

Pemberdayaan Remaja sebagai Agen Pencegahan Stunting Berbasis Digital di MAN Kota Palopo

Andi Sufiani ^{1*}, Syamsumar Bustamin ², Devi Darwin³

^{1, 3} Universitas Kurnia Jaya Persada, ² Universitas Muhammadiyah Barru, Indonesia

* andisufiani.maisya@gmail.com

Abstrak

Stunting masih menjadi persoalan kesehatan yang perlu dicegah sejak masa remaja melalui penguatan literasi kesehatan, pemahaman gizi, dan keterlibatan remaja dalam menyebarkan informasi kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan membekali siswa MAN Kota Palopo dengan pengetahuan dan keterampilan yang mendukung peran remaja sebagai agen pencegahan stunting berbasis digital. Kegiatan dilaksanakan selama tiga bulan, Juni–Agustus 2026, dengan sasaran 30–40 siswa kelas X–XI yang didampingi Guru UKS dan Pembina OSIS. Kegiatan meliputi sosialisasi dan edukasi pencegahan stunting, praktik pemanfaatan media digital, serta pelatihan dan aksi kader kesehatan remaja. Evaluasi dilakukan melalui pengamatan keterlibatan peserta dalam diskusi dan praktik, kemampuan menjelaskan kembali materi, penggunaan media edukasi digital, serta kemampuan menyampaikan informasi kesehatan kepada teman sebaya. Pelaksanaan kegiatan memberikan pengalaman kepada siswa dalam memahami stunting, 1000 Hari Pertama Kehidupan, gizi seimbang, anemia remaja, kesehatan reproduksi, serta penggunaan e-book, poster digital, dan video sebagai media edukasi. Kegiatan juga menghasilkan kader kesehatan remaja yang memperoleh pengalaman dalam komunikasi kesehatan dan edukasi teman sebaya. Keberlanjutan program didukung oleh Guru UKS dan Pembina OSIS melalui pendampingan kader serta pemanfaatan media digital dalam kegiatan edukasi kesehatan di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: *Edukasi Teman Sebaya, Kader Kesehatan, Literasi Kesehatan Digital, Remaja, Stunting*

Pendahuluan

Stunting masih menjadi salah satu persoalan gizi yang perlu mendapatkan perhatian secara berkelanjutan karena berkaitan dengan kualitas pertumbuhan dan perkembangan sumber daya manusia. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi stunting balita di Indonesia tercatat sebesar 21,5%, atau sekitar satu dari lima balita mengalami stunting. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pencegahan stunting tidak cukup diarahkan pada periode setelah anak lahir, tetapi perlu dipersiapkan sejak sebelum kehamilan melalui perhatian terhadap status gizi, kesehatan, dan perilaku hidup sehat pada kelompok remaja sebagai calon orang tua (Wizia et al., 2024; Nafisah & Astuti, 2023).

Remaja memiliki posisi penting dalam rangkaian pencegahan stunting karena kondisi kesehatan dan gizi pada masa remaja dapat menjadi bagian dari kesiapan menuju kehidupan reproduksi yang sehat. Edukasi mengenai gizi seimbang, anemia, kesehatan reproduksi, dan perilaku hidup sehat perlu diberikan sejak usia sekolah agar remaja memiliki bekal yang memadai untuk menjaga kesehatan diri sekaligus

memahami keterkaitannya dengan kesehatan generasi berikutnya (Simbolon et al., 2024; Wizia et al., 2024). Organisasi Kesehatan Dunia juga menempatkan keterlibatan remaja sebagai bagian penting dalam perencanaan dan pelaksanaan program gizi remaja, sehingga pendekatan kepada remaja tidak hanya menempatkan mereka sebagai penerima informasi, tetapi juga sebagai pihak yang dapat berpartisipasi dalam kegiatan kesehatan (WHO, 2018; Nurlaela & Rasmaniar, 2023).

Ketersediaan media digital memberikan peluang untuk memperluas penyampaian informasi kesehatan kepada remaja (Kulandaivelu et al., 2023). Penggunaan e-book, poster digital, video pendek, dan media komunikasi daring dapat membuat materi kesehatan lebih mudah diakses serta memungkinkan peserta membagikan kembali informasi kepada teman sebaya (Hidalianisa & Kurniasari, 2023). Edukasi gizi seimbang dan kesehatan reproduksi melalui media WhatsApp, misalnya, telah digunakan sebagai sarana penyampaian informasi kesehatan kepada siswa sekolah menengah dalam konteks pencegahan stunting (Emylisa et al., 2023; Mancone et al., 2024). Pemanfaatan booklet digital mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan juga menjadi salah satu bentuk media edukasi yang dapat digunakan untuk mengenalkan pentingnya pencegahan stunting sejak masa remaja (Az-zahra & Sudiyat, 2023).

Literasi kesehatan digital menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari pemanfaatan teknologi untuk edukasi kesehatan. Remaja tidak hanya membutuhkan kemampuan untuk menemukan informasi melalui internet, tetapi juga perlu dibekali kemampuan memahami, memilah, dan menggunakan informasi kesehatan secara tepat (Lewis et al., 2024; Hawkins et al., 2025). Kondisi tersebut menjadi penting karena ruang digital juga menyediakan berbagai informasi kesehatan dengan tingkat keakuratan yang beragam (Sercu, 2024; Ansar et al., 2024). Kegiatan edukasi literasi kesehatan digital pada siswa sekolah menengah menunjukkan bahwa penggunaan media digital dapat menjadi sarana untuk membangun kemampuan remaja dalam mengenali dan memanfaatkan informasi kesehatan secara lebih kritis (Sambah et al., 2023; Hasanatuludhhiyah et al., 2024).

Konteks Kota Palopo menunjukkan bahwa persoalan stunting tetap menjadi bagian dari agenda kesehatan daerah. Data pemerintah daerah yang bersumber dari e-PPGBM mencatat 228 kasus stunting atau 1,98% pada tahun 2023, sedangkan data survei nasional mencatat prevalensi yang berbeda, yaitu 25,5% pada tahun yang sama. Pada tahun 2024, data SSGI yang disampaikan Pemerintah Kota Palopo mencatat prevalensi stunting sebesar 22,8%. Perbedaan angka tersebut menunjukkan bahwa sumber dan metode pencatatan perlu dipahami secara tepat, sekaligus memperlihatkan bahwa upaya pencegahan tetap membutuhkan keterlibatan berbagai pihak, termasuk lingkungan pendidikan dan kelompok remaja.

Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Kota Palopo menjadi mitra kegiatan karena lingkungan sekolah memiliki ruang yang strategis untuk membangun kebiasaan hidup sehat dan menyebarkan informasi kepada kelompok sebaya. Sasaran kegiatan diarahkan kepada siswa kelas X–XI dengan jumlah peserta sekitar 30–40 siswa. Guru UKS dan Pembina OSIS dilibatkan sebagai mitra pendamping agar kegiatan tidak berhenti pada penyampaian materi, tetapi dapat diteruskan melalui aktivitas kesehatan siswa dan organisasi sekolah. Lingkungan sekolah juga memberikan ruang interaksi yang intensif antarsiswa sehingga pesan mengenai pencegahan stunting dapat dikembangkan melalui pendekatan edukasi sebaya (Samad et al., 2024; Widnall et al., 2024).

Permasalahan utama mitra berkaitan dengan belum optimalnya pemanfaatan potensi remaja sebagai penyampai informasi kesehatan di lingkungan sekolah. Materi stunting selama ini lebih sering dipahami sebagai isu yang berkaitan dengan balita dan ibu hamil, sehingga posisi remaja sebagai calon orang tua dan bagian dari mata rantai pencegahan sejak sebelum kehamilan belum selalu mendapatkan perhatian yang proporsional. Materi tentang 1000 HPK, gizi seimbang, anemia remaja, kesehatan reproduksi, serta kontribusi remaja terhadap pencegahan stunting perlu dikemas secara lebih dekat dengan kehidupan siswa agar mudah dipahami dan dapat diteruskan kepada teman sebaya.

Permasalahan berikutnya berkaitan dengan pemanfaatan media digital sebagai sarana edukasi kesehatan. Tingginya kedekatan remaja dengan perangkat dan media digital belum secara otomatis menjadikan mereka mampu memilih serta menyebarkan informasi kesehatan yang tepat. Informasi mengenai gizi, kesehatan reproduksi, anemia, dan stunting dapat ditemukan dengan mudah dalam berbagai bentuk, tetapi kemampuan untuk mengenali sumber yang dapat dipercaya dan mengemas kembali informasi secara komunikatif masih perlu diperkuat. Kondisi tersebut menjadi dasar perlunya kegiatan praktik yang tidak hanya mengenalkan media digital, tetapi juga mengarahkan siswa untuk menghasilkan dan menggunakan media edukasi sederhana seperti e-book, poster digital, dan video pendek (Nurlinwati et al., 2024). Penguatan literasi kesehatan digital pada remaja juga telah menjadi perhatian dalam berbagai kegiatan edukasi berbasis sekolah (Lewis et al., 2024).

Permasalahan lainnya adalah belum terbentuknya peran siswa secara terarah sebagai kader atau agen edukasi kesehatan bagi teman sebaya. Siswa memiliki lingkungan interaksi yang luas melalui kelas, organisasi siswa, kegiatan UKS, dan aktivitas sekolah lainnya sehingga dapat menjadi penghubung informasi kesehatan di antara teman sebaya. Peran tersebut membutuhkan bekal komunikasi kesehatan, kemampuan berbicara di depan kelompok, keterampilan menyampaikan pesan secara sederhana, serta kemampuan memilih informasi yang dapat dipertanggungjawabkan (Iriyani et al., 2024). Pendekatan yang melibatkan remaja secara aktif dalam kegiatan gizi sejalan dengan arahan WHO yang menekankan pentingnya partisipasi remaja dalam pelaksanaan program gizi dan kesehatan.

Solusi permasalahan mitra dilaksanakan melalui rangkaian kegiatan yang menggabungkan edukasi kesehatan, praktik pemanfaatan media digital, serta pembentukan kader kesehatan remaja. Pertama, sosialisasi dan edukasi pencegahan stunting dilakukan melalui penjajakan pemahaman awal peserta, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi menggunakan presentasi dan video pendek mengenai pengertian stunting, 1000 HPK, gizi seimbang, anemia remaja, kesehatan reproduksi, serta peran remaja dalam pencegahan stunting. Kedua, praktik pemanfaatan media digital dilakukan melalui pendampingan peserta dalam menggunakan e-book, poster digital, dan video edukasi sebagai sarana penyebaran informasi kepada teman sebaya dan lingkungan sekolah. Ketiga, pelatihan dan aksi kader kesehatan remaja diarahkan untuk membekali siswa dengan komunikasi kesehatan, *public speaking*, *peer education*, dan literasi informasi kesehatan, kemudian dilanjutkan dengan praktik edukasi sebaya di lingkungan sekolah. Rangkaian kegiatan dilengkapi observasi dan apresiasi bagi kader dengan capaian terbaik sebagai bentuk penghargaan sekaligus dorongan untuk menjaga keberlanjutan peran siswa dalam menyebarkan pesan pencegahan stunting. Pendekatan berbasis digital tersebut memiliki relevansi dengan kegiatan edukasi

stunting pada remaja yang memanfaatkan media digital sebagai sarana informasi kesehatan yang menarik dan mudah diakses.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Kota Palopo dengan sasaran siswa kelas X-XI sebanyak kurang lebih 30–40 siswa, didampingi oleh Guru UKS dan Pembina OSIS. Permasalahan utama mitra berkaitan dengan perlunya penguatan pemahaman remaja mengenai pencegahan stunting, pemanfaatan media digital sebagai sarana edukasi kesehatan, serta keterlibatan siswa sebagai kader yang mampu menyampaikan informasi kepada teman sebaya. Kegiatan dilaksanakan selama kurang lebih tiga bulan, yaitu Juni–Agustus 2026, yang meliputi tahap persiapan, pelaksanaan kegiatan, pendampingan, evaluasi, dan penyusunan laporan. Solusi yang dilaksanakan mencakup sosialisasi dan edukasi pencegahan stunting, praktik pemanfaatan media digital, serta pelatihan dan aksi kader kesehatan remaja.

Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi bersama pihak MAN Kota Palopo, khususnya Guru UKS dan Pembina OSIS, untuk menyepakati jadwal, tempat, sasaran peserta, serta teknis pelaksanaan kegiatan. Tim pelaksana menyiapkan materi mengenai stunting, 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK), gizi seimbang, anemia pada remaja, kesehatan reproduksi, dan peran remaja dalam pencegahan stunting. Media pendukung berupa bahan presentasi, video pendek, e-book, poster digital, serta bahan praktik komunikasi kesehatan juga disiapkan agar penyampaian materi sesuai dengan karakteristik peserta. Persiapan turut mencakup penyusunan lembar pemantauan kegiatan, pembagian tugas tim, dan koordinasi dengan mitra pendamping untuk mendukung keterlibatan siswa selama kegiatan berlangsung.

Pelaksanaan Kegiatan

Sosialisasi dan Edukasi Pencegahan Stunting

Kegiatan diawali dengan pengenalan isu stunting dan penajakan pemahaman awal peserta melalui pertanyaan sederhana dan diskusi singkat. Materi disampaikan secara interaktif menggunakan presentasi dan video pendek agar peserta lebih mudah memahami keterkaitan antara kesehatan remaja dan pencegahan stunting. Materi mencakup pengertian stunting, periode 1000 HPK, gizi seimbang, anemia pada remaja, kesehatan reproduksi, serta peran remaja sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting sejak sebelum memasuki masa pernikahan dan kehamilan. Peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan, tanggapan, dan pengalaman yang berkaitan dengan pola makan, kesehatan, serta informasi yang diperoleh melalui media digital.

Praktik Pemanfaatan Media Digital

Praktik pemanfaatan media digital diarahkan untuk membekali peserta dengan keterampilan menggunakan media digital sebagai sarana penyampaian informasi kesehatan. Peserta diperkenalkan pada beberapa bentuk media, seperti e-book, poster digital, dan video edukasi, kemudian didampingi dalam memahami isi, memilih pesan utama, dan menyebarluaskan informasi pencegahan stunting secara tepat. Peserta juga diarahkan untuk memperhatikan kejelasan pesan, penggunaan bahasa yang mudah dipahami, serta kesesuaian informasi sebelum membagikannya kepada teman sebaya.

Kegiatan dilaksanakan secara berkelompok sehingga siswa dapat berdiskusi dan menghasilkan bentuk media edukasi sederhana yang dapat digunakan kembali dalam kegiatan kesehatan di lingkungan sekolah.

Pelatihan dan Aksi Kader Kesehatan Remaja

Pelatihan kader kesehatan remaja diarahkan untuk membentuk siswa yang mampu menjadi penyampai informasi kesehatan bagi teman sebaya. Materi pelatihan mencakup komunikasi kesehatan, public speaking, peer education, dan literasi informasi kesehatan. Peserta dilatih menyampaikan pesan pencegahan stunting dengan bahasa yang sederhana, komunikatif, dan sesuai dengan karakteristik remaja. Setelah memperoleh pembekalan, peserta mempraktikkan perannya melalui kegiatan *peer education* kepada teman sebaya di lingkungan sekolah. Tim pelaksana bersama Guru UKS dan Pembina OSIS melakukan pendampingan selama praktik berlangsung, terutama dalam memberikan arahan mengenai cara membuka komunikasi, menyampaikan materi, menjawab pertanyaan, dan menggunakan media digital sebagai pendukung. Kader dengan capaian terbaik diberikan apresiasi sebagai bentuk penghargaan atas keterlibatan dan kemampuan dalam menjalankan peran edukasi kesehatan.

Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dilakukan selama seluruh rangkaian kegiatan melalui pengamatan terhadap kehadiran, keaktifan peserta, keterlibatan dalam diskusi dan praktik, kemampuan menggunakan media digital, serta kemampuan menyampaikan pesan kesehatan kepada teman sebaya. Evaluasi diarahkan pada beberapa indikator, yaitu (1) peserta mampu menjelaskan konsep dasar stunting dan faktor yang berkaitan dengan pencegahannya; (2) peserta mampu mengenali informasi kesehatan yang layak digunakan; (3) peserta mampu memanfaatkan media digital berupa e-book, poster, dan video edukasi; (4) terbentuknya kader kesehatan remaja yang mampu melakukan komunikasi dan edukasi sebaya; serta (5) terlaksananya praktik penyampaian informasi pencegahan stunting di lingkungan sekolah.

Keberlanjutan program dilakukan melalui keterlibatan Guru UKS dan Pembina OSIS dalam mendampingi kader setelah kegiatan utama selesai. Media edukasi digital yang telah digunakan dapat dimanfaatkan kembali dalam kegiatan UKS, OSIS, maupun kegiatan edukasi antarsiswa. Kader kesehatan remaja diarahkan untuk menjadi penggerak informasi kesehatan di lingkungan sekolah dengan dukungan guru pendamping, sehingga kegiatan edukasi pencegahan stunting dapat dilanjutkan secara berkala sesuai agenda sekolah.

Hasil dan Pembahasan

Sosialisasi dan Edukasi Pencegahan Stunting

Sosialisasi dan edukasi pencegahan stunting menjadi tahap awal dalam rangkaian kegiatan di MAN Kota Palopo. Kegiatan diikuti oleh siswa kelas X–XI dengan pendampingan Guru UKS dan Pembina OSIS. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif melalui presentasi, video pendek, tanya jawab, dan diskusi. Materi yang diberikan meliputi pengertian stunting, 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK), gizi seimbang, anemia pada remaja, kesehatan reproduksi, serta peran remaja dalam pencegahan stunting. Pelaksanaan edukasi di lingkungan sekolah menjadi ruang yang strategis karena informasi kesehatan dapat disampaikan secara terarah sekaligus dikaitkan dengan kebiasaan yang dekat dengan kehidupan siswa. Kondisi tersebut

penting karena materi gizi dan kesehatan remaja belum selalu memperoleh porsi yang memadai dalam pembelajaran di sekolah, sehingga kegiatan edukasi tambahan dapat menjadi pelengkap bagi siswa dalam memperoleh informasi yang relevan dengan kebutuhan mereka (Nurbaya & Najdah, 2024).

Materi disampaikan dengan bahasa yang sederhana dan disesuaikan dengan kehidupan sehari-hari siswa. Pembahasan mengenai gizi tidak hanya diarahkan pada jenis makanan yang dikonsumsi, tetapi juga pada kebiasaan memilih makanan, keteraturan makan, serta pentingnya zat gizi bagi pertumbuhan dan aktivitas remaja. Materi anemia juga mendapat perhatian karena remaja, khususnya remaja putri, membutuhkan pemahaman mengenai pentingnya pemenuhan zat besi dan kebiasaan hidup sehat. Penjelasan tersebut membantu menghubungkan isu stunting dengan kondisi kesehatan yang secara langsung dapat ditemui oleh peserta dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi gizi pada kelompok remaja menjadi penting karena masa remaja merupakan periode pertumbuhan yang membutuhkan pemenuhan kebutuhan zat gizi secara memadai. Kegiatan edukasi kepada pelajar sekolah menengah juga dapat menjadi sarana untuk memperkenalkan kebiasaan makan sehat dan pemahaman mengenai masalah gizi secara lebih dekat dengan lingkungan siswa (Lewis et al., 2024). Edukasi mengenai anemia turut memperkuat keterkaitan antara kesehatan remaja dan kesiapan kesehatan pada tahap kehidupan berikutnya, terutama bagi remaja putri yang nantinya memasuki masa kehamilan.

Pembahasan mengenai 1000 HPK diarahkan untuk memperkenalkan bahwa pencegahan stunting berlangsung dalam rangkaian kehidupan yang panjang. Remaja perlu memahami bahwa kesehatan sebelum memasuki masa kehamilan menjadi salah satu bagian yang mendukung kesehatan ibu dan anak. Pemahaman tersebut membuat isu stunting tidak lagi hanya dipandang sebagai persoalan balita, tetapi juga sebagai persoalan yang berkaitan dengan kesiapan kesehatan generasi muda. Perspektif tersebut membantu siswa memahami bahwa kebiasaan menjaga kesehatan pada masa remaja memiliki hubungan dengan kualitas kesehatan pada tahap kehidupan selanjutnya. Edukasi mengenai anemia juga dapat ditempatkan dalam kerangka pencegahan stunting antargenerasi karena kondisi gizi remaja putri berkaitan dengan kesiapan memasuki kehamilan dan kesehatan ibu serta anak. Edukasi kesehatan kepada remaja dengan demikian tidak hanya berorientasi pada kebutuhan kesehatan saat ini, tetapi juga membangun kesadaran mengenai tanggung jawab menjaga kesehatan sejak sebelum menjadi orang tua (Putri et al., 2025).



Gambar 1. Sosialisasi dan Edukasi Pencegahan Stunting kepada Siswa

Gambar 1 memperlihatkan pelaksanaan sosialisasi dan edukasi pencegahan stunting kepada siswa MAN Kota Palopo. Peserta mengikuti penyampaian materi secara

langsung dengan memanfaatkan media presentasi sebagai pendukung kegiatan. Dokumentasi tersebut menunjukkan keterlibatan siswa dalam kegiatan edukasi yang dilaksanakan secara tatap muka di lingkungan sekolah. Kehadiran Guru UKS dan Pembina OSIS turut memberikan dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan sehingga proses edukasi berlangsung dalam lingkungan yang terarah dan sesuai dengan aktivitas kesehatan siswa di sekolah.

Kegiatan berlangsung dalam suasana edukatif dengan keterlibatan siswa selama penyampaian materi. Pertanyaan dan tanggapan yang muncul menjadi bagian dari proses pembahasan sehingga materi tidak hanya disampaikan satu arah. Penggunaan video pendek juga membantu memberikan gambaran yang lebih konkret mengenai stunting, pola hidup sehat, dan pentingnya pemenuhan gizi pada masa remaja. Penggunaan media visual dalam edukasi kesehatan dapat membantu menyederhanakan informasi yang cukup luas menjadi pesan yang lebih mudah diterima oleh peserta. Pengalaman edukasi mengenai anemia pada remaja juga menunjukkan bahwa penggunaan media seperti poster dan video dapat digunakan sebagai pendukung penyampaian pesan kesehatan sehingga materi lebih mudah diterima oleh peserta (Astuti & Kurniasari, 2022). Penggunaan kombinasi presentasi, video, dan diskusi dalam kegiatan ini juga memberikan variasi selama proses pembelajaran sehingga siswa tidak hanya mendengarkan penjelasan, tetapi memiliki kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan mengaitkan materi dengan pengalaman sehari-hari.

Kegiatan ini memberikan pengalaman awal bagi siswa untuk mengenali hubungan antara kesehatan remaja dan pencegahan stunting. Bekal tersebut menjadi dasar bagi kegiatan berikutnya, terutama ketika siswa mulai diarahkan untuk menggunakan media digital dan menyampaikan kembali informasi kesehatan kepada teman sebaya. Pola kegiatan yang dimulai dari pemahaman materi kemudian dilanjutkan dengan praktik membuat alur pemberdayaan siswa menjadi lebih terarah. Pemahaman yang diperoleh melalui kegiatan edukasi menjadi modal awal untuk membangun keberanian siswa dalam membicarakan isu kesehatan secara tepat di lingkungan sekolah. Pendekatan tersebut sejalan dengan pentingnya melibatkan remaja dalam berbagai upaya kesehatan karena remaja bukan hanya penerima informasi, tetapi juga dapat mengambil bagian dalam penyampaian pesan kesehatan kepada lingkungan sekitarnya. Keterlibatan remaja dalam edukasi kesehatan juga dapat dilakukan melalui pendekatan teman sebaya sehingga informasi lebih dekat dengan bahasa dan konteks kehidupan siswa (Shoghli et al., 2023).

Praktik Pemanfaatan Media Digital

Praktik pemanfaatan media digital diarahkan untuk memperkuat keterampilan siswa dalam menggunakan teknologi sebagai sarana penyebaran informasi kesehatan. Peserta diperkenalkan dengan beberapa bentuk media edukasi, seperti e-book, poster digital, dan video edukasi. Media tersebut dipilih karena memiliki bentuk yang dekat dengan kebiasaan komunikasi remaja dan dapat digunakan kembali dalam kegiatan edukasi di lingkungan sekolah. Penggunaan media digital dalam edukasi kesehatan memberikan ruang bagi siswa untuk berinteraksi dengan informasi melalui bentuk visual, teks, dan audiovisual yang lebih beragam. Media sosial dan media digital juga dapat menjadi sarana yang potensial untuk menyampaikan pesan gizi kepada remaja karena karakteristiknya yang mudah diakses dan sesuai dengan pola komunikasi kelompok usia tersebut (Hidalianisa & Kurniasari, 2023; Anggraini & Wati, 2024). Penggunaan beberapa bentuk media dalam kegiatan ini juga memberikan pilihan

kepada siswa untuk menyesuaikan bentuk pesan dengan tujuan dan sasaran penyampaian informasi.

Peserta tidak hanya diperkenalkan pada bentuk media, tetapi juga diarahkan untuk memahami cara menyampaikan pesan kesehatan melalui media tersebut. Informasi mengenai stunting, gizi seimbang, anemia, dan kesehatan reproduksi dikemas dalam pesan yang singkat dan mudah dipahami. Peserta juga diarahkan untuk memperhatikan sumber informasi, memilih informasi yang dapat dipercaya, serta menghindari penyebaran informasi yang belum jelas kebenarannya. Kegiatan tersebut menempatkan siswa sebagai pengguna informasi sekaligus calon penyampai pesan kesehatan sehingga kemampuan memahami isi informasi perlu berjalan bersama dengan kemampuan menilai kelayakan informasi. Literasi kesehatan digital tidak hanya berkaitan dengan kemampuan menemukan informasi melalui perangkat digital, tetapi juga mencakup kemampuan memahami, menilai, dan menggunakan informasi kesehatan secara tepat. Lingkungan sekolah menjadi salah satu ruang yang potensial untuk membangun kemampuan tersebut karena sekolah dapat mengintegrasikan literasi kesehatan dan literasi digital dalam kegiatan pembelajaran maupun kegiatan pendukung siswa (Okan et al., 2023). Pemahaman terhadap sumber informasi juga penting karena media sosial menyediakan informasi kesehatan dalam jumlah besar dengan kualitas dan tingkat keandalan yang beragam.

Pendampingan dilakukan selama peserta menggunakan media digital. Tim pelaksana memberikan contoh mengenai penyusunan pesan, pemilihan gambar atau ilustrasi, serta cara menyampaikan informasi secara sederhana. Kegiatan tersebut memberikan pengalaman kepada siswa bahwa media digital tidak hanya digunakan untuk hiburan dan komunikasi pribadi, tetapi juga dapat dimanfaatkan untuk menyebarkan pesan yang bermanfaat bagi lingkungan sekolah. Pendampingan secara langsung membantu siswa memahami bahwa pembuatan media edukasi membutuhkan pertimbangan mengenai isi, sasaran, bahasa, dan tampilan. Pesan kesehatan yang terlalu panjang dapat diringkas menjadi beberapa gagasan utama, sedangkan informasi yang kompleks dapat didukung dengan gambar, ilustrasi, atau video agar lebih mudah dipahami. Pendekatan tersebut sejalan dengan penggunaan media digital dalam edukasi gizi remaja yang memanfaatkan karakter visual dan interaktif media sosial untuk membuat pesan kesehatan lebih menarik dan mudah diakses (Pratama et al., 2024; Ansar et al., 2024). Dengan demikian, praktik tidak berhenti pada kemampuan menggunakan perangkat, tetapi memberikan pengalaman kepada siswa dalam mengolah informasi menjadi pesan edukasi yang komunikatif.



Gambar 2. Praktik Pemanfaatan Media Digital sebagai Sarana Edukasi

Gambar 2 menunjukkan kegiatan praktik pemanfaatan media digital yang dilakukan oleh peserta dengan pendampingan tim pelaksana. Siswa menggunakan media digital sebagai bagian dari proses memahami dan menyampaikan kembali informasi mengenai pencegahan stunting. Dokumentasi tersebut menggambarkan keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran berbasis praktik, ketika siswa tidak hanya menerima materi mengenai kesehatan tetapi juga menggunakan media digital sebagai sarana untuk mengolah dan menyampaikan kembali pesan yang telah dipahami. Kehadiran pendamping selama praktik memberikan ruang bagi siswa untuk memperoleh arahan ketika menentukan isi pesan, memilih bentuk media, dan menyesuaikan penyajian dengan karakter teman sebaya sebagai sasaran informasi.

Kegiatan praktik memberikan ruang kepada siswa untuk terlibat secara langsung dalam penggunaan media edukasi. Peserta dapat melihat bagaimana suatu informasi kesehatan yang cukup panjang dapat disajikan menjadi pesan yang lebih ringkas melalui poster, e-book, atau video. Bentuk penyajian tersebut juga membantu siswa memahami bahwa penyampaian informasi kepada teman sebaya membutuhkan bahasa yang sederhana dan tidak terlalu formal. Proses tersebut sekaligus melatih siswa untuk menentukan informasi yang menjadi inti pesan sehingga materi kesehatan tidak disampaikan secara berlebihan atau sulit dipahami. Penggunaan media digital dalam edukasi gizi remaja juga memberikan peluang untuk menghadirkan materi dalam bentuk yang lebih menarik dan sesuai dengan karakter komunikasi remaja (Hidalianisa & Kurniasari, 2023). Edukasi berbasis media sosial melalui berbagai format visual juga telah digunakan untuk menyampaikan pesan gizi dan kesehatan kepada remaja, menunjukkan bahwa media digital dapat menjadi salah satu pilihan dalam mendukung komunikasi kesehatan di kelompok usia sekolah (Anggraini & Wati, 2024). Pengalaman tersebut membuat siswa tidak hanya memahami isi pesan, tetapi juga belajar mempertimbangkan bagaimana pesan tersebut dapat diterima oleh orang lain.

Pengalaman tersebut menjadi bagian penting dalam pembentukan peran siswa sebagai agen informasi kesehatan di lingkungan sekolah. Siswa yang mampu menggunakan media digital dengan baik memiliki peluang untuk membantu menyebarkan pesan kesehatan secara lebih luas. Media yang telah diperkenalkan juga dapat digunakan kembali dalam kegiatan UKS, OSIS, maupun kegiatan edukasi antarsiswa setelah kegiatan utama selesai. Pemanfaatan kembali media menjadi bagian penting dari keberlanjutan kegiatan karena produk yang dihasilkan tidak berhenti digunakan pada saat pelatihan berlangsung. E-book dapat menjadi bahan bacaan pendukung, poster digital dapat ditampilkan melalui saluran komunikasi sekolah, sedangkan video edukasi dapat digunakan sebagai bahan pemantik dalam kegiatan UKS atau edukasi sebaya. Pemanfaatan media digital untuk edukasi gizi pada remaja juga menunjukkan bahwa teknologi dapat digunakan sebagai sarana komunikasi kesehatan yang fleksibel dan dapat menjangkau peserta melalui bentuk informasi yang sesuai dengan kebiasaan digital mereka (Pratama et al., 2024). Peran siswa sebagai penyampai informasi juga menjadi lebih terarah karena mereka memiliki bahan edukasi yang dapat digunakan kembali dengan tetap memperoleh pendampingan dari Guru UKS dan Pembina OSIS.

Pemanfaatan media digital dalam kegiatan ini juga memperkuat keterkaitan antara literasi digital dan literasi kesehatan. Siswa tidak hanya diarahkan untuk mampu menggunakan perangkat atau media digital, tetapi juga memahami tanggung jawab dalam memilih dan menyampaikan informasi. Kemampuan tersebut diperlukan agar informasi mengenai stunting yang dibagikan kepada teman sebaya tetap sederhana,

menarik, dan sesuai dengan pesan kesehatan yang telah diberikan. Literasi kesehatan digital menjadi semakin penting pada kelompok usia sekolah karena siswa berhadapan dengan berbagai informasi kesehatan dari mesin pencari, media sosial, video, dan platform digital lainnya. Sekolah memiliki posisi strategis untuk membekali siswa dengan kemampuan menggunakan informasi kesehatan digital secara lebih kritis dan bertanggung jawab (Okan et al., 2023). Kegiatan praktik dalam program ini mempertemukan dua kemampuan tersebut melalui pengalaman memilih informasi, menyusun pesan, menentukan bentuk media, dan menyampaikan kembali informasi kepada orang lain. Pengalaman tersebut menjadi bekal bagi siswa untuk menggunakan media digital secara lebih produktif sekaligus mendukung perannya sebagai agen edukasi kesehatan di lingkungan sekolah.

Pelatihan dan Aksi Kader Kesehatan Remaja

Pelatihan dan aksi kader kesehatan remaja menjadi tahap yang mengarahkan peserta untuk mengambil peran sebagai penyampai informasi kesehatan di lingkungan sekolah. Siswa memperoleh pembekalan mengenai komunikasi kesehatan, *public speaking*, *peer education*, dan literasi informasi kesehatan. Materi tersebut diberikan agar siswa memiliki bekal dalam berkomunikasi, menyampaikan pesan secara runtut, serta menggunakan bahasa yang sesuai ketika berbicara dengan teman sebaya. Pembekalan tersebut penting karena peran kader tidak hanya membutuhkan penguasaan materi kesehatan, tetapi juga kemampuan mengubah informasi menjadi pesan yang mudah diterima oleh kelompok sebaya. Pendekatan *peer education* menempatkan remaja sebagai bagian aktif dalam proses komunikasi kesehatan dan memberikan kesempatan bagi mereka untuk mengembangkan kemampuan menyampaikan informasi secara lebih dekat dengan lingkungan sosialnya. WHO juga menekankan pentingnya keterlibatan dan partisipasi remaja dalam perencanaan serta pelaksanaan program kesehatan dan gizi yang ditujukan kepada kelompok usia tersebut (WHO, 2018).

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pendekatan praktik. Peserta diarahkan untuk mencoba menyampaikan informasi kesehatan secara sederhana kepada teman sebaya dengan memanfaatkan materi dan media digital yang telah diperkenalkan sebelumnya. Situasi tersebut memberikan pengalaman kepada siswa dalam mengatur cara berbicara, memilih informasi utama, serta membangun komunikasi yang tidak terlalu formal. Peran Guru UKS dan Pembina OSIS tetap diperlukan sebagai pendamping agar aktivitas kader dapat diarahkan dan diteruskan dalam kegiatan sekolah. Praktik secara langsung memberikan kesempatan kepada siswa untuk menerapkan pengetahuan sekaligus belajar menyesuaikan cara penyampaian dengan respons teman sebaya. Pola pelatihan yang memadukan pemberian materi dengan praktik komunikasi juga sejalan dengan pendekatan *peer education* yang menekankan keseimbangan antara kemandirian remaja dan dukungan dari lingkungan sekolah. Dukungan tersebut menjadi penting agar kader memiliki ruang untuk menjalankan perannya tanpa kehilangan arahan dari guru pendamping (Widnall et al., 2024).

Keterlibatan siswa sebagai kader kesehatan remaja memberikan ruang bagi terbentuknya komunikasi kesehatan yang berasal dari lingkungan sebaya. Pesan kesehatan yang disampaikan oleh teman sebaya dapat terasa lebih dekat karena menggunakan bahasa dan situasi yang familiar bagi siswa. Peran tersebut juga dapat membantu memperluas jangkauan informasi mengenai gizi, anemia, kesehatan reproduksi, dan pencegahan stunting di lingkungan sekolah. Kedekatan antarteman

menjadi salah satu unsur yang mendukung pendekatan ini karena remaja cenderung memiliki pengalaman, kebiasaan, dan pola komunikasi yang relatif serupa. Tinjauan sistematis mengenai edukasi teman sebaya di sekolah menunjukkan bahwa kedekatan antarteman, rasa relevan, serta penyampaian yang informal dan personal merupakan mekanisme yang banyak digunakan dalam mendukung literasi kesehatan remaja (Widnall et al., 2024). Pengalaman tersebut memperlihatkan bahwa kader dapat berfungsi sebagai penghubung antara materi kesehatan yang diperoleh melalui kegiatan dengan kehidupan sehari-hari siswa di lingkungan sekolah.



Gambar 3. Pemberian Apresiasi kepada Siswa

Gambar 3 memperlihatkan pemberian hadiah kepada beberapa siswa sebagai bentuk apresiasi atas keterlibatan mereka dalam rangkaian kegiatan kader kesehatan remaja. Apresiasi diberikan kepada siswa yang menunjukkan partisipasi dan capaian terbaik selama kegiatan berlangsung. Dokumentasi tersebut menunjukkan bahwa rangkaian kegiatan tidak hanya berisi penyampaian materi dan praktik, tetapi juga memberikan penghargaan terhadap keterlibatan siswa. Pemberian apresiasi dapat menjadi bagian dari suasana pembelajaran yang positif karena siswa memperoleh pengalaman bahwa keberanian untuk berpartisipasi, mencoba berkomunikasi, dan mengambil peran dalam kegiatan kesehatan mendapatkan perhatian. Apresiasi dalam konteks ini tidak ditempatkan semata-mata sebagai bentuk kompetisi, tetapi sebagai penguatan pengalaman positif selama siswa mengikuti kegiatan kader.

Pemberian apresiasi menjadi bagian sederhana tetapi penting dalam menciptakan pengalaman positif bagi peserta. Penghargaan tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan, keberanian berkomunikasi, dan kesediaan mengambil peran dalam kegiatan kesehatan mendapatkan perhatian dari tim pelaksana dan pihak sekolah. Suasana apresiatif juga dapat mendorong siswa untuk memandang kegiatan kesehatan sebagai aktivitas yang menarik dan dapat dilakukan bersama teman sebaya. Lingkungan sekolah yang mendukung dan memberikan ruang bagi remaja untuk berpartisipasi menjadi salah satu unsur penting dalam pelaksanaan edukasi teman sebaya. Kajian mengenai *peer education* di sekolah menunjukkan bahwa nilai dan budaya sekolah serta dukungan terhadap peserta dapat membantu menciptakan kondisi yang mendukung keterlibatan remaja dalam kegiatan kesehatan (Widnall et al., 2024). Apresiasi yang diberikan dalam kegiatan ini dapat dipandang sebagai bagian dari upaya menciptakan pengalaman yang menyenangkan sekaligus memperkuat rasa percaya diri siswa untuk terus berpartisipasi dalam kegiatan kesehatan sekolah.

Kegiatan kader tidak berhenti pada pemberian materi dan penghargaan. Bekal komunikasi dan pengalaman yang diperoleh selama kegiatan dapat digunakan siswa ketika menyampaikan informasi kesehatan dalam lingkungan sekolah. Dukungan Guru

UKS dan Pembina OSIS menjadi bagian penting agar siswa yang telah memperoleh pembekalan tetap memiliki ruang untuk berperan dalam kegiatan kesehatan sekolah. Keberadaan pendamping juga membantu memastikan bahwa informasi yang disampaikan kader tetap mengacu pada materi kesehatan yang telah diberikan dan sesuai dengan konteks kegiatan sekolah. Model pendampingan seperti ini memungkinkan siswa memiliki ruang untuk menjalankan peran secara aktif, sementara guru tetap menjadi sumber arahan ketika kader menghadapi pertanyaan atau situasi yang membutuhkan penjelasan lebih lanjut. Pendekatan tersebut sesuai dengan prinsip bahwa partisipasi remaja dalam program kesehatan perlu didukung secara aktif dalam tahap pelaksanaan dan keberlanjutan kegiatan (WHO, 2018).

Penguatan Kapasitas dan Keberlanjutan Mitra

Rangkaian kegiatan memberikan penguatan kepada mitra melalui tiga pengalaman yang saling berkaitan, yaitu pemahaman mengenai pencegahan stunting, keterampilan memanfaatkan media digital, dan pengalaman menjalankan peran sebagai kader kesehatan remaja. Siswa tidak hanya menerima informasi mengenai stunting, tetapi juga memperoleh kesempatan untuk menggunakan media digital dan mempraktikkan komunikasi kesehatan. Pola tersebut membuat kegiatan tidak berhenti pada penyampaian materi, tetapi memberikan pengalaman langsung kepada siswa untuk meneruskan informasi kepada lingkungan sekitarnya. Keterlibatan remaja secara aktif seperti ini sejalan dengan prinsip program kesehatan remaja yang mendorong partisipasi mereka dalam pelaksanaan kegiatan, bukan hanya sebagai penerima informasi (WHO, 2018). Pendekatan edukasi yang disertai pembekalan dan aktivitas praktik juga digunakan dalam kegiatan pengabdian terkait pencegahan stunting untuk memperkuat pengetahuan dan keterampilan peserta dalam menerapkan informasi kesehatan (Arianti et al., 2025). Pengalaman yang diperoleh secara bertahap dari edukasi, praktik media, hingga komunikasi sebaya membuat peran siswa menjadi lebih jelas dan dapat dikembangkan melalui kegiatan sekolah.

Keterlibatan Guru UKS dan Pembina OSIS turut memperkuat posisi mitra dalam menjaga keberlanjutan kegiatan. Guru dapat membantu mengarahkan penggunaan media edukasi dalam kegiatan UKS, sedangkan Pembina OSIS dapat memberikan ruang kepada kader untuk terlibat dalam aktivitas edukasi antarsiswa. Kolaborasi tersebut memungkinkan kegiatan yang telah dilaksanakan tetap terhubung dengan aktivitas sekolah sehingga tidak berdiri sebagai kegiatan yang terpisah dari lingkungan pendidikan. Pendampingan dari pihak sekolah juga memberikan struktur yang diperlukan agar kader tetap memiliki tempat untuk menjalankan perannya setelah kegiatan utama selesai. Dalam pelaksanaan *peer education*, dukungan sekolah merupakan salah satu mekanisme yang membantu menjaga keseimbangan antara kemandirian siswa dan arahan dari orang dewasa yang mendampingi (Widnall et al., 2024). Dengan demikian, Guru UKS dan Pembina OSIS tidak hanya berfungsi sebagai pendamping selama kegiatan berlangsung, tetapi juga menjadi penghubung antara kader dan kegiatan kesehatan sekolah.

Media digital yang telah digunakan dapat dimanfaatkan kembali sebagai bahan edukasi pada kegiatan sekolah. E-book, poster digital, dan video edukasi dapat dibagikan melalui media komunikasi sekolah atau digunakan ketika terdapat kegiatan yang berkaitan dengan kesehatan siswa. Kader kesehatan remaja juga dapat dilibatkan dalam penyampaian informasi sederhana kepada teman sebaya dengan tetap memperoleh pendampingan dari guru. Pemanfaatan kembali media tersebut memberikan

keuntungan karena sekolah telah memiliki bahan edukasi yang dapat digunakan tanpa harus memulai proses penyusunan materi dari awal. Media digital juga memungkinkan pesan kesehatan disajikan dalam berbagai bentuk sehingga dapat disesuaikan dengan kebutuhan kegiatan UKS, OSIS, maupun edukasi antarsiswa. Pemanfaatan media digital dalam edukasi kesehatan juga sejalan dengan kegiatan pengabdian yang menempatkan literasi digital kesehatan sebagai bagian dari pembekalan peserta agar mampu memahami dan memanfaatkan informasi kesehatan secara tepat (Janna et al., 2026). Penggunaan media sosial dan media digital dalam edukasi kesehatan remaja telah banyak dikembangkan karena memungkinkan pesan disampaikan dalam format yang lebih dekat dengan pola komunikasi remaja (Hidalianisa & Kurniasari, 2023; Anggraini & Wati, 2024).

Penguatan kapasitas mitra pada akhirnya terlihat dari tersedianya siswa yang memiliki bekal sebagai penyampai informasi kesehatan, media edukasi digital yang dapat digunakan kembali, serta guru pendamping yang dapat melanjutkan pendampingan di lingkungan sekolah. Ketiga unsur tersebut menjadi modal bagi MAN Kota Palopo untuk menjaga keberlanjutan pesan pencegahan stunting melalui kegiatan yang dekat dengan kehidupan siswa. Kapasitas tersebut tidak hanya berada pada kemampuan individu siswa, tetapi juga mulai terbentuk dalam lingkungan sekolah melalui hubungan antara kader, guru pendamping, media edukasi, dan kegiatan UKS maupun OSIS. Model seperti ini memungkinkan kegiatan yang telah dilaksanakan menjadi bagian dari aktivitas sekolah dan memberikan ruang bagi kader untuk terus berlatih menyampaikan informasi kesehatan. WHO menempatkan dukungan terhadap partisipasi remaja sebagai bagian penting dalam pelaksanaan program kesehatan remaja yang berkelanjutan (WHO, 2018).

Secara keseluruhan, kegiatan membentuk alur pemberdayaan yang sederhana, yaitu edukasi, praktik media digital, pelatihan kader, aksi teman sebaya, dan keberlanjutan melalui UKS dan OSIS. Alur tersebut menempatkan remaja bukan hanya sebagai penerima informasi, tetapi sebagai bagian dari lingkungan sekolah yang dapat membantu menyebarkan pesan kesehatan. Pendekatan ini juga memberikan ruang bagi mitra untuk melanjutkan kegiatan dengan memanfaatkan sumber daya yang telah tersedia di sekolah. Pola tersebut memperlihatkan bahwa pemberdayaan tidak berhenti pada kemampuan siswa memahami materi, tetapi berkembang menjadi pengalaman menggunakan pengetahuan, mengolah pesan, berkomunikasi, dan mengambil peran dalam lingkungan sosialnya. Temuan dalam kajian *peer education* menunjukkan bahwa pendekatan teman sebaya dapat didukung oleh kedekatan antarremaja, metode penyampaian yang informal, serta dukungan sekolah yang memungkinkan kader menjalankan perannya secara lebih terarah (Widnall et al., 2024). Alur kegiatan yang telah terbentuk dapat menjadi dasar bagi MAN Kota Palopo untuk melanjutkan edukasi kesehatan remaja secara bertahap melalui kader, UKS, dan OSIS.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di MAN Kota Palopo dilaksanakan sebagai upaya menjawab kebutuhan mitra dalam memperkuat pemahaman remaja mengenai pencegahan stunting, pemanfaatan media digital untuk edukasi kesehatan, serta keterlibatan siswa sebagai penyampai informasi kesehatan kepada teman sebaya. Permasalahan tersebut ditindaklanjuti melalui tiga bentuk kegiatan, yaitu sosialisasi dan edukasi pencegahan stunting, praktik pemanfaatan media digital, serta pelatihan dan aksi kader kesehatan remaja.

Pelaksanaan sosialisasi memberikan pemahaman kepada siswa mengenai stunting, 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), gizi seimbang, anemia remaja, kesehatan reproduksi, dan peran remaja dalam pencegahan stunting. Praktik media digital memberikan pengalaman kepada siswa dalam memanfaatkan e-book, poster digital, dan video edukasi untuk memahami serta menyampaikan informasi kesehatan secara lebih menarik dan mudah dipahami. Pelatihan kader kesehatan remaja membekali siswa dengan keterampilan komunikasi kesehatan, public speaking, literasi informasi kesehatan, dan edukasi teman sebaya yang dipraktikkan dalam lingkungan sekolah.

Ketercapaian kegiatan terlihat dari keterlibatan siswa dalam diskusi dan praktik, kemampuan menggunakan media edukasi digital, serta terbentuknya kader yang mampu menyampaikan pesan kesehatan kepada teman sebaya. Keberlanjutan program didukung oleh Guru UKS dan Pembina OSIS melalui pendampingan kader serta pemanfaatan kembali media digital dalam kegiatan edukasi kesehatan di sekolah. Dengan demikian, program memberikan ruang bagi remaja untuk berperan sebagai penerima sekaligus penyampai informasi pencegahan stunting di lingkungan sekolah.

Acknowledgment

-

Referensi

- Anggraini, L., & Wati, D. A. (2024). The Effect of Nutrition Education using Tiktok and Instagram Social Media on Increasing Balanced Nutrition Knowledge in Overnourished Adolescents at SMP Negeri Pringsewu. *KESMAS UWIGAMA: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 189–198. <https://doi.org/10.24903/kujkm.v10i2.3027>
- Ansar, A., Hartini, D. A., Bahja, B., Faisal, E., Dewi, N. U., & Aiman, U. (2024). The Influence of Social Media-Based Nutrition Education on Adolescents' Nutritional Knowledge and Body Image Perception. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 18(2), 178–182. <https://doi.org/10.33860/jik.v18i2.3976>
- Arianti, M. N., Dumatubun, C. J. N., Ula, M. S., Prakasa, D. A., & Afifi, Z. (2025). Gerakan PKK peduli stunting: Pencegahan stunting balita melalui program makanan bergizi di Desa Ternadi. *Jurnal IPMAS*, 5(2), 127–137. <https://doi.org/10.54065/ipmas.5.2.2025.949>
- Astuti, N. A. M., & Kurniasari, R. (2022). The effect of nutritional education through poster media and video on the improvement of knowledge about anemia in adolescent princess. *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 10(2), 112–119. <https://doi.org/10.20961/placentum.v10i2.56226>
- Az-zahra, M. J., & Sudiyat, R. (2023). Pengaruh Media Booklet Digital 1000 Hari Pertama Kehidupan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri sebagai Upaya Pencegahan Stunting di SMA Kabupaten Bandung. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(3), 609–614. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i3.1038>
- Emylisa, D. A., Suryani, N., Fathullah, D. M., & Yudistira, S. (2023). Edukasi Gizi Seimbang dan Kesehatan Reproduksi Melalui Media Whatsapp terhadap Pengetahuan Remaja dalam Upaya Pencegahan Stunting : The Effect of Balanced Nutrition and Reproductive Health Education Through Whatsapp Media on Adolescent

- Knowledge in Stunting Prevention Efforts. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 2(4), 293-300. <https://doi.org/10.25182/jigd.2023.2.4.293-300>
- Hasanatuludhhiyah, N., Purba, A. K. R., D'arqom, A., Wibowo, I. N., Visuddho, V., & Mustika, A. (2024). Digital Health Literacy Related to COVID-19 and Social Media Use among High School Students. *Journal of Health Literacy*, 9(1), 9-21. <https://doi.org/10.22038/JHL.2023.74713.1472>
- Hawkins, A., Taba, M., Caldwell, P. H. Y., Kang, M., Skinner, S. R., McCaffery, K., & Scott, K. M. (2025) Enhancing digital health literacy in adolescents: evaluation of a co-designed educational app. *BMC Public Health* 25, 3869. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-25022-y>
- Hidalianisa, S. F., & Kurniasari, R. (2023). Pengaruh Pelaksanaan Edukasi Gizi Seimbang Melalui Sosial Media bagi Remaja : Literature Review : The Effect of Education About Balanced Nutrition Through Social Media on Balanced for Adolescents : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(3), 416-420. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i3.2922>
- Iriyani, K., Wisnuwardani, R. W., & Suryansingsi. (2024). Pelatihan "Peer Educator" dalam upaya penanganan gizi lebih pada remaja. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 360–370. <https://doi.org/10.31960/caradde.v7i2.2718>
- Janna, N. M., Sudirman, D. A. F., Purnamasari, A. H., & Hamrun, A. (2026). Sehat dalam genggaman: Edukasi pemanfaatan telemedicine bagi sivitas akademika FKIK Universitas Muhammadiyah Makassar untuk meningkatkan literasi digital kesehatan. *Jurnal IPMAS*, 6(2), 303–316. <https://doi.org/10.54065/ipmas.6.2.2026.1802>
- Kulandaivelu, Y., Hamilton, J., Banerjee, A., Gruz, A., Patel, B., & Stinson, J. (2023). Social Media Interventions for Nutrition Education Among Adolescents: Scoping Review. *JMIR pediatrics and parenting*, 6, e36132. <https://doi.org/10.2196/36132>
- Lewis, C. C., Taba, M., Allen, T. B., Caldwell, P. H., Skinner, S. R., Kang, M., Henderson, H., Bray, L., Borthwick, M., Collin, P., McCaffery, K., & Scott, K.M. (2024). Developing an Educational Resource Aimed at Improving Adolescent Digital Health Literacy: Using Co-Design as Research Methodology. *J Med Internet Res*, 26:e49453, 1-15. <https://doi.org/doi:10.2196/49453>
- Mancone, S., Corrado, S., Tosti, B., Spica, G., & Diotaiuti, P. (2024). Integrating digital and interactive approaches in adolescent health literacy: a comprehensive review. *Frontiers in public health*, 12, 1387874. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1387874>
- Nafisah, K. D., & Astuti, A. W. (2023). Association between adolescent marriages and stunting incidence: A scoping review. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 19(1), 42–49. <https://doi.org/10.14710/jpki.19.1.42-49>
- Nurbaya, N., & Najdah, N. (2024). Evaluation of Nutrition Education at Senior High Schools in Mamuju Regency West Sulawesi. *Journal of Public Health for Tropical and Coastal Region*, 7(1), 40-47. <https://doi.org/10.14710/jphtcr.v7i1.22054>
- Nurlaela, E., & Rasmaniar, R. (2023). Balanced Nutrition Training for Adolescent Girls as Peer Educators on Improving Behavior among Senior High School Students for

- Stunting Prevention. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 9(2), 74–80.
<https://doi.org/10.33490/jkm.v9i2.803>
- Nurlinwati, N., Kamariyah, K., Yuliana, Y., & Mawarti, I. (2024). Digital-based adolescent health information literacy at SMP Negeri 19 Tanjung Jabung Timur. *Community Empowerment*, 9(10), 1511–1517. <https://doi.org/10.31603/ce.11774>
- Okan, Stauch, L., Rangnow, P., Renninger, D., Hartmann, A., Fischer, L., & Dadaczynski, K. (2023). Digital health literacy in schools: new tools, empirical findings and implications for interventions, *European Journal of Public Health*, 33, 2, ckad160.123, <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckad160.123>
- Pratama, S. M., Siregar, A. U., Ernawati, L., Chan, D. K., Pulungan, N. A., & Nasution, N. F. (2024). Pemanfaatan Pengetahuan Media Sosial (Online) untuk Edukasi Gizi Menarik dan Inovatif Terhadap Siswa Remaja SMA, SMK serta MA . *Jurnal Kesehatan Amanah*, 8(2), 14–25. <https://doi.org/10.57214/jka.v8i2.654>
- Putri, D. I. ., Romaulytua Rajagukguk, V. I. ., Ramadhania, A. R. ., Armila, R. S. ., Al Asadi, I. ., & Rahmat, D. Y. (2025). Efektivitas Pendidikan Kesehatan tentang Anemia terhadap Pengetahuan Siswi dalam Upaya Pencegahan Stunting: Studi di SMP Negeri 2 Rancakalong. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 5(2), 1001–1008.
<https://doi.org/10.54082/jupin.1338>
- Samad, N., Bearne, L., Noor, F. M., et al. (2024). School-based healthy eating interventions for adolescents aged 10–19 years: An umbrella review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 21, 117.
<https://doi.org/10.1186/s12966-024-01668-6>
- Sambah, F., Quansah, F., Srem-Sai, M., Frimpong, J. B., Agormedah, E. K., Ankomah, F., Hagan, J. E. (2023). Assessing secondary school students' digital health literacy, information searching behaviours, and satisfaction with online COVID-19 information in Northern Ghana. *Heliyon*, 9(7), e17936.
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17936>
- Sercu, L. (2024). Social Media Influencers, Health Literacy, and Food Literacy: A Correlational Study Among Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(12), 1629.
<https://doi.org/10.3390/ijerph21121629>
- Shoghli, A., Maleki, A., Masjedi, M. R., Hessari, M. B., & Khodaei, S. (2023). The effect of peer-to-peer education on health literacy, knowledge, and adherence to COVID-19 protocols in vulnerable adolescents. *BMC Prim. Care* 24, 18.
<https://doi.org/10.1186/s12875-023-01979-w>
- Simbolon, D., Riastuti, F., & Kusdalina. (2024). Adolescent marriages and risk of stunting in children under five years in Indonesia. *The Indonesian Journal of Public Health*, 19(2), 276–288. <https://doi.org/10.20473/ijph.v19i2.2024.276-288>
- Widnall, E., Dodd, S., Russell, A. E., Curtin, E., Simmonds, R., Limmer, M., & Kidger, J. (2024). Mechanisms of school-based peer education interventions to improve young people's health literacy or health behaviours: A realist-informed systematic review. *PLOS ONE*, 19(5), e0302431.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0302431>

- Wizia, L., Yusrawati, Y., Meinapuri, M., Masrul, M., Yetti, H., & Afdal, A. (2024). Stunting prevention in the preconception period. *Jurnal Kesehatan*, 15(2), 27–36.
<https://doi.org/10.35730/jk.v15i2.1149>
- World Health Organization. (2018). *Guideline: Implementing effective actions for improving adolescent nutrition*. World Health Organization.