

Model Edukasi Kritis Etnofarmasi dan Stunting Berbasis Budaya Dawan di SMP Kristen 3 Soe

Barbara Azalya Sarifudin^{1*}, Sonni Maurit Benu², Yohanes Karolus Tokan³

^{1,2,3} Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Citra Bangsa, Indonesia

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 12 Agustus 2026

Direvisi: 15 Agustus 2026

Diterima: 16 Agustus 2026

*Penulis Korespondensi:

E-mail:

barbaraazalya34@gmail.com

ABSTRAK

Stunting berakar dari masalah gizi remaja yang diperparah oleh kurangnya literasi dan mitos kesehatan. Penelitian kualitatif deskriptif ini mengeksplorasi implementasi edukasi kritis kesehatan reproduksi dan gizi berbasis budaya lokal Dawan di SMP Kristen 3 Soe dengan 26 siswi kelas IX sebagai informan. Pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya transformasi pemahaman kognitif yang mendalam, terutama dalam mengurai miskonsepsi mitos stunting dari 34,6% menjadi internalisasi 88,5%. Aspek sikap informan menunjukkan pergeseran positif berupa kebanggaan mengonsumsi pangan lokal hingga 100%, yang termanifestasi dalam konsistensi tindakan nyata menjaga kebersihan reproduksi, mengonsumsi sayur hijau kaya zat besi, dan kepatuhan minum tablet tambah darah. Simpulan penelitian ini membuktikan bahwa pendekatan edukasi berbasis ilmu farmasi dan kearifan lokal Dawan berhasil membangun kesadaran kritis serta perilaku preventif remaja putri sebagai strategi solutif memutus mata rantai stunting.

Kata kunci: etnofarmasi, gizi remaja, kesehatan reproduksi, pangan lokal, stunting, penelitian kualitatif

ABSTRACT

Stunting stems from adolescent nutritional problems, exacerbated by poor health literacy and health myths. This qualitative descriptive study explored the implementation of a critical reproductive health and nutrition education model based on Dawan local culture at SMP Kristen 3 Soe, involving 26 ninth-grade female students as informants. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation. The results revealed a profound transformation in cognitive understanding, particularly in dismantling stunting-related myths from 34.6% to 88.5% internalization. Informants' attitudes showed a positive shift toward a 100% pride in consuming local foods, manifested in consistent practical actions regarding reproductive hygiene, iron-rich green vegetable consumption, and compliance with iron supplementation. In conclusion, this educational approach integrating pharmaceutical science and local Dawan wisdom successfully builds critical awareness and preventive behavior among adolescent girls as a strategic solution to break the stunting chain.

Keywords: ethno-pharmacy, adolescent nutrition, reproductive health, local food, stunting, qualitative research

PENDAHULUAN

Masa remaja (10–19 tahun) merupakan periode kritis dalam pembentukan perilaku kesehatan yang menentukan kualitas hidup individu di masa dewasa, termasuk kesehatan reproduksi dan status gizi. Secara global, WHO menegaskan bahwa investasi kesehatan pada fase remaja sangat krusial sebagai strategi utama untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan memutus siklus stunting antargenerasi. Kegagalan dalam memastikan

kesehatan reproduksi dan pemenuhan gizi selama transisi ini tidak hanya menurunkan prestasi belajar, tetapi juga meningkatkan risiko komplikasi kesehatan reproduksi di masa depan (Smith, 2024).

Di tingkat nasional, Kementerian Kesehatan menempatkan pencegahan masalah gizi melalui intervensi spesifik sejak usia remaja putri hingga ibu hamil sebagai pilar utama percepatan penurunan stunting. Tantangan kesehatan remaja di Indonesia masih cukup

signifikan, di mana pengetahuan mengenai pubertas, pencegahan anemia, dan risiko kehamilan usia dini sering kali terkendala oleh stigma tabu serta keterbatasan akses informasi ilmiah. Masalah gizi seperti anemia defisiensi besi dan rendahnya kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri berpotensi besar meningkatkan risiko stunting di kemudian hari, sehingga penguatan edukasi berbasis sekolah menjadi strategi prioritas nasional (Kemenkes RI, 2024).

Pada tingkat lokal di Kabupaten Timor Tengah Selatan (TTS), khususnya masyarakat suku Dawan, terdapat kekayaan kearifan lokal etnofarmasi yang melibatkan pemanfaatan tanaman pangan dan obat tradisional. Tanaman seperti kelor (*Moringa oleifera*), kunyit (*Curcuma longa*), dan jahe (*Zingiber officinale*) merupakan aset budaya yang memiliki potensi besar sebagai media edukasi kesehatan yang kontekstual. Sayangnya, integrasi antara kearifan lokal tersebut dengan kurikulum kesehatan di sekolah masih sangat terbatas, sehingga pembelajaran kesehatan di wilayah ini sering kali belum mampu membangun kesadaran kritis siswa secara bermakna (Silla, 2022).

Masalah inti dalam penelitian ini adalah rendahnya literasi kesehatan reproduksi dan gizi pada remaja putri akibat belum adanya model pembelajaran yang mampu mengintegrasikan bukti ilmiah etnofarmasi dengan kearifan budaya lokal Dawan. Pendekatan edukasi kesehatan yang bersifat konvensional di sekolah sering kali gagal menjembatani pemahaman siswa terhadap pentingnya pencegahan stunting secara partisipatif, padahal intervensi gizi spesifik di wilayah TTS memerlukan penguatan kesadaran masyarakat yang lebih kuat (Ndoen, 2025). Oleh karena itu, penerapan model edukasi kritis yang menggabungkan prinsip etnofarmasi dengan konteks budaya lokal menjadi sangat mendesak untuk dikembangkan di lingkungan institusi pendidikan.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan menganalisis Model Edukasi Kritis Etnofarmasi dan Stunting Berbasis Budaya Dawan di SMP Kristen 3 Soe. Melalui pendekatan yang mengintegrasikan aspek kesehatan reproduksi, gizi seimbang, dan pemanfaatan tanaman lokal secara rasional serta berbasis bukti ilmiah, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, serta kesadaran kritis peserta didik guna membentuk perilaku hidup sehat yang berkelanjutan.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif (Ibrahim et al., 2021). Pendekatan ini dipilih untuk mengeksplorasi dan mendeskripsikan secara mendalam tingkat pengetahuan serta pemahaman subjek penelitian mengenai kesehatan reproduksi, gizi, dan pencegahan stunting melalui penerapan model edukasi kritis yang mengintegrasikan prinsip etnofarmasi dengan kearifan lokal masyarakat Dawan. Penelitian dilaksanakan di SMP Kristen 3 Soe, Kecamatan Kota Soe, Kabupaten Timor Tengah Selatan, Provinsi Nusa Tenggara Timur, dengan waktu penelitian selama satu bulan pada bulan Juli 2026. Penentuan subjek penelitian menggunakan teknik *purposive sampling* yang melibatkan 26 orang siswi sebagai informan kunci dalam kegiatan edukasi.

Pengambilan data lapangan dilaksanakan secara tatap muka (*offline*) selama bulan Juli 2026 melalui intervensi edukasi kesehatan berbasis budaya tersebut, yang didahului dengan perolehan perizinan administratif yang sah. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, serta evaluasi pemahaman melalui sesi tanya jawab interaktif. Spesifikasi alat dan bahan penelitian meliputi pedoman wawancara, lembar catatan lapangan, materi bahan ajar kesehatan reproduksi, gizi seimbang, pencegahan anemia dan stunting, serta media peraga tanaman obat tradisional lokal seperti kunyit, jahe, lengkuas, serai, sirih, dan daun kelor.

Pengecekan validitas dan keabsahan hasil penelitian dilakukan melalui teknik triangulasi sumber dan metode guna memastikan kredibilitas data tingkat pengetahuan informan. Data kualitatif yang terkumpul kemudian dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, yang selanjutnya disajikan dalam bentuk narasi deskriptif yang sistematis.

HASIL

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang melibatkan 26 orang siswi responden di SMP Kristen 3 Soe, karakteristik demografi subjek penelitian terdistribusi ke dalam beberapa kategori utama, yang meliputi jenis kelamin, umur, tingkat kelas, pendidikan terakhir ibu/wali, serta pekerjaan utama kepala keluarga atau orang tua. Seluruh responden merupakan siswi perempuan ($n = 26$) yang berada pada rentang

usia remaja, dengan rincian sebanyak 19 orang (73,1%) berusia 14 tahun dan 7 orang (26,9%) berusia 15 tahun, yang seluruhnya duduk di bangku kelas IX ($n = 26$).

Ditinjau dari latar belakang pendidikan terakhir ibu atau wali responden, sebagian besar berada pada tingkat Sekolah Dasar (SD) sebanyak 12 orang (46,2%), disusul oleh tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebanyak 11 orang (42,3%), dan sisanya pada jenjang Perguruan Tinggi (Diploma/Sarjana) sebanyak 3 orang (11,5%). Sementara itu, berdasarkan pekerjaan utama kepala keluarga atau orang tua, mayoritas bekerja sebagai petani sebanyak 20 orang (76,9%), sedangkan sisanya bekerja sebagai pegawai swasta sebanyak 3 orang

(11,5%) dan nelayan sebanyak 3 orang (11,5%). Kondisi sosial ekonomi dan tingkat pendidikan orang tua ini mencerminkan karakteristik masyarakat lokal di wilayah Kabupaten Timor Tengah Selatan, yang sebagian besar bertumpu pada sektor agraris.

Evaluasi Pengetahuan (*Knowledge*) Sebelum dan Sesudah Intervensi

Pengukuran tingkat pemahaman subjek penelitian mengenai kesehatan reproduksi, gizi, etnofarmasi, dan pencegahan stunting dilakukan melalui evaluasi sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) intervensi edukasi. Perbandingan distribusi jawaban benar dan salah dari 26 responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1
Distribusi Jawaban Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi ($n = 26$)

No	Pernyataan	Pre-Test (Benar)	Post-Test (Benar)
1	Menjaga kebersihan organ reproduksi (seperti mengganti pembalut secara rutin saat menstruasi) penting untuk mencegah infeksi dan penyakit.	26 (100%)	26 (100%)
2	Remaja putri memerlukan asupan makanan yang kaya zat besi (seperti sayur hijau, hati, atau daging) untuk mencegah terjadinya anemia (kurang darah).	26 (100%)	26 (100%)
3	Stunting (kondisi anak tumbuh kerdil) semata-mata hanya disebabkan oleh faktor keturunan atau genetik dari orang tua.	9 (34,6%)	23 (88,5%)
4	Pangan lokal khas Dawan seperti jagung boso, daun kelor, dan berbagai jenis umbi-umbian memiliki kandungan gizi yang sangat baik untuk kesehatan.	24 (92,3%)	26 (100%)
5	Tanaman obat tradisional dapat dimanfaatkan sebagai pendukung kesehatan jika diolah dan digunakan dengan takaran serta cara yang benar.	24 (92,3%)	26 (100%)
6	Usia remaja putri merupakan masa pertumbuhan yang sangat penting untuk mempersiapkan kesehatan fisik di masa depan sebelum menjadi seorang ibu.	25 (96,2%)	26 (100%)
7	Anemia pada remaja putri dapat berisiko meningkatkan potensi melahirkan anak stunting di kemudian hari.	24 (92,3%)	26 (100%)

Berdasarkan Tabel 1, tingkat pemahaman dasar siswi terhadap kebersihan reproduksi dan kebutuhan zat besi sejak tahap *pre-test* sudah tergolong tinggi. Namun, peningkatan yang paling mencolok terlihat pada pemahaman mengenai mitos penyebab stunting (Pernyataan No. 3), di mana jumlah responden yang menjawab benar meningkat drastis dari 9 orang (34,6%) pada saat *pre-test* menjadi 23 orang (88,5%) setelah diberikan intervensi. Hal ini juga terkonfirmasi dari pengakuan langsung beberapa responden ketika ditanya mengenai apa yang selama ini mereka pahami tentang Stunting. Mereka menyampaikan pandangannya bahwa sebelum diberikan edukasi ini, yang mereka pahami stunting adalah kondisi bawaan dari gen

orang tua atau keturunan yang tidak dapat dihindari. Namun setelah mendapatkan edukasi, mereka menjadi paham bahwa stunting bisa dihindari, salah satunya dengan menjaga pola gizi dan hidup sehat remaja putri sejak dini. Pada tahap *post-test*, seluruh indikator materi lainnya mencapai ketuntasan 100%. Hal ini menunjukkan bahwa model edukasi kritis etnofarmasi berbasis budaya Dawan efektif dalam meluruskan miskonsepsi serta meningkatkan literasi kesehatan reproduksi dan pencegahan stunting secara komprehensif.

Evaluasi Perubahan Sikap (*Attitude*) Sebelum dan Sesudah Intervensi

Remaja dengan usia sekolah di bangku sekolah menengah pertama mungkin memiliki

pengetahuan yang terbatas atau tidak akurat tentang manfaat menggunakan obat bahan alam yang dipercaya oleh keluarga turun-temurun. Informasi yang mereka terima tidak berasal dari sumber yang terpercaya. Oleh karena itu perlu adanya pendidikan yang lebih baik, akses informasi yang akurat, dan pemahaman yang mendalam tentang penggunaan bahan alam disekitar rumah secara bijaksana kepada remaja. Sikap peserta didik terhadap kesehatan

reproduksi, gizi, serta pelestarian budaya lokal diukur menggunakan skala Likert 1 hingga 5 (Sangat Tidak Setuju hingga Sangat Setuju). Penggunaan bahan alam disekitar rumah, dalam khasiat sebagai obat dan sebagai bahan makanan sehari-hari.

Perbandingan sebaran skor sikap positif (kategori Setuju dan Sangat Setuju) sebelum dan sesudah intervensi dirangkum pada Tabel 2.

Tabel 2
Rekapitulasi Sikap Positif Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi ($n = 26$)

No	Pernyataan Sikap	Pre-Test	Post-Test
1	Saya merasa penting untuk menjaga kesehatan dan kebersihan organ reproduksi sejak usia remaja.	24 (92,3%)	25 (96,2%)
2	Saya akan berusaha membiasakan diri mengonsumsi makanan bergizi seimbang setiap hari.	23 (88,5%)	25 (96,2%)
3	Saya merasa bangga mengonsumsi dan memperkenalkan pangan lokal khas budaya Dawan dalam kehidupan sehari-hari.	23 (88,5%)	26 (100%)
4	Saya tertarik untuk mempelajari lebih lanjut tentang pemanfaatan tanaman obat tradisional warisan budaya Dawan.	20 (76,9%)	25 (96,2%)
5	Saya bersedia membagikan informasi mengenai gizi dan kesehatan reproduksi yang saya peroleh kepada teman sebaya atau keluarga.	21 (80,8%)	26 (100%)
6	Menurut saya, pencegahan stunting harus mulai disadari dan diperhatikan sejak masa remaja putri.	21 (80,8%)	25 (96,2%)

Hasil analisis pada Tabel 2 memperlihatkan adanya pergeseran skor yang semakin menguat ke arah kategori *Sangat Setuju* (SS) setelah intervensi. Proporsi siswi yang menyatakan siap membagikan informasi kesehatan kepada orang lain serta kebanggaan dalam mengonsumsi pangan lokal Dawan meningkat hingga mencapai 100%. Hal ini juga terkonfirmasi dari pengakuan langsung beberapa responden bahwa setelah mendapatkan edukasi ini, mereka menjadi sadar dan bersyukur bahwa ternyata pangan lokal khas Dawan yang selalu mereka jumpai di lingkungan sekitar mengandung nilai gizi yang tinggi dan dapat dimanfaatkan untuk menjaga pola makan bergizi dan kesehatan termasuk dalam upaya pencegahan stunting sejak dini. Pendekatan edukasi yang mengaitkan materi kesehatan dengan kearifan lokal terbukti mampu membangun keterikatan emosional dan sikap positif yang lebih kuat pada diri peserta didik. Edukasi gizi kepada siswa juga semakin memberikan motivasi bahwa makan makanan

dengan porsi besar belum tentu memenuhi standar pemenuhan gizi remaja, yang saat ini mereka dalam masa pubertas dan masa pertumbuhan fisik, oleh karena itu setelah membaca dan melihat butir pertanyaan di kuisioner dapat membuka pikiran mereka terhadap hal baru terkait etnofarmasi dan pemenuhan gizi sehari dalam usia remaja. Kesadaran akan kesehatan reproduksi dengan persentase pre test 92,3% dan post test 96% menunjukkan ada kesadaran bahwa kesehatan reproduksi sangat penting.

Evaluasi Tindakan atau Praktik (*Practice*) Sebelum dan Sesudah Intervensi

Aspek kebiasaan atau tindakan nyata sehari-hari siswi dinilai menggunakan skala 1 hingga 4 (Tidak Pernah hingga Selalu). Perbandingan proporsi tindakan yang konsisten (kategori Sering dan Selalu) sebelum dan sesudah intervensi disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3

Rekapitulasi Perilaku Positif Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi
(*n* = 26)

No	Pernyataan Tindakan / Praktik	Pre-Test	Post-Test
1	Saya menyempatkan diri untuk sarapan bergizi sebelum berangkat ke sekolah.	21 (80,8%)	24 (92,3%)
2	Saya mengonsumsi sayur-sayuran hijau (seperti kelor) atau buah-buahan setiap hari.	19 (73,1%)	26 (100%)
3	Saya menjaga kebersihan diri dan organ reproduksi dengan benar saat sedang mengalami menstruasi.	24 (92,3%)	26 (100%)
4	Saya mengonsumsi makanan tradisional khas Dawan yang diolah di rumah.	21 (80,8%)	25 (96,2%)
5	Saya aktif mencari informasi kesehatan (gizi dan reproduksi) dari sumber yang terpercaya seperti guru, tenaga kesehatan, atau buku.	20 (76,9%)	23 (88,5%)
6	Saya meminum tablet tambah darah (jika disediakan/dianjurkan di sekolah) untuk mencegah anemia.	24 (92,3%)	25 (96,2%)

Berdasarkan Tabel 3, tindakan preventif mandiri seperti konsumsi sayur hijau kaya zat besi (seperti daun kelor) meningkat dari 73,1% menjadi 100%, dan praktik menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi meningkat mencapai 100% pada kategori sering hingga selalu. Hal ini juga terkonfirmasi dari pengakuan langsung beberapa responden bahwa setelah mendapatkan edukasi ini, mereka menjadi sangat paham akan manfaat dan pentingnya selalu menyediakan dan mengonsumsi menu sayuran hijau serta buah-buahan dalam upaya menjaga gizi dan kesehatan untuk mencegah stunting, termasuk juga dalam menjaga kebersihan diri dan organ reproduksi. Peningkatan pada aspek praktik ini mengindikasikan bahwa model edukasi kritis etnofarmasi berbasis budaya Dawan tidak hanya berdampak pada peningkatan wawasan teoretis, tetapi juga berhasil mendorong kesadaran aplikatif siswi dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sehari-hari guna mencegah risiko anemia serta stunting sejak usia remaja.

PEMBAHASAN

Pelaksanaan intervensi edukasi kesehatan melalui model kritis etnofarmasi dan stunting berbasis budaya Dawan di SMP Kristen 3 Soe menunjukkan signifikansi yang kuat dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja putri. Pembahasan hasil penelitian ini dijabarkan secara sistematis ke dalam subbagian yang selaras dengan struktur temuan karakteristik responden, pengetahuan, sikap, serta tindakan atau praktik. Kunyit diakui sebagai salah satu tanaman yang memiliki potensi dalam pengobatan.

Karakteristik Responden

Berdasarkan temuan karakteristik responden, seluruh subjek penelitian merupakan siswi perempuan berjumlah 26 orang yang berada pada rentang usia remaja (14 hingga 15 tahun) dan duduk di bangku kelas IX. Latar belakang pendidikan ibu atau wali responden didominasi oleh jenjang Sekolah Dasar dan Sekolah Menengah Pertama, dengan pekerjaan utama kepala keluarga sebagian besar sebagai petani di Kabupaten Timor Tengah Selatan, di mana akses terhadap informasi kesehatan formal sering kali beririsan langsung dengan kebiasaan dan kearifan lokal yang diwariskan secara turun-temurun (Silla, 2022). Oleh karena itu, pendekatan edukasi yang mengintegrasikan bukti ilmiah dengan konteks budaya lokal menjadi strategi yang sangat kontekstual dan tepat sasaran bagi kelompok sasaran di wilayah tersebut.

Temuan karakteristik ini memperkuat argumen teoretis bahwa profil demografi, khususnya tingkat pendidikan orang tua serta latar belakang pekerjaan sebagai petani, sangat memengaruhi pola asuh gizi dan akses terhadap informasi kesehatan di lingkungan keluarga. Remaja putri pada rentang usia 14 hingga 15 tahun berada dalam fase emas pertumbuhan, di mana mereka tidak hanya mengalami perkembangan fisik yang pesat, tetapi juga mulai membentuk pola pikir mandiri terhadap kebiasaan hidup sehat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan studi yang dipublikasikan di Google Scholar oleh Picauly & Toy (2023), yang menunjukkan bahwa karakteristik keluarga di wilayah pedesaan Nusa Tenggara Timur dengan tingkat pendidikan orang tua yang terbatas membuat anak-anak remaja sangat mengandalkan lingkungan sekolah dan

kearifan lokal sebagai sumber utama informasi kesehatan gizi. Penguatan argumen ini juga didukung oleh riset serupa dari Magfirona et al. (2024), yang menekankan bahwa karakteristik demografi siswi di daerah pedesaan akan jauh lebih mudah merespons program edukasi kesehatan apabila materi yang disampaikan dekat dengan realitas kehidupan sehari-hari mereka di rumah.

Menanggapi temuan ini, penulis berpandangan bahwa profil responden yang homogen yakni siswi dari keluarga petani di pedesaan justru menjadi kekuatan utama dalam menyukseskan program pengabdian ini. Kondisi tersebut menyadarkan kita bahwa edukasi pencegahan stunting tidak bisa disamakan begitu saja dengan metode di perkotaan, melainkan harus membumi dan merangkul realitas sosial masyarakat lokal. Kontribusi nyata dari temuan ini bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di masyarakat adalah menghadirkan model intervensi hibrida, di mana sains kesehatan modern dikawinkan secara harmonis dengan kearifan lokal suku Dawan, sehingga masyarakat akar rumput dapat dengan mudah memahami, menerima, dan menerapkan upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan.

Evaluasi Pengetahuan (*Knowledge*) Sebelum dan Sesudah Intervensi

Evaluasi terhadap tingkat pengetahuan subjek penelitian memperlihatkan adanya lonjakan pemahaman yang signifikan, terutama pada indikator pemahaman mitos penyebab stunting yang sebelumnya masih banyak mengalami miskonsepsi. Sebelum intervensi, sebagian besar siswi menganggap bahwa stunting merupakan faktor genetik semata, namun setelah diberikan pemaparan kritis berbasis etnofarmasi, proporsi pemahaman yang benar meningkat drastis dari 34,6% menjadi 88,5%, serta mencapai ketuntasan optimal pada indikator lainnya. Makna dari temuan ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan reproduksi dan gizi tidak cukup hanya disampaikan secara konvensional, melainkan harus melibatkan penjelasan ilmiah mengenai hubungan antara anemia, kekurangan zat besi, dan risiko melahirkan keturunan stunting di masa depan (Ndoen, 2025).

Lonjakan pemahaman ini membuktikan bahwa metode edukasi yang menyasar titik-titik miskonsepsi secara kritis sangat efektif membuka wawasan kognitif remaja putri. Subjek yang sebelumnya mengasumsikan kondisi

perawakan pendek semata-mata dipicu oleh faktor keturunan, kini mampu memahami secara komprehensif bahwa stunting merupakan persoalan defisiensi gizi dan kesehatan yang dapat diintervensi serta dicegah sejak dini.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan riset yang dipublikasikan oleh Ningsih et al. (2022), yang menyatakan bahwa intervensi penyuluhan kesehatan melalui edukasi interaktif terbukti efektif meningkatkan kapasitas kognitif remaja putri terkait pencegahan anemia dan stunting. Penguatan argumen ini juga didukung oleh studi dari Sari et al. (2023), yang menekankan bahwa integrasi informasi medis dengan pemahaman potensi bahan alam lokal merupakan strategi yang sangat esensial dalam mereduksi disinformasi atau mitos kesehatan di lingkungan institusi pendidikan menengah.

Berdasarkan analisis tersebut, dapat disintesis bahwa respons kognitif yang cepat pada remaja mengindikasikan tingginya efektivitas penyampaian materi ketika disesuaikan dengan tingkat perkembangan psikologis mereka. Transformasi pemahaman ini menunjukkan bahwa hambatan informasi dapat diatasi secara optimal melalui pendekatan edukatif yang sistematis dan kontekstual. Kontribusi nyata dari temuan ini bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di masyarakat adalah menawarkan model intervensi literasi kesehatan berbasis etnofarmasi yang aplikatif, sehingga dapat diinternalisasi oleh institusi pendidikan sebagai instrumen strategis dalam membangun kesadaran kolektif guna memutus mata rantai stunting dari hulu.

Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa kampanye kesadaran kesehatan sekolah berhasil meningkatkan kesadaran kesehatan anak-anak. Keberhasilan ini menyoroti potensi inisiatif tersebut sebagai alat yang ampuh untuk mempromosikan pengetahuan dan praktik kesehatan yang lebih baik di kalangan anak-anak dalam lingkungan pendidikan. Sebagai respons terhadap beragam tantangan kesehatan yang dihadapi oleh generasi muda saat ini dan waktu yang mereka habiskan di sekolah, kami melakukan kampanye kesadaran kesehatan sekolah yang bertujuan untuk memprioritaskan kesejahteraan dan prestasi akademik. (Moussi et al 2024). Lama waktu yang dihabiskan anak-anak kecil di sekolah, sangat penting bagi pendidik untuk mempromosikan gaya hidup sehat dan mengajarkan tindakan pencegahan. Hal ini divalidasi oleh tinjauan inisiatif kesehatan yang telah diterapkan di sekolah-sekolah, yang

menunjukkan bahwa lembaga-lembaga ini diakui atas peran pentingnya dalam mengatasi masalah sosial dan kesehatan karena kapasitas strategis mereka untuk berinteraksi dengan anak-anak dan keluarga (Moussi et al 2024)

Evaluasi Perubahan Sikap (*Attitude*) Sebelum dan Sesudah Intervensi

Perubahan pada aspek sikap menunjukkan pergeseran positif yang masif ke arah kategori sangat setuju, khususnya terkait kebanggaan mengonsumsi pangan lokal Dawan seperti jagung bode dan daun kelor, serta kesiapan membagikan informasi kesehatan kepada teman sebaya dan keluarga yang mencapai 100%. Perbandingan dengan teori perilaku kesehatan menunjukkan bahwa penerimaan pesan kesehatan akan jauh lebih tinggi apabila materi tersebut dikaitkan dengan identitas budaya yang melekat dalam kehidupan sehari-hari masyarakat setempat (Wahyuni et al., 2020). Remaja putri yang memiliki sikap positif terhadap pelestarian pangan fungsional lokal cenderung memiliki resistensi yang lebih baik terhadap pergeseran pola konsumsi yang kurang bernutrisi.

Pendekatan berbasis pangan lokal dan tanaman yang telah dikenal masyarakat dapat menjadi salah satu pendekatan komplementer dalam pendidikan kesehatan dan gizi. Kunyit (*Curcuma longa*), jahe (*Zingiber officinale*), lengkuas (*Alpinia galanga*), serai (*Cymbopogon citratus*), sirih (*Piper betle*), dan daun kelor (*Moringa oleifera*) merupakan tanaman yang banyak ditemukan dan dimanfaatkan dalam kehidupan masyarakat Indonesia termasuk suku Dawan. Tanaman tersebut mengandung berbagai senyawa bioaktif, antara lain polifenol, flavonoid, terpenoid, minyak atsiri, alkaloid, glukosinolat, vitamin, mineral, dan senyawa fenolik. Kandungan kimia dan nutrisi dari kunyit, jahe, lengkuas, serai, sirih dan daun kelor berpotensi mendukung kesehatan remaja putri melalui mekanisme farmakologis seperti antioksidan, antiinflamasi, antimikroba dan/atau peningkatan kualitas diet (Ding et al., 2013).

Kunyit terutama menarik karena kandungan kurkuminoidnya yang memiliki aktivitas antioksidan dan antiinflamasi serta potensi dalam berbagai gangguan kesehatan reproduksi (Kamal et al., 2021). Jahe memiliki bukti klinis yang relatif paling konsisten dalam konteks kesehatan reproduksi, khususnya dalam membantu mengurangi mual dan muntah selama kehamilan (Tiani et al., 2024). Lengkuas dan serai memiliki potensi antioksidan, antiinflamasi dan antimikroba yang terutama masih didukung oleh penelitian

eksperimental (Hossain et al., 2011). Sirih memiliki kandungan hidroksikavikol, eugenol dan senyawa fenolik lain yang menunjukkan aktivitas antimikroba untuk kebersihan alat reproduksi Wanita (Pradhan et al., 2021). Sementara itu, daun kelor memiliki relevansi paling kuat terhadap aspek gizi karena selain mengandung berbagai senyawa bioaktif, daun kelor merupakan sumber protein, vitamin, mineral, karotenoid dan polifenol. Bukti penelitian manusia menunjukkan potensi manfaat terhadap status nutrisi dan produksi ASI (Liu et al., 2022).

Kesehatan reproduksi dan status gizi remaja putri merupakan dua komponen penting yang saling berkaitan dalam menentukan kualitas kesehatan generasi berikutnya. Kondisi kesehatan dan status gizi sejak masa remaja, periode prakonsepsi, kehamilan, persalinan, hingga masa menyusui dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, pencegahan stunting tidak seharusnya hanya difokuskan pada anak setelah lahir, tetapi perlu dimulai sejak masa remaja dan periode sebelum kehamilan. Transformasi psikologis ini mengindikasikan bahwa intervensi edukasi tidak sekadar mentransfer pengetahuan teoretis, melainkan berhasil menyentuh ranah afektif subjek penelitian. Peningkatan skor pada kategori sikap yang sangat tinggi membuktikan bahwa remaja putri mulai memandang pelestarian pangan lokal bukan lagi sebagai sesuatu yang tradisional atau ketinggalan zaman, melainkan sebagai sumber nutrisi yang bernilai tinggi dan membanggakan untuk dikonsumsi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan studi oleh Lestari et al. (2021), yang menyatakan bahwa pendekatan edukasi gizi berbasis kearifan lokal efektif meningkatkan sikap positif remaja dalam memilih makanan tradisional yang bernutrisi tinggi. Penguatan argumen ini juga didukung oleh riset dari Nur et al. (2020), yang menekankan bahwa integrasi muatan lokal dalam promosi kesehatan mampu menumbuhkan motivasi intrinsik remaja untuk aktif membagikan informasi kesehatan kepada lingkungan sosial terdekat mereka, termasuk keluarga dan teman sebaya.

Berdasarkan analisis tersebut, dapat disintesis bahwa pembentukan sikap positif yang berakar pada identitas budaya lokal merupakan instrumen psikososial yang sangat ampuh dalam mengubah pola pikir generasi muda. Ketika remaja merasa bangga dengan warisan pangan daerahnya, resistensi terhadap pola konsumsi yang kurang bernutrisi akan terbentuk

secara alami. Kontribusi nyata dari temuan ini bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di masyarakat adalah memperkuat model intervensi promosi kesehatan yang berdimensi kultural, sehingga institusi pendidikan memiliki instrumen aplikatif untuk membangun ketahanan pangan keluarga dan mencegah masalah gizi buruk secara berkelanjutan.

Evaluasi Tindakan atau Praktik (*Practice*) Sebelum dan Sesudah Intervensi

Lebih lanjut, pada aspek tindakan nyata, terjadi peningkatan konsistensi pada kebiasaan sarapan bergizi, konsumsi sayur hijau kaya zat besi, kebersihan saat menstruasi, kepatuhan meminum tablet tambah darah, serta pemanfaatan pangan tradisional dan tanaman obat lokal secara bijak. Argumen pendukung dari temuan ini memperkuat teori bahwa pembentukan perilaku pencegahan stunting paling efektif dimulai sejak fase prakonsepsi di usia remaja (Chear et al., 2016). Transformasi pada tataran tindakan ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi berhasil menjembatani perubahan kognitif dan afektif menuju manifestasi perilaku preventif yang aplikatif dalam kehidupan sehari-hari. Peningkatan proporsi pada kategori sering hingga selalu mencerminkan adopsi mandiri terhadap tindakan protektif kesehatan, seperti pemanfaatan daun kelor sebagai sumber zat besi lokal dan kepatuhan konsumsi suplemen di lingkungan sekolah. Aktualisasi perilaku ini merupakan determinan krusial dalam keberhasilan promosi kesehatan, mengingat internalisasi kebiasaan hidup sehat pada masa remaja menjadi modalitas preventif esensial dalam memutus transmisi intergenerasi stunting.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan studi Fathony et al. (2022), yang mendemonstrasikan bahwa pelaksanaan edukasi gizi secara terstruktur berdampak signifikan terhadap eskalasi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah serta perbaikan pola konsumsi pangan bernutrisi pada remaja putri. Relevansi temuan ini semakin diperkuat oleh studi Rahayu et al. (2026), yang menegaskan bahwa pembiasaan perilaku gizi seimbang serta penerapan higienitas personal di institusi pendidikan memberikan kontribusi empiris terhadap peningkatan tindakan preventif kesehatan reproduksi secara berkelanjutan.

Berdasarkan analisis teoretis dan komparatif tersebut, dapat disintesis bahwa konsistensi praktik kesehatan merupakan manifestasi terminal

dari keberhasilan internalisasi pengetahuan dan sikap berbasis kearifan lokal. Ketika subjek mampu mengintegrasikan tindakan preventif ke dalam rutinitas harian memanfaatkan sumber daya ekologis sekitar, kemandirian kesehatan kolektif dapat terwujud. Kontribusi substantif temuan ini terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi terapan di masyarakat adalah menawarkan model intervensi promotif-preventif berbasis etnofarmasi yang kontekstual, sehingga institusi pendidikan memiliki instrumen operasional yang efektif dalam akselerasi pencegahan stunting di tingkat regional.

Model Edukasi Kritis Etnofarmasi dan Stunting Berbasis Budaya Dawan memiliki karakteristik yang berbeda dari model edukasi kesehatan konvensional karena tidak hanya berorientasi pada transfer pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi, gizi, dan pencegahan stunting, tetapi juga berupaya menghubungkan pengetahuan kesehatan masyarakat dengan pengetahuan lokal mengenai pemanfaatan tumbuhan sebagai sumber pangan, obat tradisional, dan pemeliharaan kesehatan. Perbedaan tersebut menjadi semakin penting dalam konteks masyarakat Dawan di Timor, yang memiliki pengetahuan empiris mengenai pemanfaatan berbagai sumber daya alam yang diwariskan secara turun-temurun. Dengan demikian, model ini tidak sekadar bertujuan menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, tetapi membangun kemampuan kritis masyarakat untuk memahami, mempertanyakan, menilai, dan memanfaatkan pengetahuan etnofarmasi secara aman dan berbasis bukti.

Secara konseptual, edukasi kesehatan masyarakat memiliki peran fundamental dalam meningkatkan literasi kesehatan, mengubah perilaku berisiko, meningkatkan pengetahuan mengenai gizi dan kesehatan reproduksi, serta memperkuat partisipasi masyarakat. WHO sendiri menekankan bahwa program kesehatan dan gizi remaja perlu memperhatikan keragaman sosial, budaya, norma masyarakat, serta melibatkan remaja dalam proses perancangan dan pelaksanaannya. Oleh karena itu, pendekatan kesehatan masyarakat tetap merupakan fondasi penting dalam pencegahan stunting. Namun, ketika intervensi pendidikan mulai memasuki wilayah tanaman obat, bahan alam, kandungan metabolit sekunder, keamanan penggunaan, dosis, interaksi obat, standarisasi, dan pembuktian aktivitas biologis, terdapat dimensi keilmuan yang secara khusus berada dalam ranah farmasi, terutama farmakognosi, kimia bahan alam, farmasi bahan alam, farmakologi, dan farmasi

klinis.

SIMPULAN

Pelaksanaan penelitian melalui model edukasi kritis kesehatan reproduksi dan gizi remaja putri berbasis budaya lokal Dawan di SMP Kristen 3 Soe menunjukkan hasil yang signifikan. Intervensi ini terbukti efektif meningkatkan literasi kesehatan secara menyeluruh, yang tercermin dari lonjakan pemahaman kognitif terutama dalam meluruskan miskonsepsi mitos penyebab stunting serta pergeseran sikap afektif yang semakin positif terhadap kebanggaan mengonsumsi pangan lokal. Selain itu, terjadi peningkatan konsistensi tindakan nyata dalam menjaga kebersihan reproduksi, mengonsumsi sayur hijau kaya zat besi, dan mematuhi konsumsi tablet tambah darah. Pendekatan edukasi yang mengintegrasikan ilmu farmasi dengan kearifan lokal Dawan berhasil memberdayakan remaja putri, sekaligus memberikan kontribusi teoretis dan aplikatif bagi pengembangan bidang ilmu farmasi dalam memutus mata rantai stunting antargenerasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Universitas Citra Bangsa atas dukungan institusional yang diberikan. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Kepala Sekolah, Dewan Guru, dan siswi SMP Kristen 3 Soe atas kerja sama yang baik selama penelitian berlangsung. Serta, terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu kelancaran penyelesaian penelitian ini.

REFERENSI

Chear, N. J., Yaacob, N. M., & Yusoff, H. M. (2016). Effectiveness of educational intervention on nutritional status and anemia among adolescent girls. *Journal of Adolescent Health Research*, 4(2), 112–120.

Ding M, Leach M, Bradley H. (2013). The effectiveness and safety of ginger for pregnancy-induced nausea and vomiting: a systematic review. *Women and Birth*. 26–e30. DOI: 10.1016/j.wombi.2012.08.001.

Fathony, M., Wulandari, S., & Lestari, P. (2022). Pengaruh edukasi gizi terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di sekolah menengah. *Jurnal Kesehatan Reproduksi dan Remaja*, 3(1), 45–52.

Hestri, Y., Nuraini, S., & Rachmawati, D. (2021). Efektivitas penyuluhan gizi terhadap

perbaikan pola makan dan pencegahan anemia pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 17(3), 130–138.

Hossain MA, et al. (2011). Current pharmacological and phytochemical studies of the plant *Alpinia galanga*. *Journal of Chinese Integrative Medicine*. DOI: 10.3736/jcim20111004.

Kamal DAM, Salamt N, Yusuf ANM, et al. (2021). Potential Health Benefits of Curcumin on Female Reproductive Disorders: A Review. *Nutrients*.13:3126. DOI: 10.3390/nu13093126.

Liu R, et al. (2022). *Moringa oleifera*: a systematic review of its botany, traditional uses, phytochemistry, pharmacology and toxicity. *Journal of Pharmacy and Pharmacology*.

Mardiana, L., Safitri, R., & Handayani, T. (2022). Perilaku hidup bersih dan sehat serta pencegahan stunting berbasis sekolah di wilayah pedesaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 16(2), 88–95.

Ndoen, H. (2025). Etnofarmasi dan strategi pencegahan stunting berbasis kearifan lokal di Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Farmasi Tropis*, 12(1), 15–24.

Ningsih, R., Kaimuddin, M., & Sari, M. (2022). Penyuluhan kesehatan interaktif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan stunting. *Jurnal Pengabdian dan Edukasi Kesehatan*, 5(2), 110–118.

Moussi, C., Tahan, L., Habchy, P., Kattan, O., Njeim, A., Abou Habib, L., El Bitar, W., El Asmar, B., & Chahine, M. N. (2024). School-Based Pre- and Post-Intervention Tests Assessing Knowledge about Healthy Lifestyles: A National School Health Awareness Campaign on Children Aged between 3 and 12 Years Old. *Children (Basel, Switzerland)*, 11(2), 213. <https://doi.org/10.3390/children11020213>

Nur, A., Rahman, A., & Picauly, I. (2020). Integrasi muatan lokal dalam pendidikan gizi untuk meningkatkan sikap positif remaja. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 10(3), 201–210.

Picauly, I., & Toy, S. (2023). Karakteristik keluarga dan pemanfaatan pangan lokal dalam penanganan gizi kurang di pedesaan NTT. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 18(1), 33–42.

Pradhan D, Suri KA, Pradhan DK, Biswasroy P (2021). *Piper betle* (L): Recent Review of Antibacterial and Antifungal Properties,

- Safety Profiles, and Commercial Applications. *Molecules*. 26:2321.
- Rahayu, S., Utami, B., & Wibowo, A. (2026). Optimalisasi higienitas personal dan gizi seimbang melalui edukasi kesehatan di institusi pendidikan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Terpadu*, 15(1), 60–68.
- Rahman, A., Silla, B., & Abdullah, M. (2014). Pendekatan kearifan lokal dalam penyuluhan kesehatan masyarakat pedesaan. *Jurnal Antropologi Kesehatan Indonesia*, 2(1), 25–34.
- Sari, D., Pratiwi, E., & Handayani, S. (2023). Mereduksi mitos kesehatan melalui integrasi bahan alam lokal dalam edukasi remaja. *Jurnal Etnofarmasi Nusantara*, 7(2), 85–94.
- Silla, B. (2022). Kearifan lokal masyarakat Timor Tengah Selatan dalam pemanfaatan tanaman obat tradisional dan pangan lokal. *Jurnal Etnomedika Nusantara*, 6(1), 40–50.
- Sulastri, S., Mulyani, S., & Hartono, R. (2022). Perilaku gizi seimbang dan kesehatan reproduksi pada remaja putri di sekolah. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 14(2), 95–104.
- Tiani KA, et al. (2024). The Use of Ginger Bioactive Compounds in Pregnancy: An Evidence Scan and Umbrella Review of Existing Meta-Analyses. *Advances in Nutrition*. 15(11):100308. DOI: 10.1016/j.advnut.2024.100308.
- Wahyuni, S., Rauf, S., & Mahmud, Z. (2020). Pengaruh budaya dan pola konsumsi pangan lokal terhadap status gizi remaja di wilayah agraris. *Jurnal Sosiologi Pedesaan Indonesia*, 8(2), 145–156.