



## Menakar Ulang Batas Usia Perkawinan: Edukasi Hukum atas Dispensasi Kawin dan Implikasinya dalam Pencegahan Stunting di Kalangan Pelajar

### *Reassessing the Legal Age of Marriage: Legal Education on Marriage Dispensation and Its Implications for Stunting Prevention among Students*

Nurrahman Fajrul Sinrang <sup>1\*</sup>, Firman Husain <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Hukum, Universitas Hasanuddin, Indonesia

<sup>2</sup> Fakultas Teknik, Universitas Hasanuddin, Indonesia

\* Penulis Korespondensi: [nurrahman45fajrul@gmail.com](mailto:nurrahman45fajrul@gmail.com)

#### Article History:

Naskah Masuk: 15 Mei 2026;

Revisi: 29 Mei 2026;

Diterima: 25 Juni 2026;

Terbit: 29 Juni 2026

**Keywords:** Child Marriage; High School Students; Legal Education; Marriage Dispensation; Stunting Prevention.

**Abstract:** Child marriage remains a significant issue negatively impacting the health and quality of the younger generation, particularly through the increased risk of stunting in children. This article discusses the results of an educational outreach titled “Marriage Is Not Just About Legality: Legal Education on Marriage Dispensation and Its Implications for Stunting Prevention Among Students,” conducted at SMA Negeri 3 Parepare. The outreach aimed to raise students’ awareness about the relationship between minimum marriage age, marriage dispensation, and the health impacts on children, especially the risk of stunting. The methods employed included deconstruction, brainstorming, material delivery, reconstruction, and evaluation through pre-test and post-test assessments. Results demonstrated a significant improvement in students’ understanding from both medical and legal perspectives. The discussion focused on analyzing the contradictory legal norms regarding minimum marriage age and marriage dispensation, which frequently lead to implementation challenges. This outreach underscores the importance of integrating legal education and reproductive health as a preventive strategy to reduce child marriage and prevent stunting. Consequently, the program contributes to shaping a healthy, legally aware younger generation capable of making mature and responsible marriage decisions.

#### Abstrak

Pernikahan dini masih menjadi masalah yang berdampak negatif pada kesehatan dan kualitas generasi muda, terutama melalui risiko stunting pada anak. Artikel ini membahas hasil penyuluhan berjudul “Pernikahan Bukan Sekedar Sah: Edukasi Hukum atas Dispensasi Kawin dan Implikasinya terhadap Pencegahan Stunting di Kalangan Pelajar” yang dilaksanakan di SMA Negeri 3 Parepare. Penyuluhan bertujuan meningkatkan kesadaran siswa tentang hubungan antara batas usia perkawinan, dispensasi kawin, dan dampak kesehatan anak, khususnya risiko stunting. Metode yang digunakan mencakup dekonstruksi, *brainstorming*, penyampaian materi, rekonstruksi, serta evaluasi dengan *pre-test* dan *post-test*. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pemahaman siswa, baik dari perspektif medis maupun yuridis. Pembahasan difokuskan pada analisis kontradiksi norma hukum terkait batas usia perkawinan dan dispensasi kawin yang masih sering menimbulkan masalah implementasi. Penyuluhan ini menegaskan pentingnya integrasi edukasi hukum dan kesehatan reproduksi sebagai strategi preventif untuk mengurangi pernikahan dini dan mencegah stunting. Dengan demikian, program ini memberikan kontribusi dalam membentuk generasi muda yang sehat, sadar hukum, serta mampu mengambil keputusan pernikahan yang matang dan bertanggung jawab.

**Kata kunci:** Dispensasi Pernikahan; Pencegahan Stunting; Pendidikan Hukum; Pernikahan Anak; Siswa SMA.

## **1. PENDAHULUAN**

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu program pembelajaran yang wajib diikuti oleh mahasiswa sebagai bagian dari pengabdian kepada masyarakat. Program ini memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk memperoleh pengalaman belajar langsung di lingkungan sosial yang sesungguhnya, sehingga teori yang diperoleh selama masa perkuliahan dapat diaplikasikan secara praktis. Melalui KKN, mahasiswa tidak hanya belajar memahami dinamika masyarakat, tetapi juga dituntut untuk beradaptasi dan berinteraksi secara efektif dengan berbagai latar belakang sosial dan budaya.

KKN merupakan salah satu komponen penting dalam tridarma perguruan tinggi yang wajib ditempuh sebagai syarat kelulusan bagi mahasiswa program sarjana dan diploma di Universitas Hasanuddin. Pelaksanaan KKN menuntut mahasiswa untuk mampu merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi program kerja yang bermanfaat bagi masyarakat setempat. Kegiatan ini berperan sebagai wahana pembelajaran multidimensi, yang mengembangkan kemampuan akademik, keterampilan sosial, serta rasa kepedulian terhadap persoalan sosial yang ada di masyarakat.

Dari perspektif masyarakat, kehadiran mahasiswa KKN diharapkan mampu memberikan kontribusi nyata dalam mendukung pembangunan lokal melalui ide-ide inovatif dan praktik yang berkelanjutan. Mahasiswa juga berperan sebagai agen perubahan yang memfasilitasi transfer pengetahuan dan teknologi sesuai kebutuhan masyarakat. Dengan demikian, KKN tidak hanya memperkuat kemampuan mahasiswa dalam menerapkan ilmu pengetahuan, tetapi juga mempererat hubungan sinergis antara universitas dan komunitas, sekaligus meningkatkan kualitas pembangunan sosial dan ekonomi di daerah pelaksanaan.

Selain manfaat akademik dan sosial, pengalaman KKN membekali mahasiswa dengan kesadaran kritis mengenai tanggung jawab sosial dan etika profesi yang harus dijalankan setelah memasuki dunia kerja. Oleh karena itu, KKN merupakan medium pembelajaran yang sangat strategis untuk mencetak lulusan yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga berwawasan sosial dan berkomitmen pada pembangunan berkelanjutan.

Pernikahan dini merupakan fenomena sosial yang masih menjadi perhatian serius di Indonesia. Fenomena ini tidak hanya berimplikasi pada aspek sosial dan budaya, tetapi juga berkontribusi pada berbagai permasalahan kesehatan, pendidikan, dan kesejahteraan masyarakat. Berdasarkan data Laporan Indikator Kesejahteraan Rakyat tahun 2024 yang diterbitkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS, 2024), sekitar 25,08% perempuan Indonesia melangsungkan pernikahan pertama pada usia 16 hingga 18 tahun, sementara 8,16% lainnya menikah di usia 10 hingga 15 tahun. Data ini sejalan dengan catatan dari Kementerian Agama

RI (2024) yang menunjukkan bahwa setidaknya terdapat 4.150 pasangan menikah di bawah umur setiap tahunnya di Indonesia. Angka-angka ini memperlihatkan bahwa pernikahan dini masih menjadi masalah signifikan, terutama di kalangan perempuan muda yang menikah sebelum mencapai usia legal yang ditentukan oleh undang-undang.

Fenomena pernikahan dini memiliki dampak luas dan kompleks. Secara sosial, pernikahan pada usia muda sering kali diikuti dengan putus sekolah, yang menghambat pengembangan sumber daya manusia dan memperkuat siklus kemiskinan (Afriani, 2022). Dari sisi kesehatan, remaja perempuan yang menikah dini menghadapi risiko kehamilan tidak terencana dengan kesiapan fisik dan mental terbatas. Kondisi ini meningkatkan risiko komplikasi kehamilan, seperti anemia, kekurangan energi kronis, dan kelahiran prematur, yang semuanya berkontribusi pada masalah kesehatan serius bagi ibu dan bayi (Syafira et al., 2024). Salah satu konsekuensi paling mengkhawatirkan dari pernikahan dini adalah tingginya risiko stunting pada anak.

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh yang ditandai dengan tinggi badan lebih pendek dari standar usia anak akibat kekurangan gizi kronis, terutama dalam masa 1.000 hari pertama kehidupan. Menurut data Kementerian Kesehatan RI (2022), angka stunting nasional masih mencapai 21,6%, melebihi batas ideal menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2020) yakni di bawah 20%. Pemerintah Indonesia menetapkan target penurunan angka stunting menjadi 14% pada tahun 2024–2025, namun tantangan besar masih harus dihadapi untuk mencapai target ini (Sumartini, 2022).

Pernikahan dini menjadi salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap tingginya angka stunting di Indonesia. Hal ini disebabkan ibu yang menikah dan hamil di usia muda belum mencapai kematangan biologis optimal. Organ reproduksi, seperti rahim dan panggul, masih dalam tahap perkembangan sehingga kehamilan dapat memicu komplikasi medis seperti persalinan prematur dan berat badan lahir rendah (BBLR) yang merupakan faktor risiko utama terjadinya stunting pada anak (Syafira et al., 2024). Selain itu, ibu muda umumnya memiliki pengetahuan terbatas mengenai kesehatan reproduksi, nutrisi ibu hamil, dan pola asuh anak, sehingga bayi yang dilahirkan memiliki risiko tinggi mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan kognitif (Annisa et al., 2023).

Dari sudut sosial budaya, faktor-faktor yang mendorong pernikahan dini di Indonesia meliputi kemiskinan, norma sosial patriarkis, tekanan lingkungan, serta tradisi yang masih kuat dalam masyarakat (Fransiska & Aditya, 2020). Dalam banyak kasus, pernikahan dini dianggap sebagai solusi untuk mengatasi kehamilan di luar nikah, menjaga nama baik keluarga, dan

mengurangi beban ekonomi rumah tangga. Namun, praktik ini menimbulkan masalah serius bagi kesehatan dan masa depan anak-anak yang lahir dari pernikahan tersebut.

Dari aspek hukum, Indonesia telah melakukan pembaruan regulasi untuk mengatasi masalah pernikahan dini. Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 tentang Perkawinan menaikkan batas usia minimal perkawinan bagi pria dan wanita menjadi 19 tahun, menggantikan ketentuan sebelumnya yang mengizinkan wanita menikah pada usia 16 tahun (Yuliatin & Besse, 2024). Meskipun batas usia minimal dinaikkan, masih terdapat celah berupa mekanisme dispensasi kawin, yaitu izin pengadilan untuk mengesahkan perkawinan pasangan yang belum mencapai usia minimal dengan alasan mendesak seperti kehamilan di luar nikah, tekanan sosial, dan kondisi ekonomi (Sony et al., 2020).

Ketentuan dispensasi kawin ini menimbulkan paradoks hukum yang menjadi tantangan serius dalam pencegahan pernikahan dini. Regulasi bertujuan melindungi anak dari perkawinan prematur yang merugikan, namun juga membuka peluang penyimpangan norma melalui dispensasi tersebut (Halda et al., 2022). Ketidakkonsistenan penerapan hukum sebagai alat pengendalian sosial menyebabkan angka pernikahan dini masih tinggi dan berdampak pada meningkatnya risiko stunting serta masalah kesehatan lainnya.

Oleh karena itu, diperlukan pendekatan komprehensif dan interdisipliner dalam menangani permasalahan ini. Edukasi kesehatan reproduksi dan gizi yang menyeluruh kepada remaja, khususnya siswa sekolah menengah atas, dapat menjadi strategi preventif efektif (Ahmad Raksun & Firdaus, 2023). Edukasi tersebut harus dipadukan dengan pemahaman hukum yang tepat mengenai batas usia perkawinan dan konsekuensi sosial serta kesehatan pernikahan dini. Melalui penyuluhan, generasi muda dibekali pengetahuan dan keterampilan membuat keputusan matang terkait perkawinan dan kesehatan reproduksi, sehingga mereka mampu menunda pernikahan hingga siap secara fisik, mental, dan sosial-ekonomi (Wulandari & Ismail, 2019).

Salah satu lokasi relevan pelaksanaan program edukasi ini adalah SMA Negeri 3 Parepare. Melalui kegiatan penyuluhan dengan judul "*Pernikahan Bukan Sekedar Sah: Penyuluhan Risiko Pernikahan Dini sebagai Upaya Preventif terhadap Stunting*", diharapkan siswa dapat memahami risiko dan dampak pernikahan dini secara menyeluruh, baik dari aspek kesehatan, sosial, maupun hukum.

Kesadaran hukum yang dibangun sejak dini menjadi modal penting agar generasi muda memahami bahwa pernikahan bukan sekadar peristiwa sosial atau tradisi, tetapi sebuah kontrak hukum yang membawa tanggung jawab besar. Dengan demikian, penyuluhan ini menjadi

bagian dari upaya menguatkan implementasi hukum melalui edukasi dan pembentukan nilai-nilai kritis yang mendorong perubahan perilaku masyarakat.

Program ini juga diharapkan berkontribusi pada tujuan nasional dalam menurunkan angka stunting, meningkatkan kualitas sumber daya manusia, dan memutus siklus kemiskinan yang erat kaitannya dengan pernikahan dini (Sumartini, 2022). Pencegahan stunting melalui edukasi dan penegakan hukum konsisten merupakan investasi jangka panjang bagi masa depan bangsa.

Secara keseluruhan, pernikahan dini merupakan masalah multifaset yang memerlukan perhatian berbagai pihak, termasuk pemerintah, lembaga pendidikan, masyarakat, dan keluarga (Afriani, 2022). Pendekatan yang mengintegrasikan edukasi kesehatan, pemahaman hukum, serta perubahan sosial budaya menjadi kunci keberhasilan dalam mengurangi praktik pernikahan dini dan dampaknya terhadap stunting. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan di lingkungan pendidikan formal seperti SMA Negeri 3 Parepare merupakan langkah strategis yang dapat membawa perubahan positif bagi remaja dan masyarakat luas.

## **2. METODE**

### **Waktu dan Tempat Pelaksanaan**

Pelaksanaan program kerja ini dimulai pada hari Kamis tanggal 18 Juli 2025 - 25 Juli 2025 yang terhitung dari tahap observasi dan tahap pelaksanaan kegiatan. Tempat pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan langsung di Sekolah Menengah Atas (SMA) 3 Parepare pada hari Kamis 25 Juli 2025 pukul 07.30 WITA sampai selesai.

### **Khayalak Sasaran**

Sasaran dari program kerja "*Pernikahan Bukan Sekedar Sah: Penyuluhan Risiko Pernikahan Dini sebagai Upaya Preventif terhadap Stunting*" ini yaitu Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Parepare (Min. 30 Peserta).

### **Metode Pengabdian**

Pelaksanaan penyuluhan dilaksanakan di SMA Negeri 3 Parepare dengan mengumpulkan seluruh peserta di lapangan sekolah, dimana peserta laki-laki dan perempuan ditempatkan secara terpisah untuk menjaga kenyamanan dan konsentrasi selama kegiatan. Acara diawali dengan pembukaan oleh moderator yang memberikan gambaran umum mengenai materi yang akan disampaikan serta menjelaskan maksud dan tujuan penyuluhan. Selanjutnya, moderator memanggil pemateri, yaitu penulis, untuk menyampaikan materi utama.

Sebagai persiapan, sebelum hari pelaksanaan, penulis telah mengirimkan pre-test kepada pihak stakeholder terkait agar dapat didistribusikan dan diisi oleh peserta sebelum sesi materi dimulai. Pre-test ini berfungsi sebagai alat ukur pemahaman awal peserta terhadap topik yang akan dibahas. Pada awal sesi materi, pemateri menerapkan metode dekonstruksi dengan memberikan pertanyaan pembuka yang bertujuan mendekonstruksi pemahaman peserta dan mengidentifikasi potensi miskonsepsi. Selanjutnya, metode brainstorming diterapkan dengan mengajak peserta mengemukakan pendapat dan pengetahuan awal mereka terkait topik, sehingga tercipta kesamaan persepsi yang menjadi dasar penyampaian materi yang efektif.

Setelah terjadi penyamaan persepsi mengenai definisi dasar seperti pernikahan dini, stunting, dan pendekatan hukum yang relevan, pemateri menyampaikan materi inti yang berlandaskan data empiris mengenai fenomena pernikahan dini dan kaitannya dengan stunting, serta tinjauan aspek hukum, kesehatan, sosial, dan ekonomi. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan mengedepankan pendekatan partisipatif agar peserta aktif dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan.

Untuk memperkuat pemahaman peserta, setelah penyampaian materi inti, pemateri membangun kembali pemahaman peserta dengan memberikan perspektif baru yang lebih tepat dan mendalam. Sesi ini dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab yang terbuka, memberikan ruang bagi peserta untuk mengklarifikasi hal-hal yang belum dipahami serta memperdalam materi. Pendekatan ini bertujuan untuk mengembangkan pemahaman kritis dan kesadaran yang melampaui sekadar pengetahuan faktual.

Selain itu, untuk memperpanjang dampak penyuluhan, penulis juga menyediakan poster edukatif yang ditempelkan pada papan mading sekolah. Poster ini berisi rangkuman informasi penting terkait pernikahan dini dan stunting, yang bertujuan agar siswa dapat secara mandiri membaca, mengingat, dan memahami materi secara berkelanjutan di luar waktu penyuluhan.

Sebagai bentuk apresiasi dan untuk mendorong partisipasi aktif, kegiatan diakhiri dengan pemberian hadiah kepada peserta yang mampu menjawab pertanyaan, bertanya, serta merangkum materi dengan baik. Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, peserta diberikan tautan untuk mengisi post-test sebagai evaluasi pemahaman dan efektivitas penyuluhan.

### **Indikator Keberhasilan**

Indikator keberhasilan dari Sosialisasi Gadget Sehat: Bijak Menggunakan Gadget dapat diukur melalui beberapa aspek yaitu:

1. Dihadiri oleh minimal 30 siswa SMA yang mengikuti kegiatan hingga selesai pemaparan materi, sebagai bukti keterlibatan audiens secara penuh.
  2. Kemampuan siswa dalam menjawab pertanyaan secara langsung selama sesi penyampaian materi, yang menunjukkan tingkat pemahaman dan keterlibatan kognitif peserta.
  3. Kemampuan siswa dalam merangkum inti dari materi yang disampaikan, menandakan pemahaman kritis terhadap informasi yang diberikan.
  4. Tingkat partisipasi pengisian post-test oleh siswa sebagai alat evaluasi formal untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan pemahaman setelah penyuluhan.
- Para siswa menunjukkan peningkatan signifikan pada skor evaluasi, di mana minimal 70% peserta mengalami peningkatan nilai dari pre-test ke post-test setelah mengikuti pemaparan materi.

### **Metode Evaluasi**

Metode evaluasi dalam kegiatan ini tidak sekadar dimaknai sebagai proses mengukur hasil, melainkan sebagai upaya reflektif untuk menakar sejauh mana pengetahuan, kesadaran, dan nilai yang ditanamkan benar-benar berjejak dalam diri peserta. Evaluasi dilakukan melalui harmoni pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Secara kuantitatif, pre-test dan post-test berfungsi sebagai cermin objektif yang menggambarkan pergeseran tingkat pengetahuan peserta mengenai risiko pernikahan dini dan keterkaitannya dengan stunting.

#### ***Pre-test***

Pre-test digunakan untuk mengukur pemahaman awal peserta mengenai risiko pernikahan dini dan kaitannya dengan pencegahan stunting sebelum pelaksanaan penyuluhan dimulai. Instrumen berupa 13 pertanyaan yang dirancang untuk mengidentifikasi pengetahuan dasar dan persepsi peserta, sehingga dapat dijadikan acuan baseline dalam menilai efektivitas materi yang akan disampaikan.

#### ***Post-test***

Post-test berfungsi untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan dan kesadaran peserta setelah mengikuti penyuluhan. Pertanyaan yang diajukan serupa dengan pre-test, memungkinkan analisis komparatif terhadap peningkatan pemahaman peserta tentang dampak pernikahan dini terhadap kesehatan, aspek hukum, dan pencegahan stunting. Pendekatan ini memberikan data kuantitatif untuk mengukur efektivitas intervensi edukasi yang dilakukan.



**Gambar 1.** Pembukaan Moderator.



**Gambar 2.** Pemaparan Materi.



**Gambar 3.** Sesi Tanya Jawab.



**Gambar 4.** Penyerahan Poster.



**Gambar 5.** Foto bersama Siswa dan Guru.



**Gambar 6.** Pemberian Hadiah.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan penyuluhan dengan judul “Pernikahan Bukan Sekedar Sah: Edukasi Hukum atas Dispensasi Kawin dan Implikasinya terhadap Pencegahan Stunting di Kalangan Pelajar” di SMA Negeri 3 Parepare dihadiri oleh siswa dari berbagai kelas. Seluruh peserta mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dengan antusiasme yang tinggi.

Berdasarkan data hasil pre-test yang dilakukan sebelum penyuluhan, tingkat pemahaman siswa terkait definisi pernikahan dini, dispensasi kawin, dan kaitannya dengan risiko stunting masih tergolong rendah. Selanjutnya, setelah materi disampaikan melalui

metode dekonstruksi, brainstorming, penyampaian materi berbasis data, rekonstruksi pemahaman, dan diskusi tanya jawab, peserta mengisi post-test yang menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan, sehingga siswa mengalami peningkatan pemahaman yang cukup baik sesuai target yang ditetapkan.

Selain itu, selama sesi tanya jawab, peserta aktif mengajukan pertanyaan kritis dan memberikan pendapat yang mencerminkan kesadaran baru terkait implikasi hukum pernikahan dini dan dampak kesehatan yang ditimbulkannya, khususnya risiko stunting pada anak. Hal ini juga didukung oleh hasil observasi selama penyuluhan yang menunjukkan antusiasme tinggi peserta dalam berdiskusi dan berinteraksi.

Sebagai bagian dari tindak lanjut, poster edukasi mengenai risiko pernikahan dini dan pencegahan stunting juga dipasang di mading sekolah. Ini bertujuan untuk memperkuat pemahaman dan menjadi media pengingat bagi siswa secara berkelanjutan.

Hasil peningkatan skor pre-test dan post-test menunjukkan efektivitas metode penyuluhan yang mengintegrasikan pendekatan dekonstruksi dan brainstorming, yang mampu menggali pengetahuan awal peserta serta membangun kesamaan persepsi sebelum menyampaikan materi pokok. Pendekatan ini memungkinkan peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi juga menginternalisasi dan memahami secara kritis dampak pernikahan dini.

Pentingnya edukasi hukum dalam konteks ini menjadi jelas karena masih terdapat gap antara ketentuan hukum yang menaikkan batas usia perkawinan dan praktik dispensasi kawin yang membuka celah pernikahan dini. Kesadaran hukum yang dibangun membantu siswa memahami konsekuensi sosial dan kesehatan dari keputusan menikah pada usia muda. Dari sisi kesehatan, materi yang menyoroti kaitan antara pernikahan dini dan risiko stunting menegaskan urgensi penundaan pernikahan hingga usia matang secara biologis dan sosial. Kematangan tersebut diperlukan untuk meminimalkan komplikasi kehamilan, seperti berat badan lahir rendah dan anemia, yang berkontribusi langsung pada stunting anak.

Penggunaan media poster sebagai alat bantu edukasi di lingkungan sekolah juga menjadi strategi efektif untuk memperpanjang jangkauan penyuluhan dan memastikan materi terus diingat oleh siswa. Ini sejalan dengan prinsip pembelajaran berkelanjutan yang diperlukan dalam membentuk kesadaran dan perubahan perilaku.

Namun, perlu dicatat bahwa penyuluhan semacam ini harus terus dilakukan secara rutin dan didukung oleh kebijakan sekolah maupun pemerintah untuk memastikan dampak jangka panjang. Evaluasi berkelanjutan juga diperlukan agar program dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi sosial budaya peserta.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini memperkuat argumen bahwa integrasi edukasi hukum dan kesehatan reproduksi merupakan langkah strategis dalam upaya pencegahan pernikahan dini dan stunting, serta berkontribusi dalam membentuk generasi muda yang lebih sehat dan sadar hukum.

### Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

**Tabel 1.** Perbandingan Nilai Rata-Rata *Pre-test* dan *Post-test*.

Tahapan	Nilai Rata-Rata	Presentasi Peningkatan
Pre-Test	53,3	-
Post-Test	86,9	33,6%

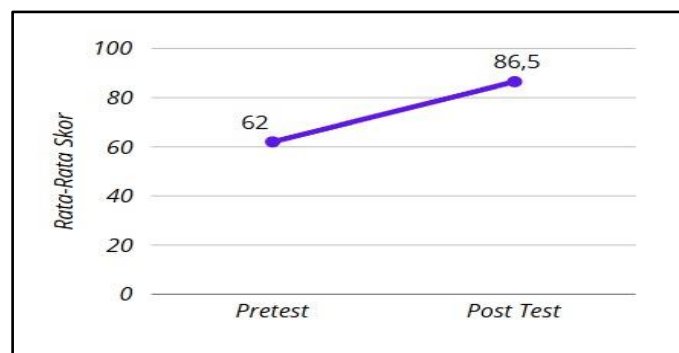
Dalam kegiatan ini, siswa/i mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan kontribusi yang aktif. Kegiatan ini memiliki partisipasi sebanyak 20 siswa/i yang didominasi dengan rentang usia 11-12 tahun atau memasuki masa remaja. Dapat dilihat pada Tabel 1. menunjukkan bahwa di dalam satu kelas tersebut mayoritas peserta merupakan perempuan dengan jumlah sebanyak 14 siswi (70%), sedangkan laki-laki berjumlah 6 siswa (30%). Berdasarkan jenis kelamin, partisipasi aktif dari mayoritas peserta perempuan kemungkinan besar ikut berperan dalam meningkatkan kontribusi kegiatan edukatif ini. Menurut Herliafifah (2021), menegaskan bahwa pengetahuan tentang nutrisi sangat berpengaruh terhadap status gizi anak perempuan. Karena secara umum anak perempuan cenderung memiliki ketertarikan yang lebih besar terhadap topik-topik yang berkaitan dengan kesehatan dan nutrisi.

Kegiatan selanjutnya pengukuran berat badan dan tinggi badan dilaksanakan selama 20 menit kemudian dilakukan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) dari setiap siswa/i. Dapat dilihat pada Tabel 1. menunjukkan status gizi siswa/i. Dari hasil pengukuran IMT yang dilakukan terdapat 3 siswa/i dalam kategori Obesitas Tingkat I dan terdapat 1 siswa dalam kategori Obesitas Tingkat II. Menurut Anggraini (2024), faktor kebiasaan sarapan dan jajan berpengaruh signifikan terhadap status gizi anak. Setelah itu dilanjutkan dengan kegiatan *pre-test* yang dilaksanakan selama 15 menit dengan memberikan kuesioner yang terdiri dari 10 pertanyaan. Kemudian kegiatan penyampaian materi dilaksanakan selama 20 menit dengan melibatkan 5 mahasiswa/i sebagai pemberi edukasi. Setelah penyampaian materi selesai, dilakukan kegiatan *games* yang dilaksanakan secara berkelompok dengan setiap kelompok beranggotakan 5 siswa/i dengan waktu 15 menit dan diakhiri dengan pemberian *post-test* sebanyak 10 pertanyaan dengan waktu pengerjaan selama 15 menit.

**Tabel 2.** Hasil *pretest* dan *posttest* berdasarkan tingkat pengetahuan.

Pretest	Jumlah
Kurang baik	40%
Baik	60%
Posttest	Jumlah
Kurang baik	5%
Baik	95%

Pengkategorian penilaian pretest dan *post-test* ini dibagi menjadi nilai baik (>70) dan kurang baik (<70) dari hasil jawaban masing-masing siswa/i. Dapat dilihat pada Tabel 3 menunjukkan bahwa hasil pengisian *pre-test* yang dilakukan pada siswa/i kelas 6A dengan kategori pengetahuan baik sebesar 60%, sedangkan dengan kategori kurang baik sebesar 40%. Kemudian dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada siswa/i kelas 6A dari 60% menjadi 95%, serta penurunan angka kurangnya pengetahuan dari 40% menjadi 5%. Hal ini sejalan dengan hasil studi (Widayati et al., 2022) bahwa pemberian edukasi gizi disertai *games* dapat meningkatkan pengetahuan siswa/i tentang makanan sehat dan bergizi seimbang.

**Diagram 1.** Perbandingan Hasil Pre-test dan Post-test.

Dalam diagram 1. terlihat jelas perbandingan antara hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan selama kegiatan berlangsung. Dari perbandingan tersebut, tampak adanya peningkatan yang cukup signifikan. Dari perbandingan yang didapat, siswa/i sudah mampu memahami materi yang disampaikan dengan baik. Hal ini ditunjukkan oleh hasil *post-test* yang lebih tinggi dibandingkan *pre-test*, menandakan bahwa edukasi yang diberikan selama kegiatan benar-benar membantu peserta dalam menyerap dan mengerti informasi yang disampaikan.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan edukasi gizi seimbang yang telah dilakukan melalui pendekatan interaktif (pengukuran berat badan dan tinggi badan, edukasi gizi, *pre-test*, *post-test*, dan *games*) berhasil meningkatkan pengetahuan siswa tentang obesitas dan pencegahannya. Hal ini terlihat dari peningkatan rata-rata skor yang semula 62 saat *pre-test* menjadi 86,5 saat *post-test*.

Identifikasi status gizi melalui pengukuran IMT menunjukkan bahwa 15% dari subjek penelitian mengalami obesitas (Tingkat I dan II), yang menjadi dasar perlunya intervensi spesifik pendidikan gizi dasar di sekolah. Kombinasi pengukuran antropometri, pemberian materi dan permainan edukatif tidak hanya meningkatkan pengetahuan secara teoritis, tetapi juga membangkitkan kesadaran siswa untuk mendorong gaya hidup sehat. Kegiatan ini mengusulkan perlunya program berkelanjutan dengan cakupan yang lebih luas, dengan keterlibatan orang tua dan guru, serta penyesuaian metode pengajaran untuk meningkatkan partisipasi siswa. Temuan ini juga menegaskan perlunya mengintegrasikan konten gizi seimbang dalam kurikulum sekolah sebagai strategi pencegahan untuk mengurangi jumlah kasus obesitas dan masalah gizi lainnya dikalangan anak sekolah.

## DAFTAR REFERENSI

- Adam, S., Lukum, F., Mahabu, M., & Totoyi, Y. (2025). Analisis Upaya Pencegahan Obesitas Pada Anak-Anak. *Pembelajaran Dan Ilmu Sosial*, 3(2), 326–332.
- Anggraini, N., Rohani, T., & Fauzi, Y. (2025). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah Di SD Negeri 2 Kota Bengkulu. *Journal of Multidisciplinary Research*, 1(2), 93–98.
- Aryandi, Rizki. Ima Maria. Erisca Ayu Utami. (2023). Gambaran Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Kecamatan Telanaipura Kota Jambi 2022. *JOMS : Journal of Medical Studies*, 3(1), 60-70.
- Aulia, J. N. (2022). Masalah gizi pada anak usia sekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 11(1), 22-25.
- Hartanti, A., Harwati, R., & Arswinda, A. (2024). HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG NUTRISI DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI KELAS VII DI SMP N 3 BOYOLALI. *Jurnal Cakrawala Keperawatan*, 134-145.
- Hasibuan, Mhd Uzni Zamzani. Palmizal A. (2021). Sosialisasi Penerapan Indeks Massa Tubuh (IMT) Di Suta Club. *CSP : Cerdas Sifa Pendidikan*, 10(2), 19-24.
- Kemendes RI. (2014). Permenkes Nomor 41 Tentang Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- Kemendes RI. (2015). Pedoman Umum Pengendalian Obesitas. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- Kusmiyati., Sedijani, P., & Rasmi, C, A, D. (2024). Penyuluhan Tentang Pedoman Gizi Seimbang Untuk Mencegah Masalah Gizi Pada Anak. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 7(4), 1839-1842.
- Nur, A., Valensia, Y., Lobo, M. Y. (2021). Pelatihan Pengolahan Pangan Lokal Sumber Protein Untuk Meningkatkan Status Gizi Balita di Kampung Nelayan Oesapa Kupang. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 170-178.
- Putri, D. F. A., & Agustikawati, N. (2025). Pemberdayaan Masyarakat Desa dalam Pembuatan Anti Nyamuk Cair Serute (Serai dan Jeruk Monte). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 7(1), 14-19.

- Rahmiwati, A., Sitorus, R. J., Arinda, D. F., & Utama, F. (2019). Determinants of Obesity in Elementary School Age Children. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 25–34. Retrieved from <https://journals.ums.ac.id/index.php/jk/article/view/7537/pdf>
- Rosalia, A. A., Luthfi Anzani. Kiffah Kayyisah Ahmad. Abdul Malik. Alya. Dina Wilujeng., M. Saleh. Denta Tirtana. Mestiria Harbani Sitepu. (2022). Sosialisasi Pemenuhan Gizi Keluarga Nelayan PPP Lempasing, Kota Bandar Lampung Dalam Mencegah Stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(12), 4410-4420.
- Sandalayuk, Marselia. Zul Andhayani Arda. Wahyuni Hafid. Franning Deisi Badu. Amalia Harun. Herman Hatta. Nuryani. Hairil Akbar. Maria Kanan. (2024). Determinan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar: studi *cross-sectional*. *Haga Journal of Public Health (HJPH)*, 2(1), 1-8.
- Widayati, D., Ishariani, L., Rachmania, D., Studi, P. S., STIKES Karya Husada Kediri, K., kunci, K., ... Usiasekolah, A. (2022). Pengenalan Makanan Sehat Gizi Seimbang Dengan Pendekatan Game Edukasi Pada Anak Usia Sekolah, 01(02), 2963–1343. Retrieved from <https://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKESNas/index.php/MOO>