



UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN REMAJA PUTRI DALAM PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PENGGUNAAN BUKU PEMANTAUAN KESEHATAN REMAJA PUTRI (BUTARISAMIA) DI SMP YPI AL HUDA KOTA TASIKMALAYA

Yulia Herliani¹, Santi Yuliasuti¹, Ai Lela Nurul MK¹

¹ Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, Indonesia

*e-mail: yulia.herliani@dosen.poltekkestasikmalaya.ac.id¹

ABSTRACT

Stunting (dwarfism) is condition where toddler own long or underweight If compared to with age. Stunting is related with increasing risk the occurrence pain, death, power stand low body, lack of intelligence, low productivity and development brain that is not maximum.. The stunting incident began from pre-conception when a pregnant mother at the age of teenager with condition nutrition that has not been unbalanced and experiencing anemia. Therefore it's Health Education about nutrition and anemia are necessary given since adolescence for prevent the occurrence of stunting. One of the educational media that can easy understood by teenagers daughter is a booklet or book Butarisamia (book of monitoring health teenager daughter free of anemia). The purpose of this devotion public is for increase knowledge and levels of HB in adolescents daughter as effort stunting prevention through the Butarisamia booklet. The method used is socialization and education health to teenager the princess who did as many as 2 times. Sample totaling 40 teenagers daughter Teenager given additional tablets blood and monitored every the day through whatsapp group. Place activity conducted at SMP YPI Al Huda Kelurahan Linggajaya, Tasikmalaya City. The results data study obtained, almost all teenager didn't know yet about nutrition balanced and anemia, but after given education through the Butarisamia Booklet happen improvement knowledge teenagers. All teenager show high enthusiasm to activity this and hope activity education nutrition and anemia can implemented in a way sustainable For increase prevent the occurrence of stunting.

Keywords: Anemia, Butarisamia, stunting

ABSTRAK

Stunting (kerdil) adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Stunting berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya kesakitan, kematian, daya tahan tubuh yang rendah, kurangnya kecerdasan, produktivitas yang rendah dan perkembangan otak yang tidak maksimal. Kejadian stunting berawal dari pra konsepsi ketika seorang ibu yang hamil diusia remaja dengan kondisi gizi yang belum seimbang dan mengalami anemia. Oleh karena itu Pendidikan Kesehatan tentang gizi dan anemia perlu diberikan sejak masa remaja untuk mencegah terjadinya stunting. Salah satu media edukasi yang dapat mudah dipahami oleh remaja putri adalah booklet atau buku Butarisamia (buku pemantauan kesehatan remaja putri bebas anemia). Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan dan kadar HB remaja putri sebagai upaya pencegahan stunting melalui booklet Butarisamia. Metode yang digunakan adalah sosialisasi dan

pendidikan kesehatan kepada remaja putri yang dilakukan sebanyak 2 kali. Sampel berjumlah 40 remaja putri Remaja diberikan tablet tambah darah dan dipantau setiap harinya melalui grup whatsapp. Tempat kegiatan dilakukan di SMP YPI Al Huda Kelurahan Linggajaya Kota Tasikmalaya. Data hasil penelitian diperoleh, hampir semua remaja belum mengetahui akan gizi seimbang dan anemia, namun setelah diberikan edukasi melalui Booklet Butarisamia terjadi peningkatan pengetahuan remaja. Semua remaja menunjukkan antusias yang tinggi terhadap kegiatan ini dan berharap kegiatan edukasi gizi dan anemia ini dapat terlaksana secara berkelanjutan untuk meningkatkan mencegah terjadinya stunting.

Kata kunci: Anemia, Butarisamia, stunting

PENDAHULUAN

Prevalensi balita kerdil (stunting) di seluruh dunia pada tahun 2020 sebesar (22%) atau sebanyak (149,2) juta.(1) Berdasarkan hasil kajian status gizi Indonesia, prevalensi balita yang mengalami stunting di Indonesia sebesar (24,4%) pada tahun 2021, sedangkan Kota Tasikmalaya sendiri kasus stunting tertinggi ke-5 di Jawa Barat. (Kemenkes, Stunting, 2022) Menurut Dinkes pada tahun 2023 Angka stunting di Kecamatan Mangkubumi sebesar (24.04%) dengan angka tertinggi terdapat di Kelurahan Linggajaya (9.32%) (Kemenkes, 2023)

Stunting (kerdil) adalah kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Kondisi ini diukur dengan panjang atau tinggi badan yang lebih dari minus dua standar deviasi median standar pertumbuhan anak dari WHO (Kementrian, 2020) (Kemenkes RI, 2018). Stunting berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya kesakitan, kematian, daya tahan tubuh yang rendah, kurangnya kecerdasan, produktivitas yang rendah dan perkembangan otak suboptimal yang tidak maksimal sehingga perkembangan motorik dan pertumbuhan mental pada anak balita mengalami keterlambatan (FKUI, 2023)

Stunting juga berhubungan erat dengan pernikahan dini, kehamilan dan persalinan pada usia remaja. Kondisi kesehatan dan gizi ibu sebelum dan saat kehamilan serta setelah persalinan mempengaruhi pertumbuhan janin dan risiko terjadinya stunting. (Kementrian, 2020) (Rasdianah N, 2023) Faktor lainnya pada ibu yang mempengaruhi kejadian stunting adalah postur tubuh ibu (pendek), jarak kehamilan yang terlalu dekat, ibu yang masih remaja, serta asupan nutrisi yang kurang pada saat kehamilan. Kejadian kehamilan dan persalinan pada usia remaja merupakan keadaan yang berisiko. Usia kehamilan ibu yang terlalu muda (di bawah 20 tahun) berisiko melahirkan bayi dengan berat (Pramana et al, 2024). (Pramana C, 2024)

Stunting berawal dari pra konsepsi ketika seorang ibu yang hamil diusia remaja dengan kondisi gizi yang belum seimbang dan mengalami anemia. (KIA, 2022) Kondisi ini disertai dengan ibu hamil yang umumnya pendek (<150 cm) berdampak pada bayi yang dilahirkan mengalami kurang gizi, dengan berat badan lahir rendah < 2.500 gram dan juga panjang badan kurang dari 48 cm. (Kemenkes K. , 2018)

Remaja merupakan kelompok potensial yang bisa dilibatkan dalam program pencegahan stunting. (Hidayat AF, 2024) Remaja diharapkan paham akan pentingnya perencanaan keluarga. Hal-hal yang perlu direncanakan sebelum masuk jenjang pernikahan, antara lain, ideal usia, matang secara mental, kesiapan secara ekonomi serta sehat secara fisik (Tonasih T, 2019)

Remaja putri yang menderita anemia berisiko menjadi wanita usia subur yang anemia selanjutnya menjadi ibu hamil anemia, bahkan juga mengalami kurang energi protein. (Emut Haolatul Mutmainnah, 2018) Ini meningkatkan kemungkinan melahirkan bayi berat badan lahir

rendah (BBLR) dan stunting, komplikasi saat melahirkan serta beberapa risiko terkait kehamilan lainnya. (Sidorejo, 2022) (Hospital, 2024)

Menurut WHO upaya pencegahan pada stunting dapat dimulai sejak remaja. Remaja putri dapat mulai diberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi saat remaja. Pemenuhan nutrisi saat remaja dapat mencegah terjadinya gizi yang kurang saat masa kehamilan. Nutrisi yang adekuat saat kehamilan dapat mencegah terjadinya pertumbuhan yang terhambat pada janin yang dikandung. Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk mencegah dan menanggulangi anemia gizi besi pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS) dengan memprioritaskan pemberian TTD melalui institusi sekolah. (Dinkes, 2023)

Pemberian Tablet tambah darah bertujuan untuk meningkatkan status gizi remaja putri, sehingga dapat memutus mata rantai terjadinya stunting dan meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh sebagai bekal dalam mempersiapkan generasi yang sehat, berkualitas dan produktif (Hadiyani W, 2019) (YDB, 2020) Harapannya dengan pemberian edukasi dan Tablet Tambah Darah dapat meningkatkan status kesehatan pada remaja. (Shoaliha M, 2024)

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengetahui Pengaruh pemberdayaan remaja melalui edukasi dan pemberian Tablet Tambah Darah terhadap status kesehatan remaja dalam upaya pencegahan stunting di SMP YPI Kota Tasikmalaya

METODE

Metode pelaksanaan program kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penyelenggaraan pemberian pendidikan kesehatan/ edukasi remaja putri tentang perawatan kesehatan pada remaja putri melalui penggunaan buku pemantauan kesehatan remaja bebas anemia (BUTARISAMIA). Responden penelitian ini terdiri dari 40 remaja putri dengan pengambilan sampel menggunakan purposive sampling.

Kegiatan upaya pencegahan stunting dilakukan dengan pemberian tablet tambah darah di SMP YPI AL Huda Kelurahan Linggajaya Kecamatan Mangkubumi Kota Tasikmalaya. Pelaksanaan program kegiatan ini melalui tahap persiapan kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan kegiatan, evaluasi kegiatan, dan pembuatan laporan.

Penyelenggaraan kelas pendidikan kesehatan diselenggarakan secara partisipatif artinya para remaja putri diposisikan hanya menerima informasi karena posisi pasif cenderung tidak efektif dalam merubah perilaku. Oleh karena itu pendidikan kesehatan ini dirancang dengan metode belajar partisipatoris, dimana remaja putri tidak dipandang sebagai murid melainkan sebagai warga belajar. Dalam prakteknya para remaja putri akan didorong untuk belajar dari pengalaman sesama remaja putri

Pelaksanaan kegiatan meliputi:

1. Peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia, pedoman gizi seimbang dan suplementasi tablet FE dengan booklet anemia (BUTARISAMIA)
2. Pemeriksaan Kadar HB pada remaja putri (BUTARISAMIA).
3. Pemantauan remaja putri dalam mengkonsumsi Tablet Tambah Darah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat telah mampu memberikan perubahan akan pengetahuan remaja putri. Adapun hasil yang dicapai dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Adanya partisipasi pihak sekolah, guru, dan Bidan.
2. Adanya Partisipasi Aktif dari masyarakat/remaja putri

Dalam kegiatan pengabdian ini masyarakat/ remaja putri aktif dalam mengikuti kegiatan dari awal dilaksanakan sampai proses selesai. Peserta pengabdian masyarakat aktif dalam diskusi pada saat kegiatan pemberian pendidikan kesehatan. Kegiatan ini selain memberikan penambahan pengetahuan dan wawasan juga memperbaiki pola pikir remaja putri tentang pentingnya mempersiapkan diri pada masa reproduksi, termasuk dalam perawatan kesehatan diri dalam pencegahan stunting dengan menggunakan buku booklet BUTARISAMIA .

Peserta terlihat sangat antusias, menyimak dan melaksanakan dengan baik setiap dari mulai pengisian kuisioner, edukasi/Pendidikan kesehatan tentang perawatan kesehatan diri termasuk dalam sebagai salah satu langkah awal pencegahan stunting yang diberikan oleh narasumber yang berasal dari TIM Pengabmas Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya dan Bidan Puskesmas yang sudah terlatih, selanjutnya ada pemeriksaan HB pada remaja puteri

3. Terdapat peningkatan pengetahuan tentang anemia, pedoman gizi seimbang dan suplementasi tablet FE

Remaja putri yang menderita anemia berisiko menjadi wanita usia subur yang anemia selanjutnya menjadi ibu hamil anemia, bahkan juga mengalami kurang energi protein. Ini meningkatkan kemungkinan melahirkan bayi berat badan lahir rendah (BBLR) dan stunting, komplikasi saat melahirkan serta beberapa risiko terkait kehamilan lainnya.

Menurut WHO upaya pencegahan pada stunting dapat dimulai sejak remaja. Remaja putri dapat mulai diberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi saat remaja. Pemenuhan nutrisi saat remaja dapat mencegah terjadinya gizi yang kurang saat masa kehamilan. Nutrisi yang adekuat saat kehamilan dapat mencegah terjadinya pertumbuhan yang terhambat pada janin yang dikandung. (Dinkes, 2023) Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk mencegah dan menanggulangi anemia gizi besi pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS) dengan memprioritaskan pemberian TTD melalui institusi sekolah (Kementrian, 2020) Pemberian Tablet tambah darah bertujuan untuk meningkatkan status gizi remaja putri, sehingga dapat memutus mata rantai terjadinya stunting dan meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh sebagai bekal dalam mempersiapkan generasi yang sehat, berkualitas dan produktif. (Hadiyani W, 2019) Harapanya dengan pemberian edukasi dan Tablet Tambah Darah dapat meningkatkan status kesehatan pada remaja.

Dibawah ini merupakan gambaran pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan pendidikan Kesehatan/ edukasi menggunakan booklet BUTARISAMIA:

Tabel 1.Tingkat pengetahuan remaja puteri di SMP YPI Al Huda Kota Tasikmalaya (Pre-test) Tahun 2024

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase(%)
1	Baik	0	0%
2	Cukup	28	71,8
3	Kurang	12	28,2
4	Total	40	100

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari pengetahuan remaja putri menunjukkan remaja putri dengan pengetahuan kategori cukup sebanyak 28 orang (71,8%), dan pengetahuan kategori kurang sebanyak 12 orang (28,2%).

Adapun hasil pemeriksaan HB remaja, mayoritas remaja memiliki kadar HB kurang. Hasil pemeriksaan dapat dilihat ditabel 2.

Tabel 2. Kadar HB Remaja puteri di SMP YPI Al Huda Kota Tasikmalaya Tahun 2024

No	Kadar HB gr/dl	Frekuensi	Prosentase(%)
1	Tidak Anemia	3	7,5
2	Ringan	21	52,5
3	Sedang	15	37,5
4	Berat	1	2,5
5	Total	40	100

Berdasarkan tabel 2 diatas, hasil pemeriksaan HB remaja putri menunjukkan, remaja dengan kategori anemia berat sebanyak 1 orang (2,5%), remaja dengan ketegori anemia sedang sebanyak 15 orang (37,5%), dan remaja dengan kategori anemia ringan sebanyak 21 orang (52,5%), dengan jumlah remaja tidak anemia sebanyak 3 orang (7,5%). Pemeriksaan HB ini untuk melihat status anemia remaja putri sebagai penentu intervensi yang akan diberikan.

Kegiatan selanjutnya dilakukan penilaian post-test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi melalui buku pemantauan BUTARISAMIA. Remaja putri mayoritas mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan. Hasil post-test dapat dilihat di tabel 3.

Tabel 3. Tingkat pengetahuan remaja puteri di SMP YPI Al Huda Kota Tasikmalaya (Post-test) Tahun 2024

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase(%)
1	Baik	30	75%
2	Cukup	10	25%
3	Kurang	-	71,8
4	Total	40	100

Berdasarkan tabel 3, hasil penilaian pengetahuan post-test remaja putri menunjukkan peningkatan dengan remaja pengetahuan kategori baik sebanyak 30 orang (75%), remaja pengetahuan kategri cukup sebanyak 10 orang (25%).

SIMPULAN

1. Hampir semua remaja belum mengetahui mengenai gizi seimbang dan anemia untuk mencegah terjadinya stunting dengan persentas pengetahuan remaja dengankategori cukup sebanyak 28 orang (71,8%) dan remaja dengan pengetahuan kurang sebanyak 13 orang (28,2%).
2. Hasil pemeriksaan anemia remaja didapat mayoritas remaja putri anemia ringan sebanyak 21 orang (52,5%), remaja dengan ketegori anemia sedang sebanyak 15 orang (37,5%), dan remaja dengan kategori anemia berat 1 orang (2,5%), dengan jumlah remaja tidak anemia sebanyak 3 orang (7,5%).
3. Pengetahuan remaja setelah edukasi melalui buku pemantauan BUTARISAMIA mengalami peningkatan yang signifikan dengan remaja pengetahuan kategori baik sebanyak 30 orang (75%), remaja pengetahuan kategri cukup sebanyak 10 orang (25%).
4. Remaja sangat antusias akan kegiatan ini dan berharap kegiatan ini akan terus berlanjut sebagai upaya pencegahan stunting sejak dini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih banyak kepada kepala sekolah, guru dan remaja putri SMP YPI Kota Tasikmalaya, juga Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah membantu jalannya penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes. (2022). Stunting. Kementrian Kesehatan.
- Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka. Kementrian Kesehatan RI.
- Dinkes. (2023). *Anemia pada Remaja: Menjaga Kesehatan Generasi Muda*. Retrieved from <https://dinkes.jogjapro.go.id/berita/detail/anemia-pada-remaja-menjaga-kesehatan-generasi-muda>
- Emut Haolatul Mutmainnah, S. S. (2018). Pengaruh Pemberian Tablet Fe terhadap Perubahan Kadar Hb pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Miftahul Khoer Tasikmalaya Tahun 2018 .
- FKUI. (2023). *Waspada Anemia, Salah Satu Risiko Penyebab Stunting*. Retrieved from <https://fk.ui.ac.id/infosehat/waspada-anemia-salah-satu-risiko-penyebab-stunting/>
- Hadiyani W, Y. V. (2019). Pengaruh Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kadar Haemoglobin Ibu Hamil. *J Ilm Keperawatan (Scientific J Nursing)*, 5(1), 7-13.
- Hidayat AF, M. M. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di MAN 2 Tasikmalaya. *Jurnal Heal Res Sci*, 4(1), 1-9.
- Hospital, T. M. (2024). *Mengenai Kadar Normal Hemoglobin dan Fungsinya dalam Tubuh* . Siloam Hospital 2024. Retrieved from <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/kadar-hemoglobin-normal>
- Kemenkes. (2022). In *Prevalensi Stunting*. Kementrian Kesehatan RI. Retrieved from <https://djpb.kemkeu.go.id/kppn/lubuksikaping/id/data-publikasi/artikel/3012-stunting,-apa,-penyebab-dan-upaya-penanganannya.html>
- Kemenkes, K. (2018). *Riskendas* (Vol. 44). Lap Nas Riskesndas 2018. Retrieved from [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK_No_57_Tahun_2013_tentang_PTRM.pdf)
- Kementrian, K. (2020). *Mengenai Lebih Jauh tentang Stunting*. Retrieved from https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2657/mengenai-lebih-jauh-tentang-stunting
- KIA. (2022). *Monitoring Aksi Gizi dan Persiapan Skrining Anemia pada Remaja Putri*.
- Pramana C, M. Y. (2024). Penyuluhan Pemberian Tablet Fe pada Remaja di SMK Kesehatan Lhokseumawe. *NGABDI Sci J Community Serv*, 2(1), 41-50. Retrieved from <https://journal.csspublishing/index.php/ngabdi>
- Rasdianah N, Y. M. (2023). Edukasi Anemia bagi Remaja Putri sebagai upaya Pencegahan Dini Stunting. *J Pengabdian Masy Farm Pharmacare Soc.*, 2(2), 97-102.
- Shoaliha M, Y. S. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Penggunaan Tablet Fe Pada Wanita Dalam Pencegahan Stunting Di Rw 012 Desa Sukamekar. *JIFI (Jurnal Ilm Farm Imelda)*, 7(2), 78-85.
- Sidorejo. (2022). *Anemia pada remaja*. Retrieved from <https://puskesmas-sidorejolor.salatiga.go.id/anemia-pada-remaja/>
- Tonasih T, R. S. (2019). Efektifitas Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Terhadap Peningkatan Hemoglobin (Hb) Di STIKes Muhammadiyah Cirebon. *Jurnal SMART Kebidanan*, 6(2), 106.
- YDB, D. (2020). Pengaruh Pemberian Tablet Besi dan Asupan Makanan Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri di SMAN 1 Kupang. *Kupang Jurnal Food Nutr*, 1(2), 7-10. Retrieved from <http://jurnal.poltekkeskupang.ac.id/index.php/KJFNR/article/view/421>