



EDUKASI DAN SKRINING ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Fitriani Umar¹⁾, Nur Hafizah²⁾, Nurfardianty A.R. Amrah²⁾, Dhea Ananda Putri²⁾,
Hikma²⁾, Fadillah Sudirman²⁾, Khusnul Khotimah²⁾, Nur Sadilah²⁾, Fadwandi Suganra²⁾

¹⁾Prodi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Parepare, Indonesia

²⁾ Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Parepare, Indonesia
e-mail: fitrah.gizi@gmail.com

Submitted: 17 Januari 2025, Accepted: 6 Februari 2025, Available online: 9 Februari 2025

Abstract

The prevalence of stunting is still quite high. Specific nutritional interventions to prevent stunting are carried out from preconception age, especially in preventing anemia and women of childbearing age having normal nutritional status. The aim of this activity is to provide education and screen nutritional status for young women. The activity was carried out at SMKN 7, Suppa District, Pinrang Regency. Activities are carried out by providing education about anemia, symptoms, cut off points for someone who is said to have anemia and how to prevent and overcome it. In this activity, nutritional status was also measured in the form of checking Hb levels and upper arm circumference in class IX female students. Students' knowledge before and after education was measured using a questionnaire. The results of the implementation of the activity showed an increase in female students' knowledge regarding anemia and from the results of measuring nutritional status it was found that 5% of teenagers experienced anemia and 33.3% experienced chronic energy deficiency (KEK). It is hoped that there is a need for ongoing education to teenagers, especially regarding anemia and also about the importance of consuming Fe tablets. Monitoring to regularly consume the Fe tablets that have been given also needs to be done to prevent teenagers from experiencing anemia.

Keywords : ; Adolescents; Anemia; Education; Knowledge; Stunting

Abstrak

Prevalensi stunting masih cukup tinggi. Intervensi gizi spesifik untuk pencegahan stunting dilakukan sejak usia prakonsepsi utamanya dalam mencegah terjadinya anemia dan wanita usia subur memiliki status gizi yang normal. Tujuan kegiatan ini untuk memberikan edukasi dan skrining status gizi pada remaja putri. Kegiatan dilaksanakan di SMKN 7 Kecamatan Suppa Kabupaten Pinrang. Kegiatan dilakukan dengan memberikan penyuluhan tentang anemia, gejala, cut off poin seseorang dikatakan mengalami anemia dan bagaimana pencegahan dan penanggulangannya. Pada kegiatan ini juga dilakukan pengukuran status gizi berupa pemeriksaan kadar Hb dan lingkaran lengan atas pada siswa perempuan kelas IX. Pengetahuan siswa sebelum dan setelah edukasi diukur dengan menggunakan kuesioner. Hasil pelaksanaan kegiatan diperoleh peningkatan pengetahuan siswi terkait anemia dan dari hasil pengukuran status gizi diketahui ada 5% remaja yang mengalami anemia dan 33,3% yang mengalami kekurangan energy kronis (KEK). Diharapkan perlunya edukasi secara berkelanjutan kepada remaja utamanya terkait dengan anemia dan juga tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe. Pemantauan untuk rutin mengkonsumsi tablet Fe yang telah diberikan, juga perlu dilakukan untuk mencegah remaja mengalami anemia.

Kata Kunci: Anemia, Edukasi, Pengetahuan, Remaja, Status Gizi,

PENDAHULUAN

Prevalensi stunting pada anak masih cukup tinggi. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi stunting masih 21,5% hanya turun 0,1% dari tahun sebelumnya. Di Sulawesi Selatan sendiri prevalensi stunting masih di atas prevalensi nasional yakni sebesar 27,4%. Angka ini masih jauh dari target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) yaitu 14% di tahun 2024 dan masih menjadi masalah kesehatan masyarakat menurut WHO dimana prevalensinya masih di atas 20% (Kemenkes, 2023). Menurut kabupaten/kota prevalensi stunting di Sulawesi Selatan tertinggi di Kabupaten Tana Toraja (36,9%) mengalami peningkatan 1,5% dari tahun sebelumnya. Di Kabupaten Pinrang prevalensi Stunting mengalami penurunan 3 tahun terakhir yakni 24,5% (2021), 20,9% (2022) dan di tahun 2023 sebanyak 17,6% (TPPS, 2024).

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak yang ditandai dengan TB/U di bawah -2 SD yang terjadi dalam jangka waktu yang lama. Stunting secara global terjadi pada 5 tahun pertama dimana 11,2% terjadi di dalam kandungan, 60,6% terjadi sejak lahir hingga berumur 2 tahun dan 28% terjadi antara umur 2 – 5 tahun. Berdasarkan data tersebut mayoritas stunting terjadi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Millward, 2017). Stunting pada anak berdampak terhadap kemampuan kognitif yang mengakibatkan rendahnya produktivitas anak pada usia dewasa. Kekurangan gizi di waktu kecil juga meningkatkan risiko obesitas serta penyakit kronis lainnya seperti kanker, diabetes dan penyakit kardiovaskuler (Beal et al., 2018; Haniarti et al., 2022; Titaley et al., 2019; Umar et al., 2023).

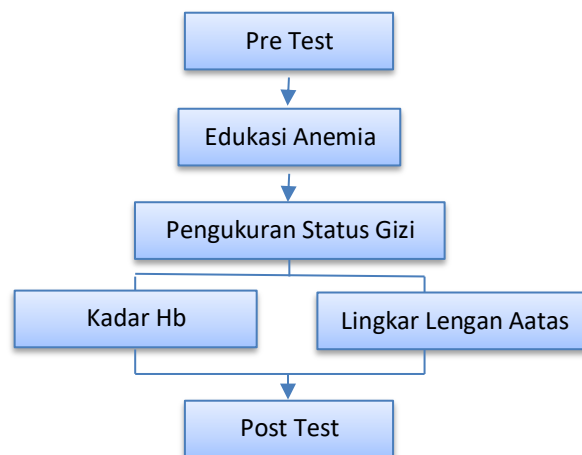
Tingginya prevalensi stunting dipengaruhi karena berbagai factor baik pada kondisi prenatal, kondisi kelahiran hingga postnatal. Hasil SKI ditemukan determinan yang berkontribusi pada kejadian stunting salah satunya yakni pada kondisi prenatal dimana 16,9% ibu hamil berisiko Kekurangan Energi Kronik (KEK). 27,7% ibu hamil juga mengalami anemia dan prevalensi KEK sebanyak 16,9% pada ibu hamil dan 20,6% pada wanita yang tidak hamil (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2024; Kemenkes, 2023). Penentuan berhasilnya 1000 hari pertama kehidupan bukan hanya dimulai saat ibu sedang hamil, namun dimulai sejak masa prakonsepsi, konsepsi dan setelahnya. Masalah gizi di Indonesia pada umumnya masih didominasi oleh masalah gizi kurang. Masalah gizi kurang pada kelompok wanita mempengaruhi status gizi pada periode siklus kehidupan berikutnya.

Intervensi untuk mengatasi stunting berupa intervensi spesifik dan sensitive yang sebagaimana tertuang dalam Perpres Nomor 42 Tahun 2013 pada pasal 6 ayat 6 dan 7 yang merupakan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi. Intervensi spesifik diantaranya melalui pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) untuk ibu hamil dan remaja putri, pemberian makanan tambahan untuk ibu hamil KEK. Intervensi sensitive meliputi penyediaan air bersih ditingkat rumah tangga dan sanitasi, akses dan kualitas pelayanan gizi dan kesehatan, peningkatan pemahaman, komitmen dan melakukan pengasuhan gizi ibu dan anak serta peningkatan akses pangan bergizi (Pakaya et al., 2023).

Hasil Pengalaman Belajar Lapangan (PBL) 1 di Kecamatan Suppa Kabupaten Pinrang diperoleh sebanyak 27% ibu hamil mengalami KEK dan 26% balita memiliki status TB/U kategori pendek. KEK yang terjadi pada masa kehamilan berawal dari sebelum hamil. Hasil penelitian menunjukkan 28,3% remaja di SMPN 8 Parepare mengalami anemia dan 46,5% tidak patuh dalam mengkonsumsi TTD. Ketidapatuhan konsumsi TTD berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja (Rahman et al., 2023). Ketidapatuhan konsumsi TTD disebabkan karena pengetahuan remaja putri yang kurang terkait factor resiko anemia dan TTD. Untuk itu penting dilakukan intervensi sejak dini untuk mencegah risiko stunting dengan memberikan edukasi pada remaja dan juga pengukuran status gizi. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini untuk memberikan edukasi bagi remaja dan juga pengukuran status gizi untuk skrining risiko anemia dan KEK.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan di SMKN 7 Kecamatan Suppa Kabupaten Pinrang pada hari Selasa 31 Juli 2023. Peserta kegiatan adalah siswa putri kelas IX sebanyak 21 orang. Kegiatan dilaksanakan dalam 4 tahap seperti yang terlihat pada Gambar 1. Tahap pertama dilakukan pre test untuk mengukur sejauh mana pengetahuan siswa terkait anemia dengan menggunakan kuesioner. Tahap kedua peserta diberikan edukasi terkait anemia, definisi dan cut of point kapan seseorang dikatakan mengalami anemia, penyebabnya, pencegahan dan penanggulangannya. Kemudian setelah itu tahap ketiga dilakukan pengukuran kadar Hb pada peserta dengan menggunakan peralatan berupa Strip Hb, Hb Meter merk Easy Touch, lancet, alcohol swab dan lancet device. Sebagai tambahan juga dilakukan pengukuran lingkaran lengan atas siswa untuk mengetahui status gizi siswa apakah mereka mengalami KEK atau tidak. Wanita usia subur dikatakan KEK jika ukuran lingkaran lengan atasnya $< 23,5$ cm. setelah semua dilakukan pengukuran kemudian siswa diberi edukasi terkait hasil yang diperoleh, jika terdapat siswa yang mengalami anemia maka diberikan tablet Fe. Tahap keempat yakni pengukuran kembali pengetahuan siswa (*post test*) dengan menggunakan kuesioner untuk mengetahui kembali sejauh mana pemahaman siswa terkait materi yang telah diberikan.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam darah di bawah standar. Pada remaja putri dikatakan mengalami anemia jika kadar Hb nya < 12 mg/dl. Edukasi tentang anemia pada remaja putri sangat penting sebab mereka merupakan golongan yang rentan karena pada fase ini mereka telah mengalami menstruasi. Pola makan yang buruk juga menyebabkan terjadinya anemia. Edukasi dan screening anemia ini dilaksanakan di SMKN 7 Kecamatan Suppa Kabupaten Pinrang. Materi kegiatan disampaikan oleh mahasiswa PBL 1 FIKES Universitas Muhammadiyah Parepare yakni Dhea Ananda Putri dan saat diskusi didampingi oleh Ibu Fitriani Umar selaku dosen pembimbing seperti pada Gambar 2.

Materi disampaikan menggunakan alat bantu berupa *Power Point*. Adapun isi materi meliputi definisi anemia, penyebab anemia, ambang batas (*cut of point*) seseorang dikatakan mengalami anemia dan pencegahan anemia baik dengan mengkonsumsi makanan yang dapat membantu meningkatkan kadar Hb dan juga zat pelancar dan penghambat penyerapan zat besi. Pada kegiatan ini juga remaja putri diedukasi untuk mengkonsumsi tablet Fe yang telah dibagikan oleh petugas puskesmas yang datang ke sekolah. Dari hasil diskusi diketahui sebagian remaja ada yang mengkonsumsi tablet tambah darah yang diberikan, namun mayoritas dari mereka memilih tidak mengkonsumsi dan membuangnya dengan alasan takut mengkonsumsi obat dan berpendapat bahwa tablet Fe dapat menambah jumlah volume darah

sehingga darah haid yang keluar lebih banyak. Kegiatan ini disambut baik oleh peserta, mereka antusias untuk bertanya terkait materi yang diberikan pada saat sesi diskusi.



Gambar 2. Pemberian Edukasi

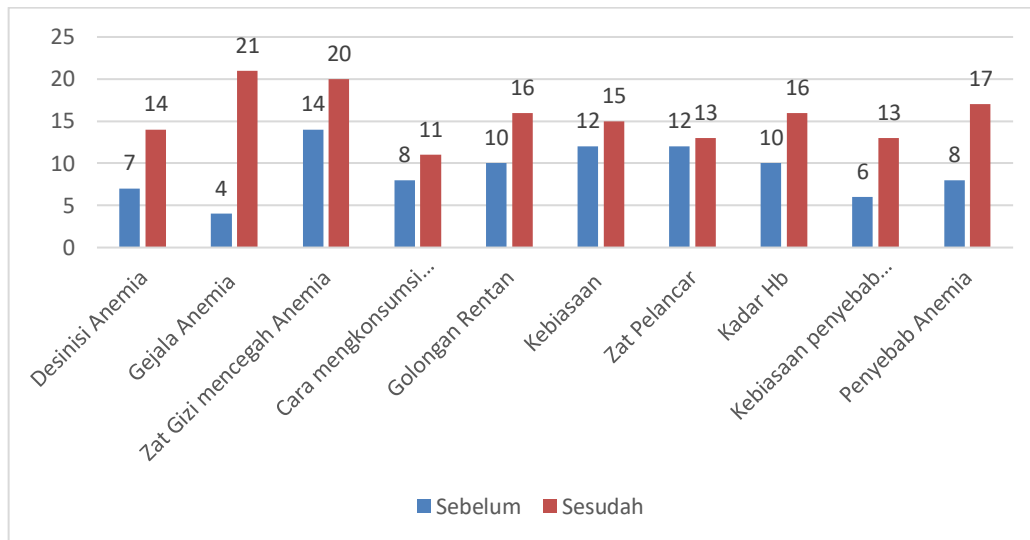
Setelah diberikan edukasi kemudian dilakukan pengukuran status gizi berupa skrining anemia melalui pemeriksaan kadar Hb dan juga pengukuran lingkaran lengan atas siswi seperti yang terlihat pada Gambar 3. Dari hasil pemeriksaan diketahui terdapat 2 orang (5%) siswi yang mengalami anemia dan ada 7 orang yang memiliki lingkaran lengan atas < 23,5 cm (mengalami KEK). Adanya siklus menstruasi menyebabkan remaja putri rentan mengalami anemia. Pola makan yang buruk seperti kebiasaan jajan dan rendahnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi merupakan penyebab tingginya prevalensi anemia pada remaja (Handayani & Sugiarsih, 2021). Selain itu ketidakpatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja berhubungan dengan kejadian anemia (Rahman et al., 2023). Demikian halnya dengan kejadian KEK. Hasil penelitian menunjukkan asupan energi, karbohidrat dan lemak yang kurang berhubungan dengan kejadian KEK pada remaja putri (Munawara et al., 2023).



Gambar 3. Pengukuran Status Gizi

Di akhir kegiatan dilakukan *post test* dengan membagikan kembali kuesioner untuk mengukur efektifitas pemberian edukasi. Hasilnya terlihat pada grafik 1. Dari grafik terlihat bahwa berdasarkan definisi anemia terdapat perubahan dimana pada saat pre test hanya 7 orang siswi yang menjawab benar dan setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 14 orang. Masih ada 7 orang yang masih menjawab salah. Terkait dengan gejala anemia sebelum diberikan edukasi hanya 4 orang peserta yang menjawab benar, namun setelah diberikan edukasi 100% menjawab dengan benar gejala anemia meliputi letih, lemah, lesu dan pusing. Berdasarkan

pertanyaan terkait penyebab anemia, setelah post test peserta mayoritas telah mengetahui bahwa menstruasi merupakan salah satu penyebab terjadinya anemia pada remaja.



Grafik 1. Perubahan Skor Pengetahuan Remaja Putri

Pada remaja perempuan, menstruasi dapat menyebabkan kebutuhan zat besi meningkat sehingga pada usia reproduktif dibutuhkan zat besi untuk mengganti kehilangan yang terjadi saat menstruasi. Kehilangan zat besi saat menstruasi antara 12,5-15 mg per bulan atau 0,4-05 mg zat besi perhari dalam darah menstruasi. Akibatnya remaja rentan untuk mengalami menstruasi (Fathony et al., 2022). Edukasi yang diberikan pada remaja putri mampu meningkatkan pengetahuannya terkait anemia. Dengan pengetahuan yang baik diharapkan dapat meningkatkan kesadaran tentang kesehatan sehingga remaja dapat mengatasi timbulnya anemia dalam rangka mencegah terjadinya stunting (Rasdianah et al., 2023).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang dilakukan berupa edukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait anemia. Selain itu siswi remaja putri juga dapat mengetahui status gizi mereka melalui pengukuran kadar Hb dan lingkaran lengan atas. Diharapkan setelah kegiatan ini mereka dapat memperbaiki pola makan untuk meningkatkan status gizi dan juga mencegah terjadinya anemia. Remaja juga memiliki kepatuhan untuk mengkonsumsi tablet TTD yang telah diberikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Sekolah dan Guru SMKN 7 Kecamatan Suppa Kabupaten Pinrang yang telah memberikan izin dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dan juga kepada siswi-siswi yang telah berpartisipasi dalam kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2024). *Factsheets: Stunting di Indonesia dan Determinannya*. 1–2. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/fact-sheet-survei-kesehatan-indonesia-ski-2023/>
- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal and Child Nutrition*, 14(4), 1–10.

- <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Fathony, Z., Amalia, R., & Lestari, P. P. (2022). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Disertai Cara Benar Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 4(2), 49–53.
- Handayani, I. F., & Sugiarsih, U. (2021). Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Budi Mulia Kabupaten Karawang Tahun 2018. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 2(2), 76–89.
- Haniarti, H., Umar, F., Ananda, S. T., & Anwar, A. D. (2022). Stunting Risk Factor in Toddlers 6-59 Months. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(2), 210–219.
<https://doi.org/https://doi.org/10.36590/jika.v4i2.266>
- Kemenkes, B. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka Data Akurat Kebijakan Akurat. In *Kemenkes RI* (Vol. 01).
- Millward, D. J. (2017). Nutrition, infection and stunting: The roles of deficiencies of individual nutrients and foods, and of inflammation, as determinants of reduced linear growth of children. *Nutrition Research Reviews*, 30(1), 50–72. <https://doi.org/10.1017/S0954422416000238>
- Munawara, M., Umar, F., Anggraeny, R., & Majid, M. (2023). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis Pada Remaja Putri. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(2), 98–108.
- Pakaya, Y., Kadir, S., & Kasim, V. N. A. (2023). Implementasi Kebijakan Intervensi Gizi Sensitif dalam Penanganan Stunting di Kabupaten Gorontalo Implementasi Kebijakan Intervensi. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 15(2), 1–23. <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/1244>
- Rahman, S. W., Usman, U., Umar, F., & Kengky, H. K. (2023). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(2), 109–118.
- Rasdianah, N., Yusuf, M. N. S., & Tandiang, P. A. (2023). Edukasi Anemia bagi Remaja Putri sebagai upaya Pencegahan Dini Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 2(2), 97–102.
- Titaley, C. R., Ariawan, I., Hapsari, D., Muasyaroh, A., & Dibley, M. J. (2019). Determinants of the stunting of children under two years old in Indonesia: A multilevel analysis of the 2013 Indonesia basic health survey. *Nutrients*, 11(5). <https://doi.org/10.3390/nu11051106>
- TPPS, T. (2024). Laporan Semester 1 Tim Percepatan Penurunan Stunting Provinsi Sulawesi Selatan. In *Bappelitbangda Sulsel*.
https://bappelitbangda.sulselprov.go.id/content/new_directory/2024/Laporan_TPPS_Provinsi_Sulawesi_Selatan_Tahun_2024_Laporan_Semester_I_Tahun_2024.pdf
- Umar, F., Sari, R. W., Megawati, Aspiranda, M., J. W., & Rahman, S. W. (2023). Literacy Early Detection of Stunting Risk Factors in Women of Preconceptional Childbearing Age. *J. Abdimas: Community Health*, 4(1), 9–16. <http://journal.gunabangsa.ac.id/index.php/jach/article/view/613>