

Peran Kapasitas Kognitif Remaja Pranikah dalam Pencegahan Stunting: A Systematic Review

Dilma'aarij Riski Agustia¹, Keryn Sepriyanti Sitanggang², Taminta Br Sembiring³, Nisa Aulia Nasution⁴

¹ Department of Midwifery, Faculty of Health, Universitas Satya Terra Bhinneka, Medan, Indonesia

² Department of Midwifery, Faculty of Health, Universitas Satya Terra Bhinneka, Medan, Indonesia

³ Department of Midwifery, Faculty of Health, Universitas Satya Terra Bhinneka, Medan, Indonesia

⁴ Department of Midwifery, Faculty of Health, Universitas Satya Terra Bhinneka, Medan, Indonesia

ABSTRACT

Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang berdampak terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, prestasi akademik, dan produktivitas pada masa dewasa. Penelitian ini bertujuan untuk mensintesis bukti ilmiah mengenai peran kapasitas kognitif remaja sebelum menikah dalam pencegahan stunting. Penelitian ini merupakan systematic review yang disusun berdasarkan pedoman PRISMA 2020. Pencarian artikel dilakukan pada database *PubMed*, *ScienceDirect*, *Google Scholar*, dan *DOAJ* untuk publikasi tahun 2021–2026. Sebanyak 11 artikel yang memenuhi kriteria dianalisis menggunakan sintesis naratif. Hasil kajian menunjukkan bahwa kapasitas kognitif berperan penting dalam pencegahan stunting melalui empat aspek utama, yaitu pendidikan dan literasi kesehatan, pengetahuan gizi, kesiapan pranikah dan prakonsepsi, serta kemampuan pengambilan keputusan kesehatan. Berbagai intervensi, seperti pendidikan pranikah, edukasi gizi, dan kelas prakonsepsi, terbukti meningkatkan pengetahuan, *self-efficacy*, kesiapan reproduksi, serta perilaku hidup sehat. Selain itu, tingkat pendidikan dan literasi kesehatan yang lebih baik berhubungan dengan penurunan risiko pernikahan dini dan peningkatan status gizi. Kapasitas kognitif sebelum menikah merupakan faktor penting dalam pencegahan stunting. Penguatan pendidikan gizi, literasi kesehatan, kesehatan reproduksi, serta pendidikan pranikah perlu diintegrasikan dalam program pencegahan stunting untuk mempersiapkan calon orang tua yang sehat dan berkualitas.

ARTICLE INFO

Keywords:
cognitive, adolescent,
before marriage,
prevention, stunting

* Corresponding Author at Department of Midwifery, Faculty of Health, Universitas Satya Terra Bhinneka, Medan, Indonesia.

E-mail address: dilmaagustia@satyaterrabhinneka.ac.id, kerynsepriyanti22@gmail.com, mitabrsembiring60@gmail.com, aulianasutionnisa@gmail.com,

INTRODUCTION

Stunting masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang utama di dunia karena berdampak terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kognitif, prestasi akademik, produktivitas kerja, hingga risiko penyakit tidak menular pada usia dewasa. Menurut *World Health Organization* (WHO), stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan stimulasi yang tidak optimal selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Iswandari et al., 2020). Dampak stunting tidak hanya terjadi pada individu, tetapi juga menghambat pembangunan sumber daya manusia dan pertumbuhan ekonomi suatu negara (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Pencegahan stunting dapat dimulai dari remaja pranikah karena mereka adalah calon orang tua yang nantinya sangat berpengaruh terhadap kesehatan anak. Jika sejak remaja mereka sudah mengetahui dan paham tentang gizi, kesehatan reproduksi, dan pentingnya merencanakan kehamilan, maka mereka akan lebih siap dalam menjalani kehamilan yang sehat. Remaja juga bisa menghindari hal-hal yang berisiko seperti kehamilan dini dan kekurangan gizi, yang menjadi penyebab utama stunting. Jadi, semakin baik pengetahuan dan cara berpikir remaja, semakin besar juga peluang untuk mencegah stunting sejak awal. (Zakaria, et al, 2025)

Indonesia tahun 2024 masih tercatat di angka 19,8%. Target penurunan prevalensi stunting menjadi 14% pada akhir 2024, dan turun menjadi 18,8% pada 2025. Remaja terutama remaja putri yang mengalami masalah gizi seperti anemia defisiensi zat besi, maka berisiko melahirkan anak stunting. Sebanyak 32% remaja yang berusia 15-24 tahun di Indonesia mengalami anemia (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, 2018). Stunting bukan hanya sekadar teori, tapi masalah nyata yang ada di sekitar kita, penundaan pernikahan dini dan menjaga gizi remaja putri adalah langkah preventif paling krusial yang diambil untuk menghindari terjadinya masalah, risiko, penyakit, atau gangguan di masa depan (Saputri & Nisa, 2026). Stunting yang tidak ditangani juga bisa berdampak buruk pada tumbuh kembang anak. Anak yang mengalami stunting biasanya tidak hanya lebih pendek, tetapi juga bisa mengalami gangguan dalam berpikir, seperti sulit fokus, kurang memahami pelajaran, dan kemampuan belajarnya lebih rendah dibandingkan anak seusianya. Dampak ini tidak berhenti saat anak kecil saja, tetapi bisa berlanjut sampai dewasa, misalnya memengaruhi kemampuan bekerja dan kualitas hidup dan meningkatnya risiko penyakit kronis. Penelitian menunjukkan bahwa anak yang mengalami stunting cenderung memiliki perkembangan kognitif yang lebih rendah dibandingkan anak yang tidak stunting. Stunting dapat menyebabkan kerusakan fisik dan mental yang bersifat permanen jika tidak dicegah saat dini (Saputri & Nisa, 2026). Berbagai penelitian di Indonesia, India, Bangladesh, Ethiopia, serta beberapa negara di Afrika dan Asia Tenggara menunjukkan bahwa peningkatan pendidikan, literasi kesehatan,

pengetahuan gizi, pendidikan pranikah, dan edukasi prakonsepsi berhubungan dengan meningkatnya kesiapan reproduksi, perilaku gizi yang lebih baik, serta pengambilan keputusan kesehatan yang lebih tepat dalam upaya pencegahan stunting. Namun, sebagian besar penelitian tersebut masih menilai faktor-faktor tersebut secara terpisah, seperti pendidikan pranikah, pengetahuan gizi, literasi kesehatan, atau kesehatan reproduksi, tanpa mengintegrasikannya ke dalam konsep kapasitas kognitif sebagai determinan utama perilaku pencegahan stunting sebelum menikah (Danaei G, et al, 2016).

Selain itu, hingga saat ini belum banyak systematic review yang secara khusus mensintesis bukti ilmiah mengenai bagaimana kapasitas kognitif remaja sebelum menikah berperan dalam pencegahan stunting. Padahal, sintesis bukti tersebut sangat diperlukan untuk memberikan gambaran yang komprehensif mengenai komponen kapasitas kognitif yang paling berpengaruh, seperti pengetahuan gizi, literasi kesehatan, pendidikan, kemampuan pengambilan keputusan, dan kesiapan pranikah. Informasi ini dapat menjadi dasar dalam pengembangan program pendidikan pranikah, intervensi kesehatan reproduksi remaja, serta kebijakan pencegahan stunting berbasis siklus kehidupan.

METHOD, DATA, AND ANALYSIS

Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode systematic review yang disusun mengikuti pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA 2020). Tujuan penelitian adalah mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis bukti ilmiah mengenai peran kapasitas kognitif remaja sebelum menikah dalam pencegahan stunting. Penelitian ini, juga meninjau referensi *gray literature* yang relevan dalam kriteria inklusi penelitian yaitu artikel dengan metode observasional atau eksperimental, dipublikasikan tahun 2021-2026 dan menggunakan bahasa indonesia atau bahasa inggris dengan membahas mengenai kapasitas kognitif remaja yang berkaitan dengan pencegahan stunting.

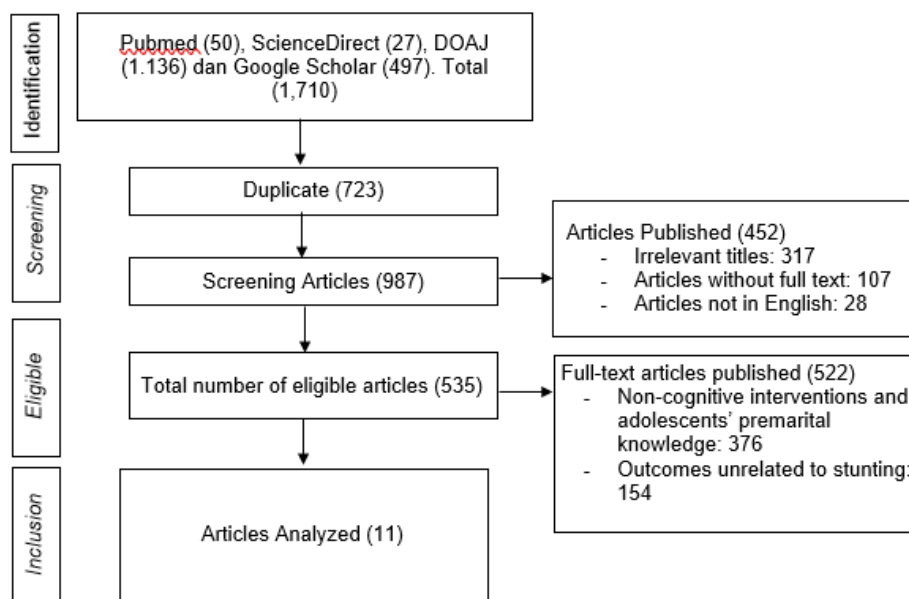
Penelitian ini menggunakan PICO yaitu *population* (remaja putri dan putra), *intervention* (*cognitive*) , *comparison* (tidak ada peningkatan *cognitive*), *outcome* (pencegahan stunting). *Keywords* yang dipakai dalam hasil pencarian artikel yaitu ("cognitive capacity" OR cognition OR knowledge OR "health literacy" OR education) AND (adolescent OR youth OR teenager) AND ("before marriage" OR premarital OR preconception) AND (stunting OR "stunting prevention"). Pencarian artikel dilakukan pada bulan Januari–Februari 2026 melalui empat basis data elektronik, yaitu *PubMed*, *ScienceDirect*, *Google Scholar*, dan *DOAJ*.

Seluruh artikel yang diperoleh diekspor ke mendeley untuk menghapus duplikasi. Selanjutnya dilakukan proses seleksi berdasarkan judul dan abstrak, kemudian dilanjutkan dengan telaah *full text* sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Seluruh proses seleksi mengikuti alur PRISMA 2020 *flow diagram*. Peneliti atas nama DAR dan NAN peneliti melakukan proses skrining

secara independen, sedangkan perbedaan pendapat diselesaikan melalui diskusi hingga diperoleh kesepakatan. Kualitas metodologi artikel dinilai menggunakan *Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal Checklist* sesuai dengan desain masing-masing penelitian (*cross-sectional, cohort, quasi-experimental, dan randomized controlled trial*) yang dilakukan oleh TBS, KSS dan DAR. Artikel yang memenuhi kualitas metodologis kemudian dimasukkan ke dalam sintesis. Kemudian data diekstraksi dengan menggunakan tabel yang telah disusun oleh peneliti kemudian dilakukan analisis. Data dianalisis menggunakan *narrative synthesis* karena terdapat variasi desain penelitian, populasi, dan indikator hasil yang tidak memungkinkan dilakukan *meta-analysis*. Sintesis dilakukan dengan mengelompokkan hasil berdasarkan tema utama, yaitu pengetahuan gizi, pendidikan, literasi kesehatan, pendidikan pranikah, *preconception care*, kemampuan pengambilan keputusan, dan kesiapan pranikah sebagai komponen kapasitas kognitif yang berkontribusi terhadap pencegahan stunting.

RESULT AND DISCUSSION

Proses pencarian literatur dilakukan melalui empat basis data elektronik, yaitu *PubMed, ScienceDirect, Google Scholar*, dan *DOAJ*, menggunakan kata kunci yang telah ditentukan.



Gambar 1. Prisma Flow Diagram for a Systematic Review

Setelah melalui proses identifikasi, penyaringan, penghapusan artikel duplikat, serta penilaian kelayakan berdasarkan pedoman PRISMA 2020, diperoleh 11 artikel yang memenuhi kriteria inklusi untuk dianalisis. Sebagian besar penelitian berasal dari Indonesia (7 artikel), sedangkan artikel lainnya berasal dari Bangladesh (1 artikel), India (1 artikel), Ethiopia (1 artikel), dan Afrika (1 artikel) yang tertuang dalam Gambar 1. Desain penelitian yang digunakan cukup beragam, meliputi *cross-sectional, quasi-experimental, longitudinal cohort*

study, dan cluster randomized controlled trial (RCT). Hal ini tertuang dalam Tabel 1. Variasi desain tersebut memberikan gambaran yang komprehensif mengenai hubungan kapasitas kognitif remaja sebelum menikah dengan pencegahan stunting. Berdasarkan sintesis hasil penelitian, terdapat empat tema utama yang menunjukkan peran kapasitas kognitif dalam pencegahan stunting sebelum pernikahan, yaitu pendidikan dan literasi kesehatan, pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi, kesiapan pranikah dan prakonsepsi, serta kemampuan pengambilan keputusan dalam mencegah faktor risiko stunting.

Tabel 1. *Summary of Research Peran Kapasitas Kognitif Remaja Pranikah dalam Pencegahan Stunting: A Systematic Review*

Judul/Tahun	Negara	Metode	Hasil
A Premarital Services Education Model of Preventing Stunting among Prospective Newlyweds from North Sumatera, Indonesia (2024)	Indonesia	Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian melibatkan 1.000 calon pengantin yang berasal dari 10 kabupaten/kota di Provinsi Sumatera Utara, Indonesia.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan pranikah berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan calon pengantin mengenai gizi, keluarga berencana, dan pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan tersebut berkontribusi terhadap perbaikan status gizi calon pengantin, yang merupakan salah satu faktor penting dalam upaya pencegahan stunting sejak masa prakonsepsi.
Pre-marital Education (PME) Program for Marriage Readiness and Stunting Prevention to Women of Childbearing Age (2024)	Indonesia	Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental (quasi-experimental) dengan pendekatan one-group pretest–posttest. Sampel penelitian terdiri dari 49 calon pengantin yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling	Program Pendidikan Pranikah (PME) "Paketin Canting" secara signifikan meningkatkan kesiapan biopsikososial calon pengantin dalam menghadapi pernikahan dan mencegah stunting.
Premarital and Preconception Classes for Stunting Prevention at the Premarital School (2025)	Indonesia	Desain kuasi-eksperimental (quasi-experimental) dengan pendekatan one-group pretest–posttest. Populasi penelitian adalah perempuan pada masa pranikah dan prakonsepsi, dengan sampel sebanyak 41 responden yang dipilih menggunakan probability sampling	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelas pranikah dan prakonsepsi secara signifikan meningkatkan kesiapan psikologis calon pengantin dalam pencegahan stunting. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memperkuat kemampuan peserta dalam mengelola stres, meningkatkan kepercayaan diri, dan mengembangkan strategi coping yang adaptif sebagai bekal menghadapi kehamilan dan pengasuhan anak
Initiatives to Improve Adolescent Knowledge about Premarital in Stunting Prevention (2023)	Indonesia	Desain pre-eksperimental dengan pendekatan one-group pretest–posttest dalam bentuk kegiatan penyuluhan kesehatan kepada remaja	Penyuluhan kesehatan berhasil meningkatkan pengetahuan remaja mengenai persiapan pranikah untuk pencegahan stunting. Nilai rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 90,00 pada pretest menjadi 95,41 pada posttest, atau mengalami peningkatan sebesar 5,41 poin (5,41%) setelah mengikuti penyuluhan.

JWHM: Journal of Women's Health and Midwifepreneurship

Education Role in Early Marriage Prevention: Evidence from Indonesia's Rural Areas (2024)	Indonesia	Desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional menggunakan data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) Indonesia tahun 2022. Sampel penelitian terdiri dari 64.041 perempuan usia 15–49 tahun yang tinggal di wilayah pedesaan Indonesia.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pendidikan berperan penting dalam mencegah pernikahan dini. Perempuan yang memiliki pendidikan lebih tinggi memiliki kemungkinan yang jauh lebih rendah untuk menikah pada usia dini dibandingkan perempuan dengan pendidikan rendah
Early Marriage and Child Cognition: Empirical Evidence from Indonesia (2024)	Indonesia	Desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional menggunakan data sekunder dari Indonesia Family Life Survey (IFLS) Gelombang 5 tahun 2014. Sampel penelitian terdiri dari 4.542 anak berusia 7–14 tahun.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia ibu saat menikah memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kemampuan kognitif anak. Semakin tinggi usia ibu ketika menikah, semakin baik kemampuan kognitif anak yang diukur melalui skor Raven Test
Stunting and its Association with Education and Cognitive Outcomes in Adulthood: A Longitudinal Study in Indonesia (2024)	Indonesia	Desain longitudinal (longitudinal cohort study) dengan memanfaatkan data sekunder dari Indonesia Family Life Survey (IFLS) gelombang 1 (1993), gelombang 2 (1997), dan tindak lanjut pada tahun 2014	Peneliti menyimpulkan bahwa gangguan pertumbuhan pada masa awal kehidupan memberikan dampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia melalui penurunan pendidikan dan kemampuan kognitif.
Adolescent Nutritional Status, Dietary Diversity and Nutrition Knowledge among School-going Adolescents in Bangladesh (2026)	Bangladesh	Desain deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilakukan pada 311 remaja putri berusia 10–19 tahun yang berasal dari satu sekolah dan satu perguruan tinggi di Distrik Patuakhali, Bangladesh, dengan teknik purposive sampling.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa hanya 22,5% remaja putri memiliki pengetahuan gizi yang baik, sedangkan 65,3% memiliki praktik makan yang tergolong baik. Berdasarkan status gizi, 70,4% responden memiliki BMI normal, 19,6% mengalami kekurangan berat badan (underweight), 7,4% mengalami kelebihan berat badan (overweight), dan 2,6% mengalami obesitas, sehingga sekitar 29,6% responden mengalami masalah gizi

JWHM: Journal of Women's Health and Midwifepreneurship

Knowledge and Awareness Regarding Preconception Care among Adolescents and Young Women in India (2019)	India	Pendekatan kuantitatif dengan desain survei deskriptif (descriptive survey).	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar wanita usia reproduksi memiliki tingkat pengetahuan yang masih berada pada kategori sedang. Sebanyak 15% responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik, 74% memiliki tingkat pengetahuan sedang, dan 11% memiliki tingkat pengetahuan rendah mengenai preconception care
Knowledge of Preconception Care and Associated Factors among Reproductive-age Women in Ethiopia (2022)	Ethiopia	Desain kuantitatif dengan pendekatan community-based cross-sectional study	Hasil penelitian menunjukkan bahwa hanya 35,1% responden memiliki pengetahuan yang baik mengenai preconception care, sehingga sebagian besar wanita usia reproduksi masih memiliki pemahaman yang kurang memadai.
Adolescent Girls' Nutrition Literacy and Stunting Prevention Practices in Sub-Saharan Africa (2026)	Afrika	Cluster randomized controlled trial (RCT) yang dilaksanakan pada tahun 2018–2019 di satu distrik pedesaan di Ghana	Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi video partisipatif meningkatkan critical nutrition literacy secara signifikan, dengan peluang peningkatan sekitar 4,39 kali dibandingkan kelompok kontrol (aOR = 4,39; 95% CI: 2,22–8,70)

Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa pendidikan pranikah secara konsisten meningkatkan pengetahuan mengenai gizi, kesehatan reproduksi, keluarga berencana, dan pencegahan stunting. Intervensi pendidikan pranikah juga meningkatkan kesiapan biopsikosial, *self-efficacy*, *coping skills*, serta kesiapan calon pengantin dalam menghadapi kehamilan yang sehat. Selain itu, penyuluhan kesehatan kepada remaja terbukti meningkatkan pengetahuan mengenai persiapan pranikah dan pencegahan stunting (Ayuanda et al., 2024). Penelitian di Bangladesh menunjukkan bahwa pengetahuan gizi berhubungan signifikan dengan praktik makan dan status gizi remaja putri. Sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan gizi yang baik juga menunjukkan pola konsumsi yang lebih sehat serta memiliki status gizi yang lebih baik dibandingkan remaja dengan pengetahuan rendah (A, Inum Maria B et al., 2026). Sementara itu, penelitian di India dan Ethiopia menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai *preconception care* masih relatif rendah. Pendidikan formal yang lebih tinggi, akses informasi kesehatan, serta kontak dengan tenaga kesehatan merupakan faktor yang berhubungan dengan meningkatnya pengetahuan prakonsepsi (Chowdhury & Chakraborty, 2017). Penelitian dari Afrika menunjukkan bahwa intervensi pendidikan gizi berbasis participatory video mampu meningkatkan *critical nutrition literacy* secara signifikan sehingga remaja lebih mampu memilih makanan sehat dan memahami pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi sebelum memasuki usia reproduksi (Álvarez Sánchez & Tyler, 2025).

Hasil *systematic review* menunjukkan bahwa kapasitas kognitif merupakan salah satu determinan penting dalam pencegahan stunting sejak masa remaja. Kapasitas kognitif tidak hanya mencakup tingkat pengetahuan, tetapi juga kemampuan memahami informasi kesehatan, berpikir kritis, mengambil keputusan, dan menerapkan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari (Zakaria M, Anita A, 2025). Remaja yang memiliki kapasitas kognitif yang baik cenderung lebih memahami pentingnya gizi seimbang, kesehatan reproduksi, serta persiapan sebelum kehamilan sehingga memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menjadi orang tua. Temuan ini sejalan dengan konsep *health literacy framework*, yang menjelaskan bahwa peningkatan literasi kesehatan akan meningkatkan kemampuan individu dalam mengakses, memahami, mengevaluasi, dan menggunakan informasi kesehatan untuk mengambil keputusan yang tepat (Hartotok et al., 2021). Dengan demikian, peningkatan kapasitas kognitif sejak remaja menjadi investasi penting dalam memutus rantai stunting antargenerasi. Pendidikan juga meningkatkan kemampuan remaja dalam memahami kesehatan reproduksi, pentingnya status gizi sebelum kehamilan, serta konsekuensi jangka panjang stunting. Oleh karena itu, pendidikan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk kemampuan berpikir kritis dalam mengambil keputusan yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Selain itu, Review ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi

merupakan komponen utama kapasitas kognitif yang memengaruhi perilaku pencegahan stunting. Penelitian di Bangladesh menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan gizi yang lebih baik memiliki praktik makan yang lebih sehat dan status gizi yang lebih baik (Krit Mahayuning Nusantara et al., 2024). Temuan serupa juga ditemukan pada penelitian di Ghana, di mana peningkatan critical nutrition literacy berkontribusi terhadap kemampuan remaja memilih makanan bergizi. Pengetahuan gizi sebelum menikah sangat penting karena status gizi calon ibu akan menentukan kondisi kesehatan selama kehamilan dan pertumbuhan janin. Oleh karena itu, intervensi pendidikan gizi pada remaja merupakan strategi preventif yang efektif dalam menurunkan risiko stunting. Penelitian dari India, Ethiopia, dan Indonesia menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi dan *preconception care* masih belum optimal (Rusady & Zulaikha, 2021). Rendahnya pemahaman mengenai suplementasi asam folat, pemeriksaan kesehatan sebelum kehamilan, serta perencanaan kehamilan dapat meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan dan berdampak pada pertumbuhan anak (Naurah Lisnarini et al., 2022).

Hasil review ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan stunting perlu dimulai sejak masa remaja melalui peningkatan kapasitas kognitif. Program pendidikan kesehatan di sekolah, pendidikan pranikah, konseling prakonsepsi, serta peningkatan literasi kesehatan perlu diintegrasikan sebagai bagian dari strategi nasional percepatan penurunan stunting. Penguatan kapasitas kognitif akan meningkatkan kemampuan remaja dalam mengambil keputusan yang berkaitan dengan usia pernikahan, pemenuhan kebutuhan gizi, kesehatan reproduksi, dan perencanaan kehamilan sehingga dapat menghasilkan generasi yang lebih sehat dan berkualitas.

CONCLUSION AND SUGGESTION

Penguatan kapasitas kognitif remaja sebelum menikah perlu menjadi salah satu strategi utama dalam program percepatan pencegahan stunting, melalui integrasi pendidikan gizi, kesehatan reproduksi, dan literasi kesehatan di sekolah, pelayanan kesehatan, serta program pendidikan pranikah. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi peningkatan kapasitas kognitif remaja melalui desain longitudinal atau uji eksperimental sehingga hubungan kausal terhadap kejadian stunting dapat dibuktikan secara lebih kuat. Selain itu, pemerintah dan tenaga kesehatan perlu mengembangkan program pendidikan pranikah dan prakonsepsi yang terintegrasi dengan edukasi gizi dan kesehatan reproduksi sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting berbasis siklus kehidupan.

ACKNOWLEDGEMENT

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Satya Terra Bhinneka atas dukungan, fasilitas, dan kesempatan yang diberikan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

REFERENCE

- A, Inum Maria B, M. M. H. S. a, C, Roman HossainA, Oiendrila Baroi A, S. K., & A, N. M. (2026). Nutritional knowledge, dietary practices, and nutritional status among rural adolescent girls in Bangladesh: a cross-sectional study. *Clinical Nutrition Open Science*, 67(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.nutos.2026.100671>
- Álvarez Sánchez, C., & Tyler, V. (2025). Improving Adolescent Health and Nutrition in Sub-Saharan Africa: The Time to Act Is Now. *Maternal and Child Nutrition*, 21(S1), 1–3. <https://doi.org/10.1111/mcn.70038>
- Ayuanda, L. N., Kusuma, N. I., & Budiman, A. A. (2024). Pre-marital education (PME) program for marriage readiness and stunting prevention to women of childbearing age. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 6(7), 517–524. <https://doi.org/10.33024/minh.v6i7.13178>
- Chowdhury, S., & Chakraborty, P. pratim. (2017). Universal health coverage - There is more to it than meets the eye. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 6(2), 169–170. <https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe>
- Danaei G, Andrews KG, Sudfeld CR, Fink G, McCoy DC, Peet E, Sania A, Smith Fawzi MC, Ezzati M, F. W. (2016). Risk Factors for Childhood Stunting in 137 Developing Countries: A Comparative Risk Assessment Analysis at Global, Regional, and Country Levels. *PLoS Med*, 13(11), 102–164. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1002164>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Barat 2017*.
- Hartotok, H., Absori, A., Dimiyati, K., Santoso, H., & Budiono, A. (2021). Stunting prevention policy as a form of child health rights legal protection. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9, 1218–1223. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.7254>
- Iswandari, D. P., Hariastuti, I., Anggriana, T. M., & Wardani, S. Y. (2020). Biblio-Journaling sebagai optimalisasi peran Ayah pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 14. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.4988>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Buletin Jendela Duta dan Informasi Kesehatan* (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (ed.)). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Krit Mahayuning Nusantaraie, Hesti Restu Kartika, Yenny Puspitasari, Damaris Prastyawati, Lelyans Surya Rismasinapa, & Wahyu Apriliani. (2024). Optimizing the Use of the “ELSIMIL” Application in Preventing Stunting Through Pocket Book Media at the

- Balowerti Community Health Center, Kediri City. *Journal of Community Engagement in Health*, 7(1), 16–24. <https://doi.org/10.30994/jceh.v7i1.527>
- Naurah Lisnarini, Suminar, J. R., & Yanti Setianti. (2022). BKKBN Communication Strategy on Elsimil Application as a Media for Stunting Prevention in Indonesia. *Proceedings Of International Conference On Communication Science*, 2(1), 704–713. <https://doi.org/10.29303/iccspceeding.v2i1.76>
- Rusady, Y. P., & Zulaikha, Z. (2021). Pengaruh Konseling Terhadap Persepsi Tentang Kontrasepsi Implan Di Pustu Lawangan Daya Pademawu Pamekasan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(2), 432. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i2.1156>
- Saputri, R. E., & Nisa, J. (2026). *Determinan dan upaya pencegahan stunting pada remaja : systematic review dalam perspektif kebijakan nasional*. 2(January 2025), 1–10.
- Zakaria M, Anita A, A. D. (2025). Strategi Pencegahan Stunting melalui Edukasi dan Penguatan Ekonomi Keluarga: Kajian Literatur Kegiatan Pengabdian Masyarakat. In: *Proceeding National Conference of Research and Community Service Sisi Indonesia*. 2025. p. 294–. *Prosiding Konferensi Nasional Sisi Indonesia*, 1(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.69836/ncrcs-sinesia.v1i1.66>