

MANAJEMEN PREVENTIF STUNTING DENGAN MENCEGAH ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMPN 20 BANJARMASIN

Lucia Andi Chrismilasari^{1*}, Ermeisi Er Unja², Septi Machelia CN³ Aulia Rahman⁴

^{1,2,3,4} Staff Pendidikan Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKES Suaka Insan Banjarmasin

*Email : luciachrismilasari@gmail.com

ABSTRAK

Kasus stunting di Indonesia tahun 2021 masih mencapai 24,4%. Angka ini masih dibawah target WHO yaitu dibawah 20%. Stunting dapat terjadi pada anak dengan ibu yang masa remajanya kurang nutrisi seperti anemia. Banyak faktor penyebab anemia pada remaja putri seperti pola konsumsi makanan tidak sehat, deteksi serta penanganan anemia yang tidak maksimal. Berkaitan permasalahan ini, Tim Pengabdian bersama Puskesmas Pekauman merencanakan kegiatan pengabdian masyarakat kepada salah satu kelompok remaja yaitu remaja putri di SMPN 20 Banjarmasin. Kegiatan pengabdian masyarakat meliputi pemeriksaan kadar Hemoglobin dengan *Hemoglobin Test Strip*, pendidikan kesehatan terkait stunting dan anemia dengan metode ceramah dan tanya jawab, serta pemberian tablet zat besi (Fe). Hasil dari kegiatan ini didapatkan sebanyak 6 orang (6.9%) remaja putri mengalami anemia ringan. Hasil penyuluhan kesehatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada remaja putri SMPN 20 Banjarmasin terkait stunting dan anemia. Hasil *pre test* tergambar 46 orang (53.5%) remaja memiliki pengetahuan yang kurang, 38 orang (44.2%) dengan pengetahuan cukup dan 2 orang (2.3%) dengan pengetahuan baik. Sedangkan hasil *post test* menunjukkan sebanyak 77 orang (89.5%) remaja memiliki pengetahuan baik dan 9 orang (10.5%) dengan pengetahuan cukup. Selain itu juga 86 orang (100%) remaja putri juga mendapatkan obat tablet zat besi yang secara langsung dikonsumsi oleh remaja dibawah pengawasan staff Puskesmas Pekauman. Penyelesaian masalah stunting perlu dilakukan dengan memberikan intervensi secara langsung pada remaja putri dengan melakukan pemeriksaan kadar Hemoglobin secara teratur dan terencana, memberikan pendidikan kesehatan terkait stunting dan anemia, serta pemberian tablet zat besi (Fe).

Kata Kunci: Anemia Zat Besi, Remaja Putri, Stunting

A. PENDAHULUAN

Stunting ini termasuk dalam masalah gizi kronik yang dampak kedepannya akan mempengaruhi masa

depan anak balita stunting tersebut, seperti kesulitan dalam perkembangan fisik dan kognitif yang optimal. *World Health Organization* (WHO) mencatat

tahun 2017 sekitar 150,8 juta balita (22,2%) di dunia mengalami stunting (KEMENKES RI, 2018). Angka stunting di Indonesia mencapai 24,4% ditahun 2021 (Humas Litbangkes, 2021) dan angka ini masih berada dibawah target WHO yaitu dibawah 20% (Teja, 2019).

Hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) proporsi stunting pada balita di Kalimantan Selatan mencapai 31,75% (Khairani, Mursyita, & Darmawan, 2020) dan tahun 2021, menurun menjadi 30,0% tetapi menduduki peringkat 6 tertinggi secara nasional (Litbangkes, 2021).

Salah satu faktor penyebab stunting selain rendahnya asupan makanan bergizi pada 1000 hari kehidupan anak adalah Ibu yang masa remajanya kurang nutrisi (Agustina, 2022). Remaja putri termasuk yang rentan mengalami masalah gizi. Hal ini sangat memungkinkan berlanjut hingga usia dewasa jika tidak diupayakan pencegahan (Mughtar, Effendy, Lestari, & Bahar, 2022). Salah satu masalah gizi yang biasa dialami remaja adalah anemia (Indartanti & Kartini, 2014). Permasalahan status gizi pada remaja putri itu akan berhubungan erat dengan kejadian anemia (Nurjannah & Putri, 2021). Tidak hanya itu, stunting juga

cenderung terjadi akibat dari pernikahan dini (Hanifah, 2022).

Menyikapi hal ini Tim Pengabdian Bersama dengan pihak Puskesmas Pekauman Banjarmasin melakukan diskusi untuk mengidentifikasi permasalahan stunting dan Kesehatan remaja. Hasil diskusi terungkap bahwa angka kejadian anemia zat besi pada kalangan siswa sekolah ternyata cukup tinggi di lingkungan Puskesmas Pekauman dan salah satu Sekolah yang menjadi perhatian adalah SMPN 20 Banjarmasin.

Pengkajian awal di SMPN 20 Banjarmasin dilaksanakan dengan melakukan wawancara dengan Teknik *Focus Group Discussion* (FGD). Setelah dilakukan pengkajian lebih dalam maka Tim Pengabdian menyimpulkan bahwa:

1. Kasus pernikahan dini dikalangan remaja di Kalimantan Selatan sangat tinggi. Begitu pula kasus stunting. Di beberapa penelitian bahkan menemukan bahwa stunting juga banyak terjadi di keluarga dengan usia muda.
2. Beberapa penelitian juga menyebutkan kejadian stunting juga terjadi pada ibu dengan anemia. Banyak faktor penyebab anemia, salah satunya adalah *life*

style seperti kebiasaan dalam mengkonsumsi makanan tidak sehat sejak dini.

Berdasarkan analisis masalah ini lah Tim Pengabdian melakukan Pengabdian Kepada Masyarakat di SMPN 20 Banjarmasin.

B. METODE

Kegiatan Pengabdian masyarakat dilaksanakan pada bulan Mei 2023. Tempat yang digunakan di Aula SMPN 20 Banjarmasin. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan beberapa tahapan yaitu:

1. Melakukan survey ke SMPN 20 Banjarmasin dan berdiskusi dengan guru serta salah satu murid;
2. Mempersiapkan strategi pelaksanaan kegiatan;
3. Melakukan pengukuran Hb;
4. Melakukan penyuluhan Kesehatan kepada remaja putri tentang stunting dan keterkaitannya dengan kejadian anemia dengan kepada 86 Siswi SMPN 20 Banjarmasin. Metode penyuluhan yang digunakan adalah metode ceramah dan tanya jawab
5. Memberikan tablet zat besi pada remaja putri.

Pengukuran hasil kegiatan pengabdian ini adalah dengan melihat

gambaran tingkat pengetahuan sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) diberikan penyuluhan Kesehatan. Pengumpulan data hasil *pre test* dan *post test* menggunakan kuisisioner. Hasil jawaban kuisisioner kemudian dianalisa dengan distribusi frekuensi baik hasil *pre test* dan hasil *post test*. Adapun gambaran hasil ukur tingkat pengetahuan ini yaitu Pengetahuan Baik jika nilainya 76%-100%; pengetahuan cukup 60%-75%; dan pengetahuan kurang jika nilainya <60%.

Selain itu juga, pengukuran hasil kegiatan adalah dengan mengidentifikasi status Anemia pada 86 siswa. Pengukuran dilakukan dengan melakukan *Hemoglobin Test Strip*. Hasil analisa yaitu berdasarkan klasifikasi anemia: Tidak Anemia (11 gr/dl-14.4 gr/dl); Ringan (9 gr/dl-10,9 gr/dl); Sedang (7 gr/dl – 8.9 gr/dl); dan berat (<7 gr/dl).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan inti dari Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat di SMPN 20 Banjarmasin adalah pemeriksaan kadar Hemoglobin, pendidikan kesehatan tentang “stunting dan keterkaitannya dengan kejadian anemia” dan pemberian tabel zat besi (Fe) pada remaja putri.

Pemeriksaan menggunakan *Hemoglobin Test Strip* digunakan dalam pemeriksaan kadar Hemoglobin (Hb) pada ibu hamil untuk mengidentifikasi anemia (Palupi & Anggraini, 2016). Pemeriksaan kadar Hb dengan metode *Hemoglobin Test Strip* dan dengan metode *Cyanmethemoglobin* tidak memiliki perbedaan yang bermakna (Laila, Zainiar, & Fitri, 2021). Hal ini menunjukkan pengukuran kadar Hb dengan menggunakan *Hemoglobin Test Strip* juga efektif dalam mengidentifikasi status anemia. Berdasarkan hasil pemeriksaan Hb dengan *Hemoglobin Test Strip* kepada 86 siswi SMPN 20 Banjarmasin, didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Status Anemia Remaja Putri SMPN 20 Banjarmasin dengan *Hemoglobin Test Strip*

Kategori	N	%
Tidak Anemia (11-14,4 gr/dl)	80	93,1
Anemia Ringan (9-10,9 gr/dl)	6	6,9
Anemia Sedang (7-8,9 gr/dl)	0	0
Anemia Berat (<7 gr/dl)	0	0
TOTAL	86	100

Salah satu penyebab stunting adalah anemia, terutama pada ibu hamil (Rasdianah, Yusuf, & Tandiabang, 2023). Akan tetapi masalah gizi seperti anemia yang terjadi sejak remaja dapat berlanjut

hingga dewasa jika tidak ditangani (Mughtar, Effendy, Lestari, & Bahar, 2022). Maka dari itu, pencegahan stunting dapat dimulai dengan meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri (Rasdianah, Yusuf, & Tandiabang, 2023).

Terkait temuan hal ini, Tim Pengabdian Bersama dengan Puskesmas Pekauman dan Guru di SMPN 20 Banjarmasin melakukan edukasi terkait “stunting dan keterkaitannya dengan kejadian anemia” dengan metode ceramah dan tanya jawab.

Gambar 1. Pengukuran Hemoglobin pada Remaja Putri SMPN 20 Banjarmasin dengan *Hemoglobin Test Strip*



Gambar 2. Edukasi kepada remaja Putri SMPN 20 Banjarmasin terkait Anemia dan Stunting



Hasil dari kegiatan ini didapatkan adanya perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan.

Tabel 1. Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Stunting dan Anemia (*Pre Test*)

<i>Kategori</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
Baik	2	2.3
Cukup	38	44.2
Kurang	46	53.5
TOTAL	86	100

Tabel 2. Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Stunting dan Anemia (*Post Test*)

<i>Kategori</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
Baik	77	89.5
Cukup	9	10.5
Kurang	0	0
TOTAL	86	100

Pendidikan kesehatan merupakan dirancang untuk membantu individu dan komunitas untuk meningkatkan kesehatan melalui peningkatan pengetahuan yang nantinya memengaruhi sikap dan perilaku individu dan komunitas tersebut (Yani, Juniarti, & Lukman, 2019). Target peningkatan pengetahuan yang terjadi pada kelompok sasaran adalah pada tingkatan memahami (*comprehension*) yaitu dimana suatu kemampuan untuk menjelaskan atau menginterpretasikan secara benar tentang obyek yang diketahui dan

dapat diinterpretasi dengan benar (Notoadmodjo, 2017).

Pemahaman yang di inginkan oleh Tim Pengabdian kepada kelompok sasaran adalah seluruh remaja putri memahami bagaimana perannya untuk membantu menciptakan generasi bangsa yang sehat dan cerdas bebas stunting. Pengetahuan ini akan mempengaruhi cara pandang sehingga membentuk tindakan atau sikap seseorang (Notoadmodjo, 2012).

Pengetahuan remaja yang baik tentang pencegahan stunting merupakan dasar dalam melakukan pencegahan stunting sedini mungkin (Winarti & Hartati, 2022). Salah satunya adalah dengan memberikan sosialisasi kepada remaja sekolah (Adhyka, Yurizali, & Aisyiah, 2023). Sosialisasi atau edukasi yang perlu disampaikan kepada remaja putri adalah mengenai anemia dan stunting.

Seperti yang diketahui bahwa remaja yang kurang nutrisi dan mengalami anemia saat remaja juga menjadi salah satu faktor resiko terjadinya stunting (Agustina, 2022). Sehingga deteksi dini anemia pada remaja perlu dilakukan. Tidak hanya itu, pemberian terapi untuk mengatasi anemia juga perlu dilakukan dengan

segera. Agar perilaku remaja dalam mencegah anemia juga perlu dilakukan dengan menambahkan pengetahuan terkait anemia dan dampaknya bagi remaja terutama terkait resiko stunting.

Stunting atau gagal tumbuh adalah suatu kondisi yang menggambarkan status gizi kurang masa pertumbuhan dan perkembangan balita sejak awal masa kehidupan, stunting dilihat sejak balita berumur 2 tahun (Fatimah, Qariati, & Widyarni, 2021), dimana tanda yang terlihat yaitu dimana balita yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya (Netty, Khatimatun, & Widyarni, 2020). Dampak stunting tidak hanya pada segi kesehatan tetapi juga mempengaruhi tingkat kecerdasan anak (Netty, Khatimatun, & Widyarni, 2020). Selain itu juga, dampak buruk akibat stunting antara lain :a)Jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh; b)Dalam jangka panjang akibat buruk yang dapat ditimbulkan adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan resiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes,

kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua (Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal da, 2017).

Pencegahan tentang stunting perlu dilakukan sejak dini seperti dengan melakukan pemeriksaan kadar Hb pada remaja putri, meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri (Rasdianah, Yusuf, & Tandiang, 2023) dan memberikan tablet Zat Besi (Fe) pada remaja putri secara berkala.

Gambar 3. Pemberian Tablet Zat Besi pada Remaja Putri SMPN 20 Banjarmasin



Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kadar Hb pada penderita anemia. Pemberian tablet Fe ini juga dapat dimanfaatkan sebagai upaya preventif, curative dan promotif dalam mengendalikan anemia pada remaja (Yuanti, Damayanti, & Krisdianti, 2020).

D. Kesimpulan

Upaya menanggulangi masalah stunting di Kalimantan Selatan terutama di Kota Banjarmasin dapat dilakukan dengan memberikan intervensi kepada kelompok sasaran yaitu remaja putri. Pemeriksaan kadar hemoglobin secara teratur dan terencana kepada remaja putri, pemberian edukasi terkait anemia dan stunting serta pemberian tablet zat besi (Fe) dapat dijadikan sebagai salah satu cara penyelesaian masalah stunting. Remaja putri perlu mengetahui tentang stunting, penyebab stunting dan cara yang dapat dilakukan untuk mencegah munculnya kejadian stunting kedepannya. Salah satu yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan Pendidikan Kesehatan dengan metode ceramah dan tanya jawab tentang stunting, dampak dari pernikahan dini dan hubungan antara kejadian anaemia dan stunting. Selain itu juga, deteksi kejadian anemia juga perlu dilakukan sebagai dasar untuk memberikan intervensi pemberian obat zat besi. Hal ini dikarenakan, kelompok remaja dengan anemia tanpa penanganan juga menjadi salah satu faktor resiko melahirkan anak dengan kondisi stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhyka, N., Yurizali, B., & Aisyiah, I. (2023). Peningkatan Pengetahuan Remaja akan Stunting dan Pola Konsumsi di SMAN 1 Kab Sijunjung. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 1(1), 32-38. Retrieved from <https://e-journals2.unmul.ac.id/index.php/jpkmm/article/download/557/237>
- Agustina, N. (2022). *Faktor-faktor Penyebab Kejadian Stunting pada Balita*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. Retrieved from https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1529/faktor-faktor-penyebab-kejadian-stunting-pada-balita
- Fatimah, Qariati, N., & Widyarni, A. (2021). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEKAUMAN KOTA BANJARMASIN TAHUN 2020. *ePrints UNISKA*, 1-8.
- Hanifah, N. (2022). Hubungan Pernikahan Usia Dini dengan Angka Kejadian Stunting pada Balita di Kelurahan Mekarsari. *JURNAL GIZI ILMIAH (JGI)*, 33-41. Retrieved from <https://stikesks-kendari-e-journal.id/JGI/article/view/819/374>
- Indartanti, D., & Kartini, A. (2014). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal of Nutrition College*, 33-39. Retrieved from <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc>

- Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal da. (2017). *Buku Saku Desa dalam Penanganan Stunting*. Jakarta: Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi Republik Indonesia.
- Laila, M., Zainiar, & Fitri, A. (2021). Perbandingan Hasil Pemeriksaan Hemoglobin secara Digital terhadap Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Secara Cyanmethemoglobin. *Jurnal Pengelolaan Laboratorium Pendidikan*, 3(2), 63-68. Retrieved from <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/jplp>
- Muchtar, F., Effendy, D., Lestari, H., & Bahar, H. (2022). Pengukuran Status Gizi Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe. *ABdi Masyarakat*, 4(1), 43-48. Retrieved from <http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/PB/issue/archive>
- Netty, Khatimatun, H., & Widyarni, A. (2020). Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting di Pinggiran Sungai Wilayah Kerja Puskesmas Alalak Selatan, Kota Banjarmasin. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, Vol. XI, No. 1., 7-13.
- Nurjannah, S., & Putri, E. (2021). Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Garawangi Kabupaten Kuningan. *Journal of Midwifery Care*, 01(01), 125-131.
- doi:<https://doi.org/1034305/jmc.v1i02.266>
- Palupi, F., & Anggraini, Y. (2016). Pemeriksaan Hemoglobin Test Strip Guna Mengidentifikasi Anemia Pada Ibu Hamil di Klinik Mitra Husada Karanganyar. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 1(1), 1-7. Retrieved from ejournal.stikessmhk.ac.id
- Rasdianah, N., Yusuf, M., & Tandiang, P. (2023). Edukasi Anemia bagi Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Dini Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 2(2), 97-102. Retrieved from <https://ejournal.ung.ac.id/index.php/jpmf>
- Winarti, R., & Hartati, S. (2022). PENGETAHUAN MAHASISWA AKPER HERMINA MANGGALA HUSADA TENTANG PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik (JIKA)*, 5(1), 31-38. Retrieved from <https://akper-manggala-ejournal.id/JIKA/article/download/85/74/341>
- Yani, D. I., Juniarti, N., & Lukman, M. (2019). Pendidikan Kesehatan Tuberkulosis untuk Kader Kesehatan. *Media Karya Kesehatan*, 2(1), 97-107. Retrieved from <https://jurnal.unpad.ac.id/mkk/article/view/22038/10566>
- Yuanti, Y., Damayanti, Y., & Krisdianti, M. (2020). Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Kebidanan*, IX(2), 1-10.