

## **PENERAPAN PROGRAM PENANGGULANGAN STUNTING : PEMBERIAN EDUKASI DAN TABLET TAMBAH DARAH (TTD) UNTUK MENCEGAH ANEMIA PADA REMAJA PUTRI**

Ni Kadek Yuni Lestari<sup>1)</sup>, Desak Made Ari Dwi Jayanti<sup>2)</sup>, Ni Luh Putu Thrisna Dewi<sup>3)</sup>, Ni Made Nopita Wati<sup>4)</sup>, Nyoman Sudarma<sup>5)</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Keperawatan Program Sarjana, <sup>5</sup>Program Studi D3 Teknologi Laboratorium Medis,  
STIKes Wira Medika Bali

email : [yunilestari@stikeswiramedika.ac.id](mailto:yunilestari@stikeswiramedika.ac.id)

### **Abstract**

*Stunting is one of the indicators of chronic malnutrition due to a deficiency of nutrient intake or infectious diseases that occur over a long period. Iron affects the hemoglobin levels of growing adolescents, and the menstrual process causes the increased need for iron. Giving Blood Add Tablets to prospective brides, pregnant women, and young women is a joint effort between the government and the community to prevent stunting. This community service activity was carried out through four stages, namely socialization of activities to teachers and students, distributing questionnaires before and after the training to measure the level of knowledge and attitudes of students, providing health education, and finally, giving blood tablets and involving teachers as program evaluators. The results of community service activities were 28 people (78%), female respondents aged 16 years (78%), female sex as many as 36 people (100%), and the level of knowledge before being given counseling. The majority were in the less category, as many as 24 people (67%). After being given counseling, some Majority in the good category, as many as 17 people (47%); adolescent attitudes toward preventing anemia before being given counseling were mostly in the less class, as many as 18 people (50%), and after being offered counseling mainly in the good category as many as 24 people (67%). It is suggested that the school form a monitoring team for taking medication from the peer group to monitor students in taking the medication regularly.*

**Keywords:** *Stunting, education, anemia*

### **Abstrak**

*Stunting merupakan salah satu indikator malnutrisi kronik yang terjadi akibat defisiensi asupan zat gizi atau penyakit infeksi yang 3 terjadi dalam jangka waktu yang lama. Zat besi berpengaruh pada kadar hemoglobin remaja yang sedang dalam pertumbuhan serta peningkatan kebutuhan zat besi yang diakibatkan oleh proses menstruasi. Pemberian Tablet Tambah Darah untuk calon pengantin, ibu hamil dan remaja putri merupakan upaya bersama antara pemerintah dan masyarakat untuk mencegah kejadian stunting. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui empat tahap yaitu sosialisasi kegiatan kepada guru dan siswa, penyebaran kuisioner sebelum dan setelah kegiatan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap siswa, memberikan penyuluhan kesehatan dan yang terakhir adalah pemberian tablet tambah darah serta melibatkan guru sebagai evaluator program. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat adalah responden berusia 16 tahun sebanyak 28 orang (78%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 30 orang (83%), tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan mayoritas berada pada kategori kurang sebanyak 24 orang (67%) dan setelah diberikan penyuluhan sebagian besar pada kategori baik sebanyak 17 orang (47%), sikap remaja dalam pencegahan anemia sebelum diberikan penyuluhan mayoritas berada pada kategori kurang sebanyak 18 orang (50%) dan setelah diberikan penyuluhan sebagian besar pada kategori baik sebanyak 24 orang (67%). Disarankan kepada pihak sekolah agar bisa dibentuk tim pengawas minum obat dari kelompok teman sebaya sebagai upaya pemantauan para siswa dalam mengkonsumsi obat secara rutin.*

**Keywords:** *Stunting, edukasi, anemia*

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa pertumbuhan dan perkembangan pada fisik dan mental serta aktivitas yang menyebabkan meningkatnya kebutuhan asupan zat-zat gizi. Perubahan fisik karena pertumbuhan yang terjadi akan mempengaruhi status kesehatan dan gizinya. Ketidacukupan kebutuhan asupan zat-zat gizi pada remaja mengakibatkan timbulnya masalah-masalah gizi baik itu gizi lebih ataupun gizi kurang. Masalah gizi yang biasa dijumpai pada remaja antara lain, anemia, obesitas, kekurangan energi kronis atau KEK, perilaku makan menyimpang seperti anoreksia nervosa dan bulimia [1]. Remaja putri termasuk salah satu kelompok yang rawan menderita malnutrisi. Menstruasi menjadi salah satu faktor yang menyebabkan malnutrisi, karena selama menstruasi darah akan terus keluar sehingga membutuhkan asupan zat gizi terutama besi untuk membantu produksi hemoglobin pada tubuh. Status gizi pada remaja merupakan pantulan dari permulaan kejadian kekurangan gizi pada anak usia dini. Negara dengan penghasilan menengah, remaja merupakan masa penurunan malnutrisi dari anak usia dini, baik itu stunting atau anemia sebelumnya yang disebabkan oleh defisiensi mikronutrien [2]. Stunting sangat terkait dengan gangguan perkembangan intelektual selama masa kanak-kanak, dan perawakan pendek pada masa dewasa, hasil ini menekankan perlunya pencegahan retardasi pertumbuhan melalui promosi dari perawatan pra kehamilan dan menyusui, serta pengendalian penyakit infeksi [3]. Stunting pada remaja merupakan hasil jangka panjang konsumsi kronis diet berkualitas rendah yang dikombinasikan dengan morbiditas, penyakit infeksi, dan masalah lingkungan [4]. Banyak penyebab terjadinya stunting diantaranya adalah defisiensi mikronutrien. Salah satu mikronutrien yang mempengaruhi status gizi (stunting) yaitu zat besi (Fe). Defisiensi besi mempengaruhi tingkat pertumbuhan dan perkembangan remaja, dengan menghambat pertumbuhan linier. Melalui penetapan strategi utama Gernas Percepatan Perbaikan Gizi diantaranya yaitu Pemberian Tablet Tambah Darah untuk calon pengantin, ibu hamil dan remaja putri [4].

Melalui penyebaran kuisioner dan hasil pemeriksaan fisik di SMK PGRI Denpasar yang dilakukan kepada responden didapatkan sebanyak 6 orang siswa memiliki konjungtiva pucat dan sebanyak 23 siswa yang mengalami gejala anemia seperti mudah lelah, badan terasa lemas terutama saat menstruasi dan susah berkonsentrasi. Berdasarkan hal tersebut diatas maka kami tertarik untuk mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat tentang Penerapan Program Penanggulangan Stunting dengan Pemberian Edukasi dan Tablet Tambah Darah (TTD) untuk mencegah Anemia pada Remaja Putri.

## 2. IDENTIFIKASI MASALAH

Analisa permasalahan yang ada diawali dari wawancara yang dilakukan dengan kepala sekolah SMK PGRI Denpasar serta penyebaran kuisioner kepada siswa. Berdasarkan hasil wawancara didapatkan data bahwa disetiap bulan selalu ada siswi yang mengalami ketidaknyamanan karena menstruasi, seperti lemas, sakit perut sampai dengan pingsan. Wali kelas juga menyampaikan bahwa siswi tidak rutin mengkonsumsi tablet tambah darah yang diberikan oleh puskesmas. Belum terbentuknya unit untuk memantau kedisiplinan siswi dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Melalui penyebaran kuisioner dan hasil pemeriksaan fisik di SMK PGRI Denpasar yang dilakukan kepada responden didapatkan sebanyak 6 orang siswa memiliki konjungtiva pucat dan sebanyak 23 siswa yang mengalami gejala anemia seperti mudah lelah, badan terasa lemas terutama saat menstruasi dan susah berkonsentrasi.

## 3. METODELOGI PELAKSANAAN

### A. Sosialisasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Sosialisasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 13 April 2022 dengan kepala sekolah dan guru penanggungjawab kegiatan. Sosialisasi dengan melakukan wawancara serta memberikan penjelasan tentang kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan, penyebaran kuisioner dan

pemeriksaan kadar hb bagi siswa yang mengalami gejala anemia.



**Gambar 1.** Sosialisasi Kegiatan

#### B. Penyebaran kuisisioner

Penyebaran kuisisioner dilakukan dengan cara mengirimkan link kuisisioner melalui guru wali kelas yang akan diteruskan ke grup kelas. Jumlah kuisisioner yang terkumpul adalah sebanyak 36 respon dan dilakukan analisis.

#### C. Memberikan penyuluhan kesehatan

Pemberian penyuluhan kesehatan dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 21 April 2022 yang dihadiri oleh 36 orang siswa dengan tema Pentingnya Tablet Tambah Darah (TTD) untuk Mencegah Anemia. Selama memberikan penyuluhan siswa sangat antusias dilihat dari banyaknya yang pertanyaan serta beberapa siswa sudah rutin minum obat TTD. Setelah memberikan penyuluhan, tim juga melakukan pemeriksaan klinis siswa yang mengalami gejala anemia.



**Gambar 2.** Penyuluhan Kesehatan

#### D. Pemberian Tablet Tambah Darah

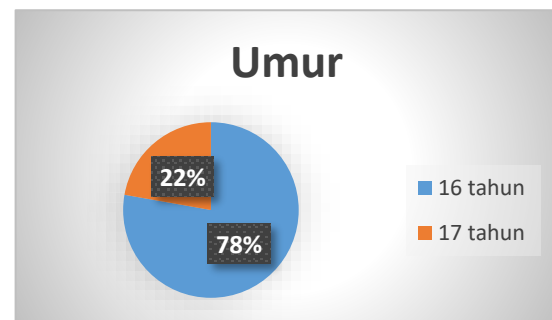
Tablet Tambah darah diberikan kepada siswa sebanyak 30 tablet per orang. Pemantauan konsumsi obat sementara dilakukan oleh guru wali kelas.



**Gambar 3.** Pemberian Tablet Tambah Darah

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

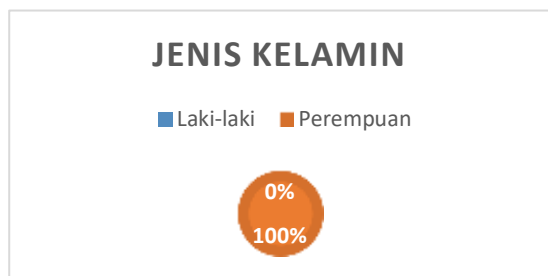
#### A. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur



**Gambar 4.** Umur Responden

Berdasarkan Gambar 4, umur responden berada pada rentang 16 tahun sebanyak 28 orang (78%).

**B. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**



**Gambar 5.** Jenis Kelamin Responden

Berdasarkan Gambar 5, semua responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 36 orang (100%).

**C. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Setelah Pemberian Penyuluhan**



**Gambar 6.** Tingkat Pengetahuan

Berdasarkan gambar 6, tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan mayoritas berada pada kategori kurang sebanyak 24 orang (67%) dan setelah diberikan penyuluhan sebagian besar pada kategori baik sebanyak 17 orang (47%).

**D. Sikap Remaja Dalam Mencegah Anemia**



**Gambar 7.** Sikap Remaja Putri

Berdasarkan gambar 7, sikap remaja dalam pencegahan anemia sebelum diberikan penyuluhan mayoritas berada pada kategori kurang sebanyak 18 orang (50%) dan setelah diberikan penyuluhan sebagian besar pada kategori baik sebanyak 24 orang (67%).

**Pembahasan Hasil Pengabdian Masyarakat**

Berdasarkan hasil analisis univariat pengukuran tingkat pengetahuan remaja sebelum diberikan penyuluhan mayoritas berada pada kategori pengetahuan kurang sebanyak 24 orang (67%) dan setelah diberikan penyuluhan sebagian besar pada kategori baik sebanyak 17 orang (47%). Penyuluhan kesehatan dilakukan dengan tujuan meningkatkan pemahaman terkait pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah bagi remaja putri untuk mencegah anemia. Pengukuran tingkat pengetahuan dan sikap remaja dilakukan melalui penyebaran kuisioner. Hasil penelitian [5] berjudul Pengaruh pemberian booklet anemia terhadap pengetahuan, kepatuhan minum tablet tambah darah dan kadar hemoglobin ibu hamil didapatkan bahwa pemberian edukasi dengan media booklet mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil terhadap pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah selama masa kehamilan [6].



Berdasarkan kuisioner dan hasil pemeriksaan fisik yang dilakukan kepada responden didapatkan sebanyak 6 orang siswa memiliki konjungtiva pucat dan sebanyak 23 siswa yang mengalami gejala anemia seperti mudah lelah, badan terasa lemas terutama saat menstruasi dan susah berkonsentrasi. Remaja putri sangat rentan menderita anemia disebabkan karena mengalami siklus menstruasi setiap bulan. Remaja putri yang menderita anemia dan kemudian hamil maka akan berpotensi melahirkan bayi dengan tubuh pendek (*stunting*) atau berat badan lahir rendah (BBLR). Hal ini disebabkan karena kurangnya supply oksigen dan makanan ke janin selama masa kehamilan. Upaya pemberian tablet zat besi (Fe) ke sekolah untuk remaja sebagai upaya untuk mencegah anemia sehingga angka stunting di Indonesia bisa diturunkan.

Sikap remaja dalam pencegahan anemia sebelum diberikan penyuluhan mayoritas berada pada kategori kurang sebanyak 18 orang (50%) dan setelah diberikan penyuluhan sebagian besar pada kategori baik sebanyak 24 orang (67%). Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia yaitu, indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga<sup>11</sup>. Upaya yang bisa dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan adalah dengan penyuluhan. Menurut [7] faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang salah satunya adalah pendidikan. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat. Selain tingkat pendidikan seseorang, tingkat pengetahuan juga dipengaruhi oleh pengalaman serta kecepatan menyerap informasi dari media cetak maupun media elektronik [8]. Responden dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah remaja yang berada pada rentang 16 tahun sebanyak 28 orang (78%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 30 orang (83%). Masa remaja merupakan masa dimana seseorang dapat menyerap pengetahuan dan informasi lebih baik dan dapat menggunakan media sosial sebagai sarana untuk mendapatkan informasi.

Pengalaman, kematangan emosi dalam mengambil keputusan akan mempengaruhi sikap remaja dalam mengkonsumsi tablet tambah darah secara rutin untuk mencegah anemia [9].

## 5. KESIMPULAN

Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat adalah terdapat peningkatan pengetahuan pada remaja setelah diberikan penyuluhan kesehatan yaitu sebanyak dari 17 orang (47%) berpengetahuan baik, 15 orang (42%) berpengetahuan cukup dan 4 orang (11%) berpengetahuan kurang. Selain itu terdapat peningkatan sikap remaja dalam mengkonsumsi tablet tambah darah yaitu 24 orang (67%) memiliki sikap baik, 10 orang (28%) memiliki sikap cukup baik dan 2 orang (6%) sikap kurang. Secara umum kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dan tujuan kegiatan sudah tercapai sepenuhnya.

## 6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada STIKes Wira Medika yang telah memberi dukungan financial serta SMK PGRI Denpasar yang telah memfasilitasi terhadap pelaksanaan kegiatan ini.

## 7. REFERENSI

- [1] Restuti, A. N. (2016). Hubungan antara asupan zat gizi dan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. . *Jurnal Ilmiah Inovasi*, Volume 16 No.3.
- [2] Northrop-Clewes, C. A. (2013). Biomarkers for the differentiation of anemia and their clinical usefulness. *Journal of blood medicine*, 4, 1
- [3] Ni'mah, K. &. (2015). Faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. In *Media Gizi Indonesia*, 10(1), (pp. 13-19.).
- [4] Kesmas, W. (2018). *Pencegahan Stunting* . Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, Edisi 2.
- [5] Adawiyani, R. (2014). "Pengaruh pemberian booklet anemia terhadap pengetahuan, kepatuhan minum tablet tambah darah dan kadar hemoglobin ibu hamil." . *CALYPTRA* 2, no. 2, 1-20.

- [6] Fitria, A. A. (2021). Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Melalui Konsumsi Tablet Tambah Darah. . *RAMBIDEUN: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 91-99.
- [7] Lestari, E. T. (2020). *Cara Praktis Meningkatkan Motivasi Siswa Sekolah Dasar*. . Deepublish.
- [8] Sulistyawati, A. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 21-30.
- [9] Shofiana, F. I. (2018). "Pengaruh usia, pendidikan, dan pengetahuan terhadap konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil di Puskesmas Maron, Kabupaten Probolinggo. *Amerta Nutrition*, 356-363.