

## EDUKASI PERENCANAAN KEUANGAN, PENGELOLAAN EMOSI, DAN PENCEGAHAN STUNTING SEBAGAI OPTIMALISASI KESIAPAN MENIKAH BAGI REMAJA AKHIR

Fairuza Alyaa Wirdha<sup>1\*</sup>, Risda Rizkillah<sup>2</sup>, Irfa Sjakira<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen IPB University Bogor Indonesia

<sup>3</sup>DPPKB Kota Bogor

Correspondent Author Email\* : fairuzaalyaawirdha@apps.ipb.ac.id

### Abstract

*The family is the smallest social unit that has an important role in producing superior generations. A superior generation will be born from a family through marriage. Late adolescents as a transitional age need to have awareness, knowledge and preparation for adulthood, one of which is marriage readiness. This is certainly very necessary to overcome the issue of divorce which is increasing day by day. The biggest reason for divorce compiled from Bogor City KUA data is due to continuous arguments that occur between husband and wife and financial problems. Therefore, marriage readiness can be done by providing education. The method of providing education also needs to be considered in accordance with the characteristics of the participants. The purpose of this activity is to increase the understanding of late adolescents in the Sempur Village regarding marriage readiness with material on financial planning, emotional management, and stunting prevention. This is expected to increase understanding which has an impact on the formation of the quality of late adolescents to build a prosperous family.*

**Keywords:** Marriage Readiness, Financial Planning, Emotional Management, Stunting Prevention, Late Adolescents

### Abstrak

Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memiliki peran penting dalam menghasilkan generasi yang unggul. Calon generasi yang unggul akan lahir dari keluarga melalui sebuah pernikahan. Remaja akhir sebagai usia transisi perlu memiliki kesadaran, pengetahuan dan persiapan menjelang masa dewasa, salah satunya adalah kesiapan menikah. Hal ini tentu sangat diperlukan untuk menanggulangi isu pereraian yang kian hari kian meningkat. Alasan terbesar perceraian yang dihimpun dari data KUA Kota Bogor yaitu dikarenakan pertengkaran terus menerus yang terjadi antara suami – istri dan masalah finansial. Maka dari itu, kesiapan menikah dapat dilakukan dengan pemberian edukasi. Metode pemberian edukasi juga perlu diperhatikan agar sesuai dengan karakteristik dari peserta. Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman remaja akhir di Kelurahan Sempur terkait kesiapan menikah dengan materi perencanaan keuangan, pengelolaan emosi, dan pencegahan stunting. Hal ini diharapkan terjadinya peningkatan pemahaman yang berdampak pada terbentuknya kualitas remaja akhir untuk membangun keluarga yang sejahtera.

**Kata Kunci:** Kesiapan Menikah, Perencanaan Keuangan, Pengelolaan Emosi, Pencegahan Stunting, Remaja Akhir

Copyright©2024. Fairuza Alyaa Wirdha dan kawan-kawan.  
This is an open access article under the CC–BY NC-SA license.  
DOI: <https://doi.org/10.30656/vxgknj13>

## PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memiliki peran penting dalam menghasilkan generasi yang unggul. Calon generasi yang unggul akan lahir dari keluarga melalui sebuah pernikahan. Pernikahan adalah langkah penting bagi orang dewasa untuk memulai kehidupan baru yang lebih mandiri (Afifah & Savira, 2023). Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan bahwa usia minimal untuk menikah adalah 21 tahun untuk wanita dan 25 tahun untuk pria. Hal ini sejalan dengan pendapat Adyani et al., (2023) yang mengatakan bahwa calon pengantin sudah siap secara biologis dan psikologis pada usia tersebut, sehingga tidak ada risiko melahirkan anak yang cacat atau meninggal. Maka dari itu, usia yang disarankan melakukan pernikahan adalah diatas 21 tahun.

Menurut Jafar et al., (2021) remaja akhir sebagai usia transisi perlu memiliki kesadaran, pengetahuan dan persiapan menjelang masa dewasa, salah satunya adalah kesiapan menikah. Menurut BKKBN, klasifikasi usia remaja akhir berada di rentang 18–24 tahun atau biasa juga disebut sebagai dewasa muda. Hal ini didukung oleh Saputro (2018) yang mengatakan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja adalah memperoleh informasi tentang pernikahan dan mempersiapkan diri untuk berkeluarga.

Kesiapan menikah sangat penting untuk dipelajari sebab menjadi dasar pengambilan keputusan dengan siapa individu menikah, kapan pernikahan tersebut dilaksanakan, hingga alasan apa yang membuat mereka yakin terhadap perilaku dari pasangan mereka. Menurut Duvall dan Miller (1985) dalam Sari & Sunarti (2013) kesiapan menikah adalah keadaan bersedia untuk berhubungan dengan pasangan, menerima peran sebagai suami atau istri, terlibat dalam

Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), kesiapan menikah mencakup berbagai dimensi yang harus dipenuhi sebelum seseorang dianggap siap untuk menikah. Dimensi tersebut dibagi menjadi 10 kesiapan, yaitu 1) kesiapan usia; 2) kesiapan fisik; 3) kesiapan finansial; 4) kesiapan mental; 5) kesiapan emosi; 6) kesiapan sosial; 7) kesiapan moral; 8) kesiapan interpersonal; 9) kesiapan intelektual; dan 10) keterampilan hidup. Sejalan dengan pendapat tersebut, menurut Sari dan Sunarti (2013), kesiapan menikah paling penting bagi laki-laki adalah kesiapan finansial sedangkan

bagi wanita adalah kesiapan emosi. Maka dari itu, kegiatan pengabdian masyarakat akan difokuskan pada kesiapan finansial yang dirangkum dalam perencanaan keuangan dan kesiapan emosi yang dirangkum dalam pengelolaan emosi.

Pengetahuan dan keterampilan perencanaan keuangan penting dimiliki oleh setiap keluarga agar mereka mampu memenuhi segala kebutuhan hidup. Perencanaan keuangan keluarga adalah proses pengambilan atau penetapan keputusan yang berkaitan dengan pengelolaan, guna tercapainya tujuan keuangan keluarga di masa depan (Kusdiana & Safrizal, 2022). Suami dan istri harus mendiskusikan perencanaan keuangan secara bersama-sama dengan cara memprioritaskan kebutuhan yang sangat penting, penting, dan kurang penting, sehingga harapannya ada uang yang tersisa untuk kebutuhan di masa depan (Wahyuni et al., 2024).

Selanjutnya menurut Manizar (2016), pengelolaan emosi merupakan kemampuan individu untuk menangani emosinya secara efektif sehingga berdampak positif pada kemampuan mereka untuk menyelesaikan masalah. Hal ini berkaitan dengan kehidupan pernikahan yang tidak akan selalu berjalan lancar. Menurut data KUA Kota Bogor tahun 2023, faktor penyebab perceraian tertinggi adalah perselisihan yang terus-menerus terjadi. Hal ini dibuktikan oleh data BPS (2021) yang mana alasan nomor satu perceraian di Kota Bogor adalah perselisihan dan pertengkaran terus menerus dengan total kasus sebanyak 751 orang bercerai. Maka dari itu, pasangan suami istri perlu mengendalikan emosi mereka, agar konflik rumah tangga dapat terselesaikan dengan baik dan kepuasan pernikahan akan tercapai.

Selain perencanaan keuangan dan pengelolaan emosi, masyarakat usia dewasa muda perlu diberikan edukasi mengenai permasalahan *stunting*. *Stunting* adalah gangguan pertumbuhan anak yang disebabkan oleh gizi buruk, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang kurang (Renyonet et al., 2023). Hal ini tentu saja perlu mendapat perhatian untuk pemerintah kota Bogor, sebab menurut data DPPKB per bulan Agustus 2023, Kota Bogor masih tinggi *stunting*nya yaitu berkisar di angka 1.489 anak.

Sebagai calon pengantin, masyarakat yang berada di usia remaja akhir perlu diberikan intervensi pencegahan *stunting* sebab mereka sangat memiliki kendali sebagai hilir untuk membentuk generasi yang unggul dan berkualitas. Masyarakat dapat

mempersiapkan kehamilan sejak dini untuk menjaga kesehatan sebaik mungkin, seperti makan makanan yang sehat dan bergizi, menghindari kebiasaan yang berisiko, hingga melakukan pemeriksaan medis secara teratur. Hal ini sejalan dengan pendapat Sari & Anggraeni (2023), bahwa kesehatan ibu dan bayi bergantung pada persiapan sebelum kehamilan.

Salah satu kelurahan di Kota Bogor dapat dilakukan intervensi edukasi kesiapan menikah bagi remaja akhir sebagai calon pengantin adalah Kelurahan Sempur. Kelurahan Sempur terletak di pusat Kota Bogor, bersebelahan dengan Kebun Raya Bogor dan Istana Bogor. Kelurahan Sempur mempunyai luas wilayah + 60,3 Ha dengan jumlah RT sebanyak 32 RT dan jumlah RW sebanyak 7 RW. Kelurahan ini dihuni oleh beragam masyarakat dengan kepadatan penduduk yang cukup tinggi sebab berada di tengah kota. Kelurahan Sempur berbatasan wilayah dengan beberapa kelurahan. Di sebelah utara Kelurahan Sempur berbatasan dengan Kelurahan Bantarjati, di sebelah timur berbatasan dengan Kelurahan Babakan, di sebelah selatan berbatasan dengan Kelurahan Paledang, dan di sebelah Barat berbatasan dengan Kelurahan Pabaton.

Berdasarkan hasil wawancara pada Kamis 16 Mei 2024 dengan ketua Karang Taruna Lubuk Sipatahunan Kelurahan Sempur, Fera Lumuru, para remaja di Kelurahan Sempur sangat membutuhkan edukasi sebagai bahan optimalisasi kesiapan menikah. Berdasarkan hasil wawancara, remaja kelurahan sempur sangat membutuhkan perencanaan keuangan sebab berkaitan dengan sumber daya utama finansial dalam membangun hidup yang semakin dewasa. Remaja akhir yang tergabung dalam organisasi PIK-R dan karang taruna sangat didorong oleh Kelurahan Sempur untuk mandiri secara finansial. Hal ini terlihat dengan hadirnya pojok UMKM yang dijadikan sarana untuk mengumpulkan uang dalam rangka sumber daya finansial organisasi remaja yang ada di Kelurahan Sempur.

Selain itu, sebagian penduduk di Kelurahan Sempur terlibat dalam usaha kecil menengah (UMKM) dan perdagangan. Selanjutnya, dilansir dari Metropolitan.id terdapat dua kelompok pelajar yang terlibat tawuran di Taman Sempur pada Kamis, 14 September 2023 hingga menimbulkan korban. Hal ini juga didukung dengan pendapat ketua dan wakil ketua karang taruna bahwa tawuran antar kelompok warga masih kerap terjadi

bahkan hingga awal tahun 2024 sebab kurangnya kesadaran pengelolaan emosi bagi remaja, sehingga menyebabkan remaja mudah tersulut emosi.

Berdasarkan hasil analisis situasi yang telah dilakukan sebagai *screening* materi kesiapan menikah terlihat masih banyak remaja akhir yang belum mengetahui materi perencanaan keuangan dan pengelolaan emosi yang baik. Data analisis situasi mengungkapkan bahwa sebanyak 14 dari 22 orang belum mengetahui perencanaan keuangan yang baik dan 15 dari 22 orang belum mengetahui cara pengelolaan emosi yang benar. Akan tetapi sebagian besar atau 14 dari 22 orang sudah mengetahui permasalahan *stunting* secara umum.

Meskipun sebagian besar peserta sudah mengerti permasalahan *stunting* secara umum, edukasi pencegahan *stunting* masih sangat penting untuk diberikan mengingat kondisi *stunting* dapat berdampak jangka panjang pada kesehatan dan perkembangan anak. Remaja akhir yang memegang kendali sebagai hulu membentuk generasi yang berkualitas harus tahu secara *detail* hal-hal yang berkaitan dengan *stunting*. Maka dari itu, hadirnya edukasi untuk masyarakat usia remaja akhir di Kelurahan Sempur sangat diperlukan sebagai bahan kesiapan untuk membantu meningkatkan kualitas hidup generasi muda menjadi calon pengantin maupun orang tua melalui peningkatan pemahaman.

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul edukasi perencanaan keuangan, pengelolaan emosi, dan pencegahan *stunting* sebagai optimalisasi kesiapan menikah bagi remaja akhir dilakukan di wilayah Kelurahan Sempur Kota Bogor. Kegiatan pengabdian ini terdiri dari beberapa tahap, yaitu:

### Tahap Persiapan

Rangkaian kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan diantaranya: 1) peninjauan tempat yang akan dilakukan penyuluhan; 2) berkoordinasi dengan petugas Kelurahan Sempur, Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor mengenai jumlah peserta, waktu, tempat, materi penyuluhan, media yang digunakan dan lainnya; 3) melakukan analisis situasi

dalam rangka memberikan informasi terkait penyusunan materi; dan 4) melakukan tertib administrasi meliputi proposal dan surat-surat yang diperlukan.

### **Tahap Pelaksanaan**

Kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan diantaranya: 1) penyuluhan yang dilakukan di pojok UMKM Kelurahan Sempur dan Aula Kelurahan Sempur pada tanggal 30 Mei, 1 Juni, dan 5 Juni 2024; 2) mahasiswa pengabdian masyarakat hadir di lokasi 60 menit sebelum acara penyuluhan untuk mengecek persiapan tempat, media, spanduk, sound system, kehadiran peserta, daftar hadir, snack dan dokumentasi; 3) mengedarkan pre-test sebagai bahan pengukuran pemahaman target sasaran sebelum diadakan edukasi; 4) melakukan penyuluhan dengan tema “edukasi kesiapan menikah pada remaja akhir di Kelurahan Sempur melalui program YUK BERENCANA!” disertai dengan sesi diskusi tanya jawab; 5) mengevaluasi pemahaman target sasaran dengan pemberian tugas sebagai implementasi pemahaman target sasaran terkait materi yang telah disampaikan dan 6) mengedarkan post-test sebagai bahan pengukuran pemahaman target sasaran sesudah diadakan edukasi dan melakukan dokumentasi.

### **Tahap Evaluasi**

Pada tahap ini, dilakukan evaluasi terkait keberhasilan program, apakah berjalan sesuai dengan rencana atau ada perubahan. Selain itu, pada tahap ini juga dilakukan penyerahan materi edukasi kepada dinas pengendalian penduduk dan keluarga berencana Kota Bogor serta Kelurahan Sempur sebagai mitra, terakhir ditutup dengan penyusunan laporan akhir. Penyusunan laporan akhir menggunakan pengukuran dengan bantuan *pre-test* dan *post-test* yang diberikan 3 kali menyesuaikan 3 pertemuan dengan penyampaian materi yang berbeda-beda. Pengujian hasil *test* peserta dilakukan dengan menggunakan Microsoft Excel 365 dan SPSS ver 25.

Pengolahan data menggunakan analisis frekuensi dan deskriptif dengan asumsi data terdistribusi normal, yang digunakan untuk mengukur hasil *test* dari setiap materi yang diujikan. Analisis frekuensi digunakan untuk menyusun data yang jumlahnya relatif banyak ke dalam suatu tabel sehingga membantu memudahkan membaca data tersebut untuk mengambil suatu kesimpulan secara deskripsi. Selain itu, untuk uji deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai variable-variabel yang digunakan,

seperti nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata dan standar deviasi pada masing-masing pertanyaan materi. Hasil evaluasi didapatkan bahwa kegiatan penyuluhan berjalan sesuai rencana. Peserta juga terlihat aktif, hal ini terbukti dengan antusiasnya peserta saat mengerjakan tugas sebagai bahan implementasi pemahaman.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Perencanaan Keuangan

**Tabel 1.** Hasil *pre-test* dan *post-test* perencanaan keuangan

Usia				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
18	4	25.0	25.0	25.0
19	3	18.8	18.8	43.8
20	3	18.8	18.8	62.5
21	4	25.0	25.0	87.5
22	1	6.3	6.3	93.8
24	1	6.3	6.3	100.0
<b>Total</b>	16	100.00	100.00	
Jenis Kelamin				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Laki-laki	5	31.3	31.3	31.3
Perempuan	11	68.8	68.8	100.00
<b>Total</b>	16	100.00	100.00	
Nilai <i>Pre-Test</i> Perencanaan Keuangan				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
40	2	12.5	12.5	12.5
50	4	25.0	25.0	37.5
60	5	31.3	31.3	68.8
70	2	12.5	12.5	81.3
80	2	12.5	12.5	93.8
90	1	6.3	6.3	100.00
<b>Total</b>	16	100.00	100.00	
Nilai <i>Post-Test</i> Perencanaan Keuangan				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

80	9	56.3	56.3	56.3
90	5	31.3	31.3	87.5
100	2	12.5	12.5	
<b>Total</b>	16	100.00	100.00	

Edukasi perencanaan keuangan dilaksanakan pada Kamis, 30 Juni 2024 di Pojok UMKM Kelurahan Sempur. Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa hasil pengerjaan *pre-test* dan *post-test* perencanaan keuangan diisi oleh 16 orang. Usia terbanyak peserta adalah 18 tahun (25%) dan 21 tahun (25%). Sementara itu, jenis kelamin terbanyak peserta yaitu perempuan dengan jumlah 11 orang atau (68.8%). Selanjutnya, untuk nilai peserta sebelum edukasi terbanyak memperoleh nilai 60 (31.3%). Akan tetapi, untuk nilai peserta sesudah edukasi terbanyak memperoleh nilai 80 (56.3%).

**Tabel 2.** Hasil minimum, maximum, dan rata-rata perencanaan keuangan

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<b>PostTest</b>	16	80	100	92.50	9.309
<b>PreTest</b>	16	40	90	60.63	14.361
<b>Valid (N)</b>	16				

Kegiatan pertama dilakukan dengan pemberian *pre-test* sebagai bahan pengukuran target sasaran sebelum diadakan edukasi, hasil *pre-test* didapatkan dengan rata-rata nilai 60.63 dari 100 *point*. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan materi selama kurang lebih 40 menit yang mana materi berisikan definis perencanaan keuangan, pentingnya perencanaan keuangan, bagaimana tips merencanakan keuangan, cara mencegah diri agar tidak terjerat pinjaman ilegal, hingga alat bantu untuk perencanaan keuangan sebagai persiapan pernikahan agar kehidupan keluarga lebih sejahtera.

Berikutnya, untuk menambah pemahaman target sasaran mengenai materi perencanaan keuangan, target sasaran diberi penugasan kelompok untuk membuat anggaran bulanan sesuai gaji UMR Kota Bogor sebesar Rp 5.000.000 (dibulatkan). Setiap kelompok dapat menganggarkan gaji dengan menggunakan teknik 50-30-20, sesuai materi yang telah dipaparkan. Lalu di akhir sesi, salah satu kelompok akan maju untuk memaparkan hasil diskusi kelompoknya. Melalui implementasi tugas ini, terlihat bahwa seluruh kelompok sudah memahami materi metode 50-30-20 berdasarkan hasil yang

dibuat sesuai dengan arahan. Terakhir, kegiatan edukasi perencanaan keuangan ditutup dengan pengerjaan *post-test*, hasil *post-test* mengalami peningkatan setelah diadakan edukasi yaitu rata-rata mendapatkan nilai 92.50 dari 100 *point*.

## 2. Pengelolaan Emosi

**Tabel 3.** Hasil *pre-test* dan *post-test* pengelolaan emosi

Usia				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
18	2	13.3	13.3	13.3
19	1	6.7	6.7	20.0
20	3	20.0	20.0	40.0
21	7	46.7	46.7	86.7
22	1	6.7	6.7	93.3
24	1	6.7	6.7	100.0
<b>Total</b>	15	100.00	100.00	

  

Jenis Kelamin				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Laki-laki	5	33.3	33.3	33.3
Perempuan	10	66.7	66.7	100.00
<b>Total</b>	15	100.00	100.00	

  

Nilai <i>Pre-Test</i> Pengelolaan Emosi				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
40	2	13.3	13.3	13.3
50	4	26.7	26.7	40.0
60	4	26.7	26.7	66.7
70	2	13.3	13.3	80.0
80	2	13.3	13.3	93.3
90	1	6.7	6.7	100.00
<b>Total</b>	15	100.00	100.00	

  

Nilai <i>Post-Test</i> Pengelolaan Emosi				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
80	5	33.3	33.3	33.3
90	1	6.7	6.7	40.0
100	9	60.0	60.0	100.0
<b>Total</b>	15	100.00	100.00	

Edukasi pengelolaan emosi dilaksanakan pada Sabtu, 1 Juni 2024 di Aula Kelurahan Sempur. Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa hasil pengerjaan *pre-test* dan *post-test* pengelolaan emosi diisi oleh 15 orang. Usia terbanyak peserta adalah 21 tahun (46.7%). Sementara itu, jenis kelamin terbanyak peserta yaitu perempuan dengan jumlah 10 orang atau (66.7%). Selanjutnya, untuk nilai peserta sebelum edukasi terbanyak memperoleh nilai 50 dan 60 (26.7%). Akan tetapi, untuk nilai peserta sesudah edukasi terbanyak memperoleh nilai 100 (60.0%).

**Tabel 4.** Hasil minimum, maximum, dan rata-rata pengelolaan emosi

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<b>PostTest</b>	15	80	100	92.67	9.612
<b>PreTest</b>	15	40	90	60.67	14.864
<b>Valid (N)</b>	15				

Kegiatan pertama dilakukan dengan pemberian *pre-test* sebagai bahan pengukuran target sasaran sebelum diadakan edukasi, hasil *pre-test* didapatkan dengan rata-rata nilai 60.67 dari 100 *point*. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan materi selama kurang lebih 40 menit yang mana pemaparan berisikan materi mengenai definisi emosi, cara mengidentifikasi pemicu emosi, hubungan pengelolaan emosi dan kecerdasan emosi, ciri-ciri individu dengan kecerdasan emosi yang baik, hingga cara mengelola emosi melalui teknik dan strategi pengelolaan emosi yang baik. Pada saat pemaparan materi, sesi diskusi juga dibuka dengan tujuan target sasaran lebih aktif untuk berdiskusi dan berinteraksi.

Berikutnya, untuk menambah pemahaman target sasaran mengenai materi pengelolaan emosi, target sasaran diberi penugasan individu sebagai bahan implementasi. Penugasan dilakukan melalui website tellonyme.me yang mana tiap individu diminta untuk melakukan salah satu strategi pengelolaan emosi yaitu *expressive writing*. Tiap individu terlihat aktif dan bersungguh-sungguh dalam menyampaikan emosinya, sebab terlihat saat akhir kegiatan seluruh target sasaran aktif menanggapi. Akhir dari kegiatan implementasi ini adalah pengungkapan emosi yang mana hasil jawaban anonim target sasaran dibacakan dengan tujuan memberikan semangat bagi sasaran yang sedang mengalami keterpurukan. Terakhir, kegiatan edukasi pengelolaan emosi ditutup dengan

pengerjaan *post-test*, hasil *post-test* mengalami peningkatan setelah diadakan edukasi yaitu rata-rata mendapatkan nilai 92.67 dari 100 *point*.

### 3. Pencegahan *Stunting*

**Tabel 5.** Hasil *pre-test* dan *post-test* pencegahan *stunting*

<b>Usia</b>				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
17	1	6.7	6.7	6.0
18	1	6.7	6.7	13.3
19	5	33.3	33.3	46.7
20	5	33.3	33.3	80.0
21	2	13.3	13.3	93.3
22	1	6.7	6.7	100.0
<b>Total</b>	15	100.00	100.00	
<b>Jenis Kelamin</b>				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Laki-laki	5	33.3	33.3	33.3
Perempuan	10	66.7	66.7	100.00
<b>Total</b>	15	100.00	100.00	
<b>Nilai Pre-Test Pencegahan <i>Stunting</i></b>				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
20	1	6.7	6.7	6.7
30	1	6.7	6.7	13.3
50	2	13.3	13.3	26.7
60	5	33.3	33.3	60.0
70	3	20.0	20.0	80.0
80	3	20.0	20.0	100.00
<b>Total</b>	15	100.00	100.00	
<b>Nilai Post-Test Pencegahan <i>Stunting</i></b>				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
80	5	33.3	33.3	33.3
90	1	6.7	6.7	40.0
100	9	60.0	60.0	100.0
<b>Total</b>	15	100.00	100.00	

Edukasi pencegahan *stunting* dilaksanakan pada Rabu, 5 Juni 2024 di Aula Kelurahan Sempur. Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa hasil pengerjaan *pre-test* dan *post-test* pencegahan *stunting* diisi oleh 15 orang. Usia terbanyak peserta adalah 19 tahun (33.3%) dan 20 tahun (33.3%). Sementara itu, jenis kelamin terbanyak peserta yaitu perempuan dengan jumlah 10 orang atau (66.7%). Selanjutnya, untuk nilai peserta sebelum edukasi terbanyak memperoleh nilai 50 (33.3%). Akan tetapi, untuk nilai peserta sesudah edukasi terbanyak memperoleh nilai 100 (60.0%).

Tabel 6. Hasil minimum, maximum, dan rata-rata pengelolaan emosi

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PostTest	15	80	100	92.67	9.612
PreTest	15	40	90	60.67	14.864
Valid (N)	15				

Kegiatan pertama dilakukan dengan pemberian *pre-test* sebagai sebagai bahan pengukuran target sasaran sebelum diadakan edukasi, hasil *pre-test* didapatkan dengan rata-rata nilai 60.67 dari 100 *point*. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan materi selama kurang lebih 40 menit yang mana pemaparan berisikan definisi *stunting*, faktor yang memengaruhi *stunting*, dampak yang ditimbulkan oleh *stunting*, hingga peran remaja dalam mencegah *stunting*. Pada saat pemaparan materi, sesi diskusi juga dibuka agar target sasaran lebih aktif untuk berdiskusi dan berinteraksi.



Gambar 1. Kegiatan bermain peran pencegahan *stunting*

Berikutnya, untuk menambah pemahaman target sasaran mengenai materi pencegahan *stunting* target sasaran diberi penugasan kelompok sebagai bahan implementasi pemahaman target sasaran. Pada kegiatan implementasi ini, target sasaran dibagi menjadi 3 kelompok yang mana tiap kelompok berisikan 4 orang untuk bermain peran sesuai tema yang di dapatkan. Pembagian kelompok menggunakan metode hitung, yaitu tiap individu akan menyebutkan nomor dari satu sampai empat, sehingga individu dengan nomor yang disebutkan sama akan bergabung menjadi satu kelompok.

Bermain peran dilakukan dengan maksimal waktu 10 menit untuk tiap kelompoknya. Sebelum bermain tiap kelompok diberi waktu sebanyak 30 menit untuk tahap persiapan dan pelatihan pementasan. Selanjutnya untuk pementasan, tema yang ditampilkan untuk bermain peran berbeda tiap kelompoknya dan diundi menggunakan *website spin wheel*. Tema-tema yang di undi yaitu sebanyak tiga kategori yaitu 1) tema mencegah *stunting* antara teman sebaya; 2) tema mencegah *stunting* antara orang tua dengan anak; dan 3) tema mencegah *stunting* antara pasangan.

Tiap kelompok sangat kreatif dalam mencari materi dalam waktu yang singkat. Kelompok pertama yang tampil memperkenalkan pencegahan *stunting* melalui pentingnya minum tablet tambah darah bagi remaja putri. Kelompok dua tampil memperkenalkan pencegahan *stunting* melalui pendekatan orang tua yang mana berkaitan dengan pola asuh. Terakhir, kelompok ketiga memperkenalkan pencegahan *stunting* melalui konseling pra-nikah bagi calon pengantin.

Penerapan materi menggunakan metode *role playing* merupakan arahan dari pembina PIK-R "SERASI" yang mengatakan bahwa remaja akhir di Kelurahan Sempur membutuhkan suatu metode pembelajaran yang membuat dirinya berani berbicara di depan umum. Hal ini sejalan dengan pendapat Hidayat et al., (2016) yang mengatakan bahwa, salah satu metode yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kemampuan individu berbicara di depan umum adalah metode *role playing*. Akhir dari kegiatan edukasi pencegahan *stunting* ditutup dengan pengerjaan *post-test*, hasil *post-test* mengalami peningkatan setelah diadakan edukasi yaitu rata-rata mendapatkan nilai 92.67 dari 100 *point*.

## SIMPULAN

Program Yuk Berencana! bertujuan mengedukasi masyarakat usia remaja akhir sebagai bahan optimalisasi untuk mempersiapkan pernikahan agar terbentuknya keluarga yang lebih sejahtera dari sisi fisik, psikologis hingga finansial. Edukasi dimulai dengan pencarian data masyarakat usia remaja akhir dan mengundang masyarakat melalui kerja sama dengan organisasi remaja yang ada untuk mengikuti edukasi terkait perencanaan keuangan, pengelolaan emosi, hingga pencegahan *stunting* sebagai bahan kesiapan menikah. Program Yuk Berencana! diawali dengan tahap persiapan, penyusunan, pelaksanaan, penyerahan hasil, hingga laporan akhir program.

Pelaksanaan program Yuk Berencana! dilakukan selama tiga hari dengan waktu pelaksanaan maksimal 2 jam. Pelaksanaan program Yuk Berencana! memiliki indikator keberhasilan untuk menambah pengetahuan masyarakat usia remaja akhir terkait kesiapan menikah terutama dalam perencanaan keuangan, pengelolaan keuangan hingga pencegahan *stunting*. Indikator keberhasilan diukur melalui *google formulir* yang mana disebarakan sebelum edukasi dan setelah edukasi. Berdasarkan hasil turun lapang pada Kamis, 30 Mei 2024 pengetahuan masyarakat sebelum diadakan edukasi perencanaan keuangan mendapatkan rata-rata nilai 60.63 namun setelah diadakan edukasi pengetahuan masyarakat meningkat dengan mendapatkan rata-rata nilai 92.50. Selanjutnya, pada tanggal 1 Juni 2024 pengetahuan masyarakat sebelum diadakan edukasi pengelolaan emosi mendapatkan rata-rata nilai 60.67, namun setelah diadakan edukasi pengetahuan masyarakat meningkat dengan mendapatkan rata-rata nilai 92.67. Terakhir, pada tanggal 5 Juni 2024 pengetahuan masyarakat sebelum diadakan edukasi pengelolaan emosi mendapatkan rata-rata nilai 60.67, namun setelah diadakan edukasi pengetahuan masyarakat meningkat dengan mendapatkan rata-rata nilai 92.67.

Selain itu, kegiatan Yuk Berencana! juga menunjukkan bahwa tujuan terkait keterampilan pembuatan anggaran bulanan melalui metode 50-30-20 telah tercapai. Setiap kelompok berhasil membuat anggaran sesuai dengan aturan yang telah diajarkan yaitu dengan membagi pengeluaran menjadi kebutuhan, keinginan, dan tabungan atau investasi. Keterampilan perencanaan keuangan diharapkan membantu peserta dalam mengelola keuangan pribadi secara lebih bijak. Lalu, peserta juga mampu untuk

mengekspresikan emosi melalui tulisan, sehingga emosi mereka dapat tersalurkan dengan baik. Peserta sudah mengenal dan memanfaatkan alat bantu anonim sebagai salah satu metode dalam expressive writing. Penerapan teknik ini tentu saja akan membantu peserta mengelola dan memahami emosi dengan lebih baik.

Program yang dilakukan ternyata masih memiliki keterbatasan dalam pelaksanaannya. Evaluasi kegiatan mencakup tiga pertemuan dengan kendala utama berupa keterlambatan peserta sebab adanya kegiatan lain. Setiap pertemuan mengalami kemunduran waktu, sehingga beberapa peserta datang di tengah sesi dan mengganggu suasana yang sudah terbentuk. Akibatnya, penyampaian materi sering terputus, dan fokus peserta terganggu. Selain itu, hal lain yang dapat dilakukan untuk menanggulangi kesibukan peserta yaitu melakukan koordinasi yang tepat dengan perangkat wilayah seperti RT dan RW. Kerja sama yang dilakukan dengan kelurahan harus ditegaskan dalam rangka menarik minat masyarakat sekitar mengikuti program yang telah ditetapkan. Koordinasi mengenai pemutusan waktu pelaksanaan edukasi juga sangat diperlukan sebab hal ini berkaitan dengan sibuknya remaja akhir dalam hal pekerjaan dan perkuliahan. Terakhir, saran yang dapat diberikan terkait metode pelaksanaan seperti presentasi dan diskusi kelompok yaitu adanya penyesuaian metode dengan dengan lebih banyak tanya jawab atau diskusi singkat. Hal ini sangat diperlukan untuk membangun suasana edukasi yang efektif dan efisien sebab dapat meningkatkan partisipasi dan konsentrasi dari peserta.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adyani, K., Wulandari, C. L., & Isnaningsih, E. V. (2023). Faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan calon pengantin dalam kesiapan menikah. *Jurnal Health Sains*, 4(1), 109–119. <https://doi.org/10.46799/jhs.v4i1.787>
- Afifah, E. R. N., & Savira, S. I. (2023). Adaptasi wanita di awal pernikahan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3), 268–292. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/54282>
- Hidayat, L. M., Syaodih, E., & Zahara, R. (2016). Efektivitas metode role playing untuk meningkatkan keterampilan berbicara pada mata pelajaran Bahasa Indonesia kelas IV Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah 2 Sumbersari. *Educare*, 4(2), 18–29. <https://jurnal.fkip.unla.ac.id/index.php/educare/article/view/208>

- Jafar, E. S., Siswanti, D. N., Jalal, M. N., & Ansar, W. (2021). Marriage readiness for late adolescence in South Sulawesi. *Al-Maiyyah: Media Transformasi Gender Dalam Paradigma Sosial Keagamaan*, 14(2), 85–95. <https://doi.org/10.35905/al-maiyyah.v14i2.747>
- Kusdiana, Y., & Safrizal, S. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi perencanaan keuangan keluarga. *JAS (Jurnal Akuntansi Syariah)*, 6(1), 127–139. <https://doi.org/10.46367/jas.v6i1.580>
- Manizar, E. H. (2016). Mengelola kecerdasan emosi. *Tadbir: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(2), 1–16. <https://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/Tadrib/article/view/1168>
- Renyoet, B. S., Oktapianus, O., & Dary, D. (2023). Prevalensi anak stunting di Kota Salatiga tahun 2020. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 8(1), 76–86. <https://doi.org/10.14710/jekk.v8i1.13111>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25–32. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sari, F., & Sunarti, E. (2013). Kesiapan menikah pada dewasa muda dan pengaruhnya terhadap usia menikah. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 6(3), 143–153. <https://doi.org/10.24156/jikk.2013.6.3.143>
- Sari, M. P., & Anggraeni, E. (2023). Edukasi kesehatan reproduksi calon pengantin terhadap pengetahuan dan keikutsertaan premarital check up. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 10(2), 89–97. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v10i2.2503>
- Wahyuni, S. F., Hafiz, M. S., & Lestari, S. P. (2024). Model praktik perilaku pengelolaan keuangan pranikah pada pasangan siap menikah di Kota Medan. *Owner: Riset Dan Jurnal Akuntansi*, 8(1), 813–827. <https://doi.org/10.33395/owner.v8i1.1915>