

EDUKASI TENTANG ANEMIA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Sabran¹, Dian Kartika Sari², Iwan Abdi Suandana³, Malinda Capri Nurul Satya⁴

¹)Program Studi Manajemen Informatika Kesehatan, Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Jember

^{2,3,4})Program Studi Promosi Kesehatan, Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Jember

email: sabran@polije.ac.id

Abstrak

Permasalahan stunting masih menjadi fokus utama di Indonesia. Salah satu faktor penyebab terjadinya stunting adalah anemia. Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah lebih rendah dari jumlah normal. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 prevalensi anemia pada anak perempuan yang berusia remaja sebesar 32% yang artinya jika ada 10 remaja akan ada 3-4 yang beresiko menderita anemia. Timbulnya masalah gizi pada anak usia di bawah dua tahun erat kaitannya dengan persiapan kesehatan dan gizi seorang perempuan untuk menjadi calon ibu, termasuk remaja putri. Remaja putri dengan anemia beresiko menjadi wanita usia subur dengan anemia. Wanita Usia Subur (WUS) yang anemia beresiko mengalami gangguan komplikasi saat kehamilan berupa gangguan pertumbuhan janin, fetal distress serta dapat meningkatkan resiko terjadinya stunting pada anak yang dilahirkan kelak. Oleh karena itu, pemberian edukasi mengenai anemia dan dampaknya terhadap kesehatan diperlukan untuk mencegah terjadinya anemia serta membantu mengurangi angka kejadian stunting lebih dini. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat yaitu perencanaan dan pelaksanaan kegiatan yang terdiri dari pengenalan, penyuluhan dengan memberikan edukasi, pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dan penilaian dengan memberikan kuesioner *pretest* dan *posttest*. Hasil yang didapatkan dari kegiatan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan dan sikap pada remaja dan WUS.

Kata kunci: Edukasi, Anemia, Stunting, Remaja Putri, WUS

Abstract

The problem of stunting become the main topic in Indonesia. One of the causes of stunting is anemia. Anemia is a condition in which the red blood cells are lower than normal. Based on 2018 Riskesdas data, the prevalence of anemia in teenage girls is 32%, which means that if there are 10 teenagers there will be 3-4 who are at risk of suffering from anemia. The emergence of nutritional problems in children under two years of age is closely related to the health and nutritional preparation of a woman to become a prospective mother, including young women. Adolescent girls with anemia are at risk of becoming women of childbearing age (WUS) with anemia. WUS who are anemic are at risk of experiencing complications during pregnancy in the form of impaired fetal growth, fetal distress, and increased risk of stunting in children born in the future. Therefore, providing education about anemia and its impact on health is necessary to prevent anemia and help reduce the incidence of stunting earlier. The method used in community service is planning and implementing activities consisting of introductions, counseling by providing education, administering Blood Additive Tablets (TTD), and assessment by administering pretest and posttest questionnaires. The results obtained from this activity are an increase in knowledge and attitudes in adolescents and WUS

Keywords: Education, Anemia, Stunting, Adolescent Girls, WUS

PENDAHULUAN

Permasalahan stunting masih menjadi fokus utama di Indonesia. Pada tahun 2022, angka stunting di Indonesia mencapai 21.6%. Provinsi Jawa Timur menempati urutan ke-25 dengan prevalensi stunting sebesar 19.2%. Kabupaten Lumajang merupakan salah satu kabupaten di Jawa Timur yang memiliki angka stunting dengan prevalensi sebesar 23.8% (Kemenkes, 2023). Salah satu faktor penyebab terjadinya stunting adalah anemia (Rasdianah et al., 2023).

Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah lebih rendah dari jumlah normal atau penyakit kurang darah yang salah satunya disebabkan oleh kurangnya konsumsi zat besi (Nurbaya et al., 2019). Sebagian masyarakat Indonesia masih dihadapkan pada masalah gizi salah satunya anemia yang masih menjadi tantangan besar. Timbulnya masalah gizi pada anak usia di bawah

dua tahun erat kaitannya dengan persiapan kesehatan dan gizi seorang perempuan untuk menjadi calon ibu, termasuk remaja putri.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 prevalensi anemia pada anak perempuan yang berusia remaja sebesar 32% yang artinya jika ada 10 remaja akan ada 3-4 yang beresiko menderita anemia (Kemenkes, 2018b). Keadaan anemia pada remaja putri akan mempengaruhi status kesehatan pada saat menjadi Wanita Usia Subur (WUS). Remaja putri dengan anemia beresiko menjadi wanita usia subur dengan anemia. WUS yang anemia beresiko mengalami gangguan komplikasi saat kehamilan. Komplikasi kehamilan berupa gangguan pertumbuhan janin dan fetal distress. Keadaan anemia juga beresiko menyebabkan gangguan persalinan, beresiko melahirkan bayi prematur, BBLR (bayi dengan berat badan lahir rendah) serta meningkatkan risiko kematian maternal dan perinatal (3).

Remaja dan Wanita Usia Subur (WUS) lebih rentan terkena anemia. Hal ini dikarenakan remaja dan WUS seringkali melakukan diet untuk penurunan berat badan yang salah, diantaranya mengurangi asupan protein hewani yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin darah. Faktor lainnya dikarenakan remaja dan WUS mengalami menstruasi setiap bulannya yang mengakibatkan terjadinya penurunan kebutuhan zat besi dalam dirinya (Kemenkes, 2018a).

Pemerintah mengadakan Program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri sejak tahun 2014 dan hal ini menjadi salah satu intervensi untuk menurunkan angka stunting (Kemenkes, 2020). Salah satu intervensinya yaitu dengan cara memfokuskan pada kelompok prioritas dan penting untuk mendukung keberhasilan program ini. Sasaran prioritas dikategorikan dalam kelompok ibu hamil, ibu menyusui, dan anak usia 0-23 bulan. Sasaran penting dikategorikan dalam kelompok anak usia 24-59 bulan, remaja putri, dan wanita usia subur (WUS). Sesuai dengan program di atas, pemberian TTD merupakan pemberian gizi spesifik yang dilakukan sebagai upaya prioritas bagi remaja putri dan WUS (Setwapres, 2021).

Desa Yosowilangun Kidul merupakan salah satu desa di Kecamatan Yosowilangun, Kabupaten Lumajang, Jawa Timur. Desa ini terletak di dataran rendah dengan ketinggian kurang dari 100 meter dari permukaan laut dan memiliki luas wilayah 958 Ha. Berdasarkan analisis situasi dan wawancara langsung dengan pemerintah setempat dan masyarakat masalah yang teridentifikasi adalah kurangnya pengetahuan remaja putri dan Wanita Usia Subur (WUS) terkait Anemia dan dampaknya terhadap kesehatan, kurangnya media komunikasi informasi dan edukasi (KIE) terkait Anemia bagi remaja putri sebagai calon ibu, dan kurangnya motivasi untuk mengubah pola makan dan gaya hidup yang bergizi untuk mencegah Anemia. Situasi masalah ini dapat berdampak pada kesehatan remaja putri dan WUS, seperti kelelahan, penurunan daya tahan tubuh, sulit berkonsentrasi, mudah mengantuk, serta dapat meningkatkan resiko terjadinya stunting pada anak yang dilahirkan kelak.

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dalam beberapa rangkaian sebagai berikut:

1. Perencanaan kegiatan

Perencanaan kegiatan dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan pengabdian, yang meliputi: persiapan koordinasi pelaksanaan kegiatan dengan mitra dan persiapan instrumen kegiatan.

2. Pelaksanaan kegiatan

Pelaksanaan kegiatan terdiri dari pengenalan, penyuluhan berupa penyampaian materi tentang anemia dan dampaknya terhadap kesehatan, pemberian sample Tablet Tambah Darah (TTD), dan penilaian berupa pengisian kuesioner *pretest* dan *posttest*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 29 Juli 2023 di Balai Desa Yosowilangun Kidul, Kabupaten Lumajang. Peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 27 remaja putri dan WUS. Tahapan pertama dalam kegiatan ini adalah pengenalan. Hal ini bertujuan untuk memudahkan interaksi antara pemateri dengan peserta.

Tahapan kedua adalah penyampaian materi edukasi. Sebelum memasuki penyampaian materi, setiap peserta diberikan kuesioner *pretest* yang berisikan beberapa pertanyaan mengenai anemia dan dampaknya terhadap kesehatan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap awal pada peserta mengenai anemia.



Gambar 1. Pengisian Kuesioner *Pretest*

Selanjutnya merupakan kegiatan penyampaian edukasi yang dilakukan dengan memberikan penyuluhan materi tentang anemia dan dampaknya terhadap kesehatannya. Peserta mendapatkan media edukasi berupa poster yang bertujuan untuk memudahkan peserta menerima edukasi melalui media cetak visual yang menarik.



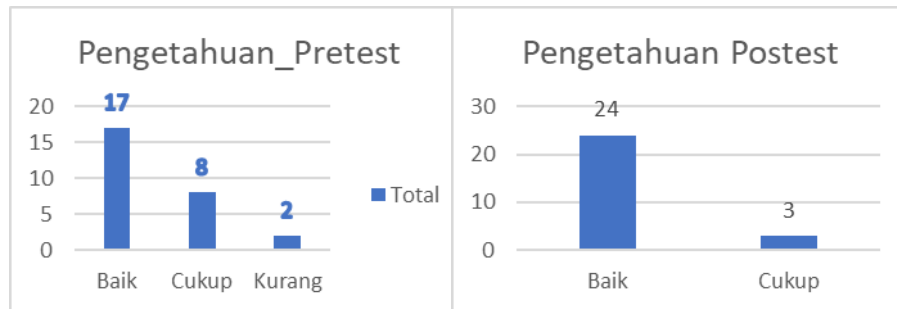
Gambar 2. Penyampaian Materi Edukasi tentang Anemia dan Dampaknya Terhadap Kesehatan serta Poster untuk Peserta

Tahapan selanjutnya adalah pembagian tablet tambah darah (TTD) dimana setiap peserta mendapatkan 1 tablet. Kemudian, peserta dipersilahkan kembali untuk mengisi kuesioner posttest untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap setelah penyampaian materi serta dilanjutkan sesi tanya jawab.



Gambar 3. Pembagian Tablet Tambah Darah (TTD)

Pengolahan data dilakukan untuk mengetahui karakteristik hasil pengabdian kepada masyarakat.

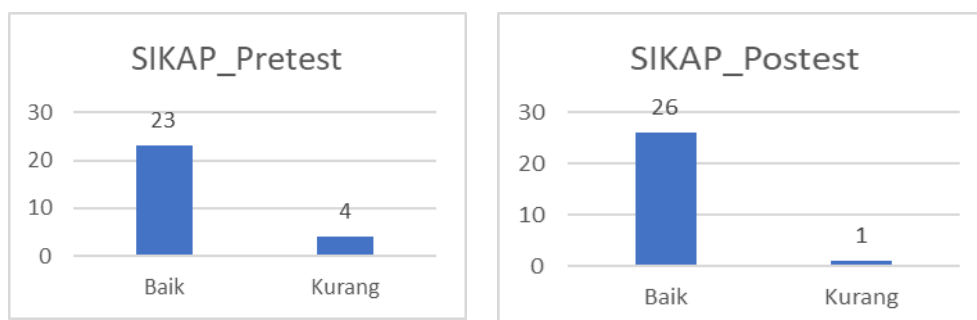


Gambar 4. Diagram *Pretest* dan *Posttest* Variabel Pengetahuan

Hasil pretest pada variabel pengetahuan menunjukkan dari 27 peserta terdapat 17 orang yang memiliki pengetahuan baik, 8 orang memiliki pengetahuan cukup, dan hanya 2 orang yang memiliki pengetahuan kurang terkait anemia. Hasil posttest menunjukkan terdapat kenaikan tingkat pengetahuan dimana peserta yang memiliki pengetahuan baik meningkat menjadi 24 orang dan yang memiliki pengetahuan cukup hanya 3 orang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada peserta sebelum dan sesudah dilakukan penyampaian materi edukasi.

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui oleh manusia berdasarkan dari pengalaman. Semakin lama intensitas pengalaman yang terjadi pada seseorang, maka pengetahuan yang didapatkan juga semakin bertambah (Oktariani et al., 2023).

Pemberian edukasi pada remaja dan WUS sangat penting untuk meningkatkan persepsi positif dan motivasi dalam upaya pencegahan preventif terjadinya anemia yang berkaitan dengan kejadian stunting. Pengetahuan pada remaja dan WUS yang dilakukan secara berkesinambungan diharapkan mampu meningkatkan perilaku sehat yang bertujuan untuk memelihara kesehatan dalam dirinya (Pramesti et al., 2022).



Gambar 5. Diagram *Pretest* dan *Posttest* Variabel Sikap

Hasil pretest pada variabel pengetahuan menunjukkan dari 27 peserta terdapat 17 orang yang memiliki pengetahuan baik, 8 orang memiliki pengetahuan cukup, dan hanya 2 orang yang memiliki pengetahuan kurang terkait anemia. Hasil posttest menunjukkan terdapat kenaikan tingkat pengetahuan dimana peserta yang memiliki pengetahuan baik meningkat menjadi 24 orang dan yang memiliki pengetahuan cukup hanya 3 orang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada peserta sebelum dan sesudah dilakukan penyampaian materi edukasi.

Sikap yang baik dapat menciptakan rasa kepedulian yang positif untuk mencegah terjadinya anemia (Situmeang et al., 2022). Sikap merupakan faktor predisposisi seseorang untuk memilih atau tidak dalam melakukan perilaku tertentu. Beberapa faktor yang mempengaruhi sikap seseorang adalah dikarenakan adanya pengaruh dari orang lain, informasi dari berbagai media, kebudayaan, dan faktor emosional (Nuzrina et al., 2021).

Hasil pengabdian terdiri dari hasil secara kuantitatif maupun kualitatif dari kegiatan yang dilaksanakan. Jika ada tabel/bagan/gambar berisi paparan hasil yang sudah bermakna dan mudah dipahami maknanya secara cepat. Tabel/bagan/gambar tidak berisi data mentah yang masih dapat atau harus diolah.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat berjalan dengan baik. Para peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan. Hal ini dibuktikan dengan aktifnya kegiatan diskusi serta terjadinya peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri dan Wanita Usia Subur (WUS) terhadap anemia sebagai upaya pencegahan stunting meningkat setelah diberikan edukasi. Hasil nilai posttest peserta lebih baik daripada nilai pretest.

SARAN

Diharapkan untuk kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya dapat melakukan kegiatan pengembangan seperti melakukan tes pemeriksaan hemoglobin darah untuk mengetahui secara langsung apakah dari responden yang ada yang terkena anemia atau tidak, sehingga kegiatan yang akan dilakukan lebih tepat sasaran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala Desa Yosowilangun Kidul, perangkat desa, Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (P3M) Politeknik Negeri Jember, dan seluruh peserta. Kegiatan pengabdian masyarakat ini didanai oleh Daftar Isian Pelaksana Anggaran (DIPA) Politeknik Negeri Jember dengan Nomor SP DIPA-023.18.2.677607/2023, sesuai dengan Surat perjanjian Pelaksanaan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Skema Penerapan Iptek Masyarakat (PIM) Sumber Dana PNPB Polije Tahun Anggaran 2023 Nomor 1013/PL17.4/PM/2023

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes. (2018a). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes. (2018b). *Riset Kesehatan Dasar 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes. (2020). *Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri Pada Masa Pandemi Covid-19*. Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan.
- Kemenkes. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Nurbaya, S., Yusra, & Handayani, S. I. (2019). *Cerita Anemia*. Universitas Indonesia Publishing.
- Nuzrina, R., Murnariswari, Dewanti, L. P., & Nadiyah. (2021). Hubungan Sikap Dan Pengetahuan Siswi Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah. *Jurnal Riset Gizi*, 9(1).
- Oktariani, E., Mursyida, E., Nurmaliza, & Ramadhan, W. (2023). Pengetahuan Remaja Putri tentang Pencegahan Stunting dan Konsumsi Tablet Tambah Darah. *JKEMS*, 1(2).
- Pramessti, T. A., Trisnadewi, N. W., Lisnawati, K., Idayani, S., & Putra, I. G. P. A. F. S. (2022). Giat Program “CERIA” (Cegah Anemia Remaja Indonesia) Sebagai Langkah Pemutusan Rantai Kejadian Stunting. *J-Abdi*, 2(5), 4851–4858.
- 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.
- Setwapres. (2021). Laporan Capaian Pelaksanaan Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting) Periode 2018-2020. In *Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia*. Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia. https://stunting.go.id/?smd_process_download=1&download_id=7198
- Situmeang, A. M. N., Apriningsih, Makkiyah, F. A., & Wahyuningtyas, W. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Sosioekonomi dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Desa Sirnagalih, Bogor. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(1), 32–39. <https://doi.org/hps://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss1.1126>
- Sulistiani, R. P., Rizky Fitriyanti, A., & Dewi, L. (2021). Pengaruh Edukasi Pencegahan Anemia dengan Metode Kombinasi Ceramah dan Team Game Tournament pada Remaja Putri. *Sport and Nutrition Journal*, 3(1), 39–47. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/spnj/>