalam meningkatkan pengetahuan remaja tetap ada. Oleh karena itu, diperlukan model edukasi yang efektif dan sesuai dengan karakteristik remaja masa kini. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas Model KARUNI dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang kehamilan, PHBS, dan gizi sebagai upaya pencegahan stunting

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan kelompok intervensi dan kelompok kontrol untuk mengukur efektivitas Model KARUNI dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kehamilan, PHBS, dan gizi sebagai upaya pencegahan stunting. Desain penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan *pretest-posttest control group design*, di mana terdapat dua kelompok yaitu kelompok intervensi mendapatkan edukasi melalui aplikasi KARUNI selama 3 minggu dan kelompok kontrol tidak mendapatkan intervensi melalui aplikasi KARUNI, tetapi tetap mengikuti pembelajaran standar yang ada komunitasnya. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja berusia 12-15 tahun. Sampel dipilih secara purposive sampling dengan jumlah sampel minimal 72 orang. Penelitian dilakukan di Kabupaten Gunungkidul dengan melibatkan SMP N 1 Patuk dan SMP N 1 Nglipar sebagai responden penelitian.

Prosedur penelitian yang dilakukan pada kelompok intervensi adalah dengan memberikan edukasi melalui media video dan poster serta sesi tanya jawab melalui QnA yang terdapat pada aplikasi KARUNI. Remaja akan mengakses materi edukasi selama 3 minggu. Di dalam aplikasi KARUNI remaja akan mengerjakan pretest diawal intervensi kemudia posttest diakhir intervensi yaitu hari ke 21. Uji analisis dilakukan dengan Mann Whitney untuk mengetahui efektivitas model.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan intervensi selama tiga minggu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas Model KARUNI dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kehamilan, PHBS, dan gizi sebagai upaya pencegahan stunting. Analisis data dilakukan dengan membandingkan hasil pretest dan posttest pada kelompok intervensi yang menggunakan aplikasi KARUNI serta kelompok kontrol yang tidak mendapatkan intervensi serupa. Hasil pengujian statistik digunakan untuk melihat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, serta membandingkan perubahan antara kedua kelompok. Berikut ini adalah tabel hasil penelitian yang menggambarkan perbedaan skor pengetahuan remaja sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing kelompok:

Tabel 1. Karakteristik responden uji terbatas (n=72)

No	Responden	Usia Responden				f	%
		13 tahun		14 tahun			
		f	%	f	%		
1	Intervensi	29	40,3	8	11,1	37	51,4
2	Kontrol	31	43,1	4	5,5	35	48,6
Jumlah		60	83,4	12	16,6	72	100

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa sebagian responden berusia 13 tahun dengan prosentase sebesar 83,4% dan usia 14 tahun sebesar 16,6%.

Table 2. Analisis univariat (n=72)

Kelompok	Pretest				Postest			
	Baik	Cukup	Kurang	*Mean*	Baik	Cukup	Kurang	*Mean*
Kontrol	1	16	18	56,38	0	18	17	52,96
Intervensi	1	20	16	57,47	6	22	9	66,84

Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa pada kelompok intervensi terjadi peningkatan pengetahuan remaja yang signifikan.

Tabel 3. Analisis bivariat

Aspek	Kolmogorof Smirnov	Sig
Pengetahuan	0,001	<0,001*

Dari hasil implementasi yang melibatkan 72 responden, analisis statistik menggunakan uji analisis data Mann Whitney menunjukkan bahwa model KARUNI efektiv meningkatkan pengetahuan dengan nilai signifikansi (Sig) *p value* < 0,001 yang mengindikasikan bahwa Model KARUNI memiliki dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan remaja. Keefektifan Model KARUNI dapat dikaitkan dengan pendekatan observational learning, di mana remaja belajar melalui media interaktif seperti video, poster, serta sesi Q&A yang mendorong keterlibatan aktif. Observational learning memungkinkan peserta untuk memahami materi secara lebih mendalam dengan mengamati, meniru, dan menerapkan informasi yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu komponen utama dalam Model KARUNI adalah penggunaan media video yang berfungsi sebagai sarana untuk memberikan visualisasi langsung tentang situasi nyata atau simulasi yang relevan dengan materi pembelajaran. Studi oleh Hulu et al (2022) menunjukkan bahwa video edukatif dapat meningkatkan pemahaman peserta dengan menyajikan konteks yang lebih konkret dan mudah diinternalisasi (Hulu DM, Pasaribu K, Simamora E, Waruwu SY, 2022). Penggunaan media video dalam pembelajaran dapat meningkatkan kreativitas dan minat siswa. Hal ini terjadi karena video mampu menyajikan gambaran konkret dari konsep abstrak, sehingga membantu siswa memahami materi secara mendalam(Nurfadhillah *et al*., 2021). Lebih lanjut, penelitian oleh Muslimatun Amanah (2021) menegaskan bahwa edukasi dengan media video berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja. Analisis dari lima artikel yang ditinjau menunjukkan bahwa intervensi edukasi melalui media video dapat meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi, yang sejalan dengan tujuan Model KARUNI dalam meningkatkan pengetahuan remaja melalui media interaktif (Amanah & Rahmawati, 2022)

Selain video, keberadaan poster edukatif dan sesi Q&A interaktif dalam Model KARUNI juga berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan remaja. Menurut Wibowo et al. (2023), pemberian informasi secara interaktif dan berbasis teknologi terbukti meningkatkan daya serap informasi di kalangan remaja. Kombinasi berbagai metode pembelajaran ini memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik dan efektif dibandingkan dengan metode konvensional (Wibowo et al., 2023).

Dengan demikian, hasil penelitian ini menguatkan bahwa Model KARUNI dapat menjadi solusi inovatif dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi, PHBS,

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

dan gizi. Penerapan model ini dalam skala yang lebih luas diharapkan dapat berkontribusi terhadap penurunan angka stunting melalui peningkatan kesadaran dan perubahan perilaku remaja sejak dini.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Model KARUNI terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kehamilan remaja, PHBS, dan gizi sebagai upaya pencegahan stunting dengan nilai p-value < 0,001. Keefektifan Model KARUNI dapat dikaitkan dengan pendekatan *observational learning*, di mana peserta didik memperoleh pengetahuan melalui media interaktif, seperti video edukatif, poster, serta sesi Q&A yang mendorong keterlibatan aktif

Saran

a. Pengambil kebijakan dalam hal ini Dinas Kesehatan Gunungkidul
   Agar implementasi Model KARUNI lebih optimal, diperlukan dukungan dari berbagai pihak, termasuk sekolah, pemerintah, tenaga kesehatan, serta organisasi non-pemerintah. Kerja sama ini dapat membantu dalam sosialisasi, pengembangan konten edukatif, dan evaluasi berkelanjutan terhadap efektivitas program.
b. Penelitian Lebih Lanjut
   Studi lebih lanjut dapat dilakukan untuk mengukur dampak jangka panjang Model KARUNI terhadap perubahan sikap dan perilaku remaja, serta hubungannya dengan penurunan angka kehamilan remaja dan prevalensi stunting di Indonesia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada para responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, serta sekolah dan komunitas remaja yang telah memberikan dukungan dalam proses pengumpulan data. Terima kasih kepada instansi atau lembaga pendukung, SMP N 1 patuk, SMP N 1 Nglipar, Dinkes Kabupaten Gunungkidul dan puskesmas diwilayah kerja Dinkes Gunungkidul yang turut serta dalam menyediakan fasilitas dan akses informasi yang diperlukan selama penelitian berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

Amanah, M., & Rahmawati, A. (2022). Pengaruh Edukasi Dengan Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja : Literature Review Naskah Publikasi. *UNISA Digital Library Repository*, 1–58. http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/6606

Bhan, N. (2019). Preventing teenage pregnancy in India to end the cycle of undernutrition. *The Lancet Child and Adolescent Health*, *3*(7), 439–440. https://doi.org/10.1016/S2352-4642(19)30111-7

Haulia, H., Marsia, M., & Rangkuti FSRH, W. (2024). Pengaruh Video Kesehatan Reproduksi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Bahaya Kehamilan Usia Dini Di Sman 2 Selakau. *Scientific Journal of Nursing Research*, *5*(1), 1. https://doi.org/10.30602/sjnr.v5i1.1335

Hulu DM, Pasaribu K, Simamora E, Waruwu SY, B. C. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Visual Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Kewarganegaraan*, *6*(2), 7. https://journal.upy.ac.id/index.php/pkn/article/download/3056/pdf/7470

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Karuniawati, B. (2025). Development of the " KARUNI " (young adolescents community) model to prevent stunting : a phenomenological study on adolescents in Gunungkidul regency , Yogyakarta , Indonesia. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, *89*, 1–12. https://doi.org/10.1515/ijamh-2024-0171

Kasten, S., Van Osch, L., Candel, M., & De Vries, H. (2019). The influence of pre-motivational factors on behavior via motivational factors: A test of the I-Change model. *BMC Psychology*, *7*(1), 1–12. https://doi.org/10.1186/s40359-019-0283-2

Kemenkes. (2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. *Kemenkes*, 1–7.

Muharyani, P. W., Idriansari, A., Maulida, M. N., & Adhisty, K. (2022). Penerapan Model Intervensi BROSSING pada Remaja Putri dalam Upaya Prevensi Generasi Stunting. *Abdimas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, *26*(1), 104–109. https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/abdimas/

Myatt, M., Khara, T., Schoenbuchner, S., Pietzsch, S., Dolan, C., Lelijveld, N., & Briend, A. (2018). Children who are both wasted and stunted are also underweight and have a high risk of death: A descriptive epidemiology of multiple anthropometric deficits using data from 51 countries. *Archives of Public Health*, *76*(1), 1–11. https://doi.org/10.1186/s13690-018-0277-1

Nurfadhillah, S., Ningsih, D. A., Ramadhania, P. R., & Sifa, U. N. (2021). Peranan Media Pembelajaran Dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa SD Negeri Kohod III. *PENSA : Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, *3*(2), 243–255. https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pensa

Pemkab Gunungkidul. (2020). *Peraturan Bupati Gunungkidul Nomor 49 Tahun 2020 Tentang Percepatan Penurunan Stunting*.

Sutadarma, I. W. G. (2022). Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. In *Kementerian Kesehatan RI*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1222/gula-si-manis-yang-menyebabkan-ketergantungan

Wibowo, G. A., Karim, A. A., Hasan, S. H., & Ruhimat, M. (2023). Use of Technology in Active Learning: Increasing Student Interaction and Engagement. *Al-Hijr: Journal of Adulearn World*, *2*(4), 271–293. https://doi.org/10.55849/alhijr.v2i4.539