

## **EDUKASI ANEMIA SEBAGAI PENCEGAHAN PRIMER STUNTING PADA REMAJA PUTRI DI KELURAHAN PASIE NAN TIGO KECAMATAN KOTO TANGAH KOTA PADANG**

**Meri Neherta<sup>\*)</sup>, Lili Fajria, Ira Mulya Sari, Yelly Herien, Novita Sari, Sri Wahyuningsih,  
Safiyah Kamilah, Mutia Rezky, dan Rini Anggraini**  
Fakultas Keperawatan Universitas Andalas

<sup>\*)</sup>Email Koresponden: [merineherta@nrs.unand.ac.id](mailto:merineherta@nrs.unand.ac.id)

### **ABSTRAK**

Anemia pada remaja putri sangat berbahaya baik untuk jangka waktu pendek maupun untuk jangka waktu panjang. Jika terjadi dalam jangka waktu panjang, setelah menjadi ibu akan merugikan kepada bayinya di masa depan nanti. Bayi dari ibu anemia akan cenderung melahirkan bayi prematur kelak dimasa produktif remaja tersebut. Bayi yang lahir dari remaja anemia sangat beresiko untuk terjadinya malnutrisi, selanjutnya stunting. Tujuan dari pendidikan kesehatan ini adalah untuk pencegahan anemia pada remaja putri sebagai pencegahan primer stunting pada balita. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan melalui 4 tahapan: analisis situasi, persiapan kebutuhan pelaksanaan kegiatan dan evaluasi kegiatan. Kegiatan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia diikuti oleh 50 orang remaja putri dengan kriteria konjungtiva pucat dan sering merasa pusing. Alat ukur yang dipakai adalah kuisioner. Hasil kegiatan ini secara umum dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia sebesar 76 %. Pengetahuan yang baik sebelum kegiatan hanya sebesar 20%, setelah kegiatan meningkat menjadi 96%. Sedangkan pengetahuan yang kurang sebelum kegiatan sebesar 80%, setelah kegiatan hanya menjadi 4%. Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada remaja putri dapat meningkatkan pengetahuan pada remaja putri. Diharapkan remaja putri dapat selalu mengkonsumsi makanan seimbang dan tablet tambah darah serta menyebarkan informasi ini kepada remaja putri lainnya. Kepada pihak puskesmas setempat untuk memberikan edukasi secara rutin setiap melakukan kegiatan posyandu remaja.

**Kata Kunci:** remaja putri, anemia, stunting

### ***Anemia Education as Primary Stunting Prevention in Adolescent Girl In Pasie Nan Tigo Koto Tangah District, Padang***

### **ABSTRACT**

Anemia in adolescent girls is very dangerous for both the short and long term. If it happens in the long term, after becoming a mother it will be detrimental to the baby in the future. Babies of anemic mothers will tend to give birth to premature babies later in the productive period of the teenager. Babies born to anemic adolescents are very at risk for malnutrition, then stunting. The purpose of this health education is to prevent anemia in adolescent girls as the primary prevention of stunting in toddlers. The implementation of this activity is carried out through 4 stages: situation analysis, preparation of needs for implementation of activities and evaluation of activities. The health education activities on anemia prevention were attended by 50 young women with pale conjunctiva criteria and often felt dizzy. The measuring instrument used is a questionnaire. The results of this activity in general can increase the knowledge of young women about anemia by 76%. Good knowledge before the activity was only 20%, after the activity increased to 96%. While the knowledge that is lacking before the activity is 80%, after the activity it is only 4%. Health education given to young women can increase knowledge in young women. It is hoped that young women can always eat balanced meals and blood-boosting tablets and disseminate this information to other young women. To the local health center to provide education on a regular basis every time they carry out youth posyandu activities.

**Keywords:** *adolescent girls, anemia, stunting*

## PENDAHULUAN

Prevalensi anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi. Menurut O. E. Ifeanyi (2018) dan Pivina L (2019) menyebutkan prevalensi anemia hampir merata di berbagai wilayah dunia, yaitu berkisar 40-88%. Sekitar 25-40% remaja putri di Asia Tenggara menderita anemia. Prevalensi anemia remaja 27% di negara-negara berkembang dan 6% di negara maju (WHO, 2017). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018) menemukan adanya kenaikan kasus anemia pada remaja putri. Pada tahun 2013 dilaporkan sekitar 37,1% remaja putri mengalami anemia dan angka ini meningkat menjadi 48,9% pada tahun 2018. Adapun proporsi anemia paling besar ada pada kelompok umur 15 - 24 tahun, dan 25 - 34 tahun.

Anemia pada remaja berdampak negatif pada pertumbuhan, perkembangan, kemampuan kognitif dan konsentrasi belajar, serta meningkatkan kerentanan terhadap penyakit infeksi (Kemenkes, 2018; Mistry SK, 2019). Sementara itu, apabila terjadi anemia pada remaja putri, pada saat hamil nantinya akan meningkatnya risiko kematian ibu, dan bayi baru lahir, serta kelahiran prematur (Cumming, O., & Cairncross, S., 2016). Bayi dengan berat badan lahir rendah beresiko tinggi terjadinya stunting (Akseer N, et.al., 2017; Bhutta Z.A., 2017; Christian P, Smith E.R., 2018; Kassebaum N, et.al., 2015; Mal-Ed Network Investigators., 2017; Pivina L. et.al, 2019)

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak di bawah lima tahun (balita) akibat kekurangan gizi kronis atau infeksi berulang terutama pada periode 1.000 Pertama Kehidupan (HPK) yaitu dari janin hingga anak berusia 23 bulan (Kemenkes, 2018). Prevalensi stunting di Indonesia merupakan tertinggi kedua setelah Komboja. Hampir di semua provinsi di Indonesia mempunyai kasus anak stunting, salah satunya adalah provinsi Sumatera Barat.

Angka kasus stunting di Sumatera Barat masih cukup tinggi dimana pada tahun 2019 jumlah stunting mencapai 27,67%. Meskipun angka kejadian kasus stunting masih dibawah angka nasional, namun Sumatera Barat menduduki peringkat tiga di Sumatera. Kejadian kasus stunting di Sumatera Barat lebih tinggi dibanding Bengkulu dan Jambi. Salah satu penyebab kasus stunting adalah kejadian anemia pada remaja putri. Untuk itu kesehatan dan status gizi para remaja putri harus dipersiapkan sejak dini sehingga pada tahun 2030 dapat menghasilkan generasi penerus bangsa yang produktif, kreatif dan berdaya saing. Salah satu solusi untuk pencegahan stunting adalah meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia dengan menerapkan konsumsi makanan menu seimbang dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan ini melibatkan remaja putri di Kelurahan Pasie Nan Tigo, wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya, Kota Padang. Pada kegiatan ini remaja putri diberikan pengetahuan mengenai tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi dengan menu seimbang yang sesuai dengan isi piringku dari Kemenkes Republik Indonesia. Selanjutnya diharapkan remaja putri dapat mengkonsumsi satu tablet Fe setiap hari selama haid agar tidak terjadi anemia sehingga setelah menjadi ibu nantinya tidak melahirkan bayi yang bermasalah.

Tujuan kegiatan ini adalah untuk mencegah anemia pada remaja putri agar setelah menjadi ibu tidak melahirkan anak stunting. Selanjutnya, untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai sikap dan tindakan remaja putri dalam berperilaku sehat untuk mengurangi kejadian anemia.

## METODOLOGI

Kegiatan dilaksanakan di Gedung Gugah Nurani Indonesia (GNI) Padang di Kelurahan Pasie Nan Tigo Kecamatan Koto Tangah, Padang, Sumatera Barat. Pada kegiatan ini mitra yang terlibat adalah lembaga Gugah Nurani Indonesia (GNI).

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah memberikan edukasi terkait pencegahan anemia. Adapun materi yang diberikan pada kegiatan ini mengenai pencegahan anemia dan menu seimbang. Tahapan pelaksanaan kegiatan ini adalah sebagai berikut:

a. Survei awal.

Kegiatan ini diawali dengan studi pendahuluan melalui wawancara dengan pemegang program kesehatan remaja di Puskesmas, Kemudian melakukan identifikasi masalah dan merumuskan solusi yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan masalah Stunting di Kelurahan Pasie Nan Tigo. Selanjutnya, mengurus perizinan untuk melakukan kegiatan.

b. Persiapan

Kegiatan menyiapkan semua kebutuhan dalam pelaksanaan kegiatan. Adapun kebutuhan yang diperlukan pada kegiatan ini adalah kuisioner *pre-test* dan *post-test*, *power point*, video dan *leaflet*.

c. Pelaksanaan pendidikan kesehatan

Kegiatan pendidikan kesehatan dilakukan selama  $\pm 70$  menit. Metode yang digunakan pada saat pelaksanaan kegiatan ini adalah melalui ceramah dan diskusi interaktif.

d. Evaluasi

Kegiatan ini terdiri dari evaluasi kegiatan pendidikan kesehatan, rencana tindak lanjut untuk masing-masing peserta dalam rangka pencegahan anemia pada remaja putri sebagai bentuk pencegahan primer stunting pada anak. Selanjutnya membuat kesepakatan atau pakta integritas akan selalu melaksanakan perilaku pencegahan anemia pada diri sendiri, keluarga dan masyarakat yang akan dilakukan monitoring oleh mitra melalui buku aktivitas harian. Terakhir, melakukan pertemuan dengan mitra untuk membahas rencana pengembangan kegiatan lanjutan untuk 4 tahun kedepan.

Adapun kegiatan yang disepakati antara lain mengenai kebutuhan dasar tumbuh kembang anak, deteksi dini tumbang anak, pengenalan tanda bahaya pada penyakit infeksi akut seperti infeksi saluran pernapasan atas (ISPA) dan diare. Selanjutnya, terbentuknya aplikasi pencegahan stunting berbasis website yang bisa digunakan oleh semua ibu yang mempunyai anak balita.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendidikan kesehatan ini dilaksanakan pada hari minggu tanggal 10 Oktober pukul 10.15 yang diikuti oleh 50 orang remaja putri di Kelurahan Pasie Nan Tigo, Kecamatan Koto Tangah. Pelaksanaan kegiatan berlangsung selama  $\pm 70$  menit.

Kegiatan dimulai dengan pengisian kuisisioner oleh remaja putri untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan remaja tentang anemia, pencegahan dan dampak serta hubungannya dengan stunting kemudian diikuti dengan pendidikan kesehatan. Setelah kegiatan pendidikan kesehatan remaja putri kembali mengisi kuisisioner untuk mengevaluasi pemahaman peserta dari pendidikan kesehatan yang sudah dilakukan. Selama proses kegiatan pendidikan kesehatan ini berjalan lancar tanpa ada kendala yang menghambat. Semua peserta tampak mengikuti kegiatan dengan baik.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan

Untuk menilai pengetahuan, setiap remaja putri diberikan kuesioner dengan jumlah pertanyaan sebanyak 20 soal. Setiap pertanyaan diberikan nilai 1 jika benar dan nilai 0 jika salah. Kemudian hasil dari penilaian di kelompokkan menjadi 2 kategori yaitu: baik ( $\geq 80\%$ ) kurang ( $< 80\%$ ) (Arikunto, 2013)

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Nilai Pre-Test dan Post-Test Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia dan Pencegahannya pada Remaja di Kelurahan Pasie Nan Tigo, Padang

| Variabel   | Pre- Test |          | Post-test |        |
|--|-----------|----------|-----------|--------|
|  | Baik      | Kurang   | Baik      | Kurang |
| Pengetahuan tentang anemia pada remaja putri dan pencegahannya | 10 (20%)  | 40 (80%) | 48 (96%)  | 2 (4%) |

Tabel 1 menunjukkan hasil kuisisioner *pre-test* dan *post-test* kegiatan didapatkan hasil adanya perubahan pada pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan. Hal ini dapat dilihat pada saat *post-test* hanya 2 orang yang memiliki pengetahuan cukup. Dapat disimpulkan bahwa kegiatan pendidikan kesehatan mengenai pencegahan anemia pada remaja putri sebagai pencegahan primer stunting dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting pada remaja.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu proses belajar untuk mendapatkan pengetahuan dan informasi mengenai kesehatan yang nantinya akan memunculkan pemahaman tentang kesehatan. Oleh sebab itu, informasi yang disampaikan harus jelas agar hasil pembelajaran yang didapatkan optimal (Notoatmodjo, 2007). Perubahan pengetahuan yang diperoleh merupakan hasil dari pendidikan kesehatan dengan berbagai metode dan media. Kegiatan dilakukan dengan metode

ceramah dan penggunaan media audio visual. Diketahui penggunaan media audio visual lebih pada anak usia remaja karena mengembangkan imajinasi dan merangsang minat belajar. Selanjutnya penggunaan media audio visual juga lebih baik karena materi yang diberikan dapat lebih mudah diingat. Notoatmodjo (2012) menyatakan bahwa video merupakan alat bantu yang dapat digunakan dalam pendidikan kesehatan untuk menyampaikan pesan kesehatan dengan menstimulasi indera pendengaran dan penglihatan. Pengetahuan sebagian besar didapatkan melalui indera penglihatan (30%) dan indera pendengaran (10%). Kegiatan berlangsung dengan kondusif sehingga informasi yang diberikan dapat maksimal diterima oleh responden. Hal ini menjadi salah satu faktor meningkatkan pengetahuan dari sebelum dan sesudah penyuluhan.

Pendidikan kesehatan dapat digunakan sebagai salah satu metode untuk menambah dan meningkatkan pengetahuan seseorang sehingga dengan bertambahnya atau meningkatnya pengetahuan seseorang dapat mengubah perilaku kesehatan dari yang tidak sehat menjadi sehat (Notoadmodjo, 2012). Pendidikan kesehatan menjadi bagian yang penting untuk meningkatkan pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri. Hal ini dapat dilakukan sebagai langkah awal untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja (Junita dan Wulansari, 2021).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan ini dengan sasaran remaja putri berjalan dengan baik. Sasaran dapat mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Pada kegiatan ini juga terjadi peningkatan skor pengetahuan terkait pengetahuan anemia melalui penggunaan media power point slide, video, dan leaflet.

Diharapkan kepada sasaran agar dapat rutin mengkonsumsi tablet tambah darah dan juga menyebarkan informasi ini kepada remaja putri lainnya. Selain itu Disarankan kepada pihak puskesmas dan Dinas Kesehatan setempat untuk memberikan edukasi secara rutin setiap melakukan kegiatan posyandu remaja, agar memahami pentingnya pengetahuan mengenai anemia. Hal ini diperlukan untuk mencegah dan menanggulangi masalah anemia pada remaja yang merupakan usaha pencegahan stunting pada balita.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Fakultas Keperawatan Unand yang telah memfasilitasi kegiatan ini dan tak lupa kepada semua pihak yang telah membantu kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Akseer N. 2017. Global and regional trends in the nutritional status of young people: a critical and neglected age group. *Ann N Y Acad Sci*, 1393: 3–20.

- Alaliwi, H. A., G. A. Abukashba, H. M. Alhussain. 2018. Nutritional anemia types and management," *The Egyptian Journal of Hospital Medicine*, 70(6): 906–911.
- Arif, Y. Murni, D, Putri, Z., M. 2018. Pendidikan pola asuh keluarga berbasis masyarakat. *Warta Pengabdian Andalas*, 25 (1) April 2018, Issn: 0854-655x
- Ayamba, J. and L. Boateng. 2018. Relation Ship between Dietary Diversity and Haemoglobin Concentration of Women in Reproductive Age in Three Communities in the Binduri District of the Upper East Region of Ghana, University of Ghana Space, Accra, Ghana
- Bhutta ZA, Lassi ZS, Bergeron G, Koletzko B, Salam R, Diaz A, McLean M, Black RE, De-Regil LM, Christian P. 2017. Delivering an action agenda for nutrition interventions addressing adolescent girls and young women: priorities for implementation and research. *Ann N Y Acad Sci*. 1393(1): 61–71.
- Christian P, Smith ER. 2018. Adolescent undernutrition: global burden, physiology, and nutritional risks. *Ann Nutr Metab*, 72(4): 316–28.
- Cumming, O., & Cairncross, S. 2016. Can water, sanitation and hygiene help eliminate stunting? Current evidence and policy implications. *Maternal & Child Nutrition*, 12 (Suppl 1), 91–105. <https://doi.org/10.1111/mcn.12258>
- Danaei, G., Andrews, K. G., Sudfeld, C. R., Fink, G., McCoy, D. C., Peet, E., Fawzi, W. W. 2016. Risk factors for childhood stunting in 137 developing countries: A comparative risk assessment analysis at global, regional, and country levels. *PLoS Medicine*, 13(11): e1002164.
- Deswita, Sari I.M., Mansur A.r., Fajria L., Herien Y. 2019. Hermalinda. Peningkatan Wawasan Kader Puskesmas dalam Deteksi Resiko Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya. *Warta Pengabdian Andalas* 26 (4a) 246-253
- Engidaw MT, Wassie MM, Teferra AS. 2018. Anemia and associated factors among adolescent girls living in aw-Barre refugee camp, Somali regional state, Southeast Ethiopia. *PLoS One*. 13(10): e205381
- Junita, D., dan Wulansari, A. 2021. Pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja putri di SMA N 12 Kabupaten Merangin. *Jurnal Abdimas Kesehatan* , 3(1): 42-46
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan, Jakarta.
- Kassebaum N, et al: Child and adolescent health from 1990 to 2015: findings from the global burden of diseases, injuries, and risk factors 2015 study. *JAMA Pediatr* 2017; 171: 573–592.

- Kroker-Lobos, M. F., Pedroza-Tobias, A., Pedraza, L. S., & Rivera, J. A. 2014. The double burden of undernutrition and excess body weight in Mexico. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 100(6), 1652S-1658S. <https://doi.org/10.3945/ajcn.114.083832>
- Larson, L., Young, M., Bauer, P., Mehta, R., Webb Girard, A., Ramakrishnan, U., Martorell, R. 2017. Home fortification with multiple micronutrient powders improves infant and young child development in Bihar, India. *The FASEB Journal*, 31(1 Supplement), 436–466.
- Mal-Ed Network Investigators. 2017. Childhood stunting in relation to the pre- and postnatal environment during the first 2 years of life: The MAL-ED longitudinal birth cohort study. *PLoS Medicine*, 14(10), e1002408. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1002408>
- Marizal, Nursal D.G.A., Diana F.M 2017. Penggerakan Masyarakat Untuk Pendeteksian Dini Anemia dan Pemberian Obat Pada Remaja di Perguruan Islam Ar Risalah Kota Padang. *Warta Pengabdian Andalas* 24 (3) 19-34
- Mistry SK, Jhohura FT, Khanam F, Akter F, Khan S, Yunus FM, Hossain MB, Afsana K, Haque MR, Rahman M. 2017. An outline of anemia among adolescent girls in Bangladesh: findings from a cross-sectional study. *BMC Hematol*. 17:13.
- Notoatmodjo, S. 2007. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. PT. Rinika Cipta, Jakarta.
- O. E. Ifeanyi. 2018. “A review on nutritional anaemia.” *International Journal of Advanced Multidisciplinary Research*, 5(4): 11–15.
- Pivina L, Semenova Y, Doşa MD, Dauletyarova M, Bjørklund G. 2019. Iron deficiency, cognitive functions, and neurobehavioral disorders in children. *J Mol Neurosci*, 68(1): 1–10
- Sulistiani. 2021. Pengaruh edukasi pencegahan anemia dengan metode kombinasi ceramah dan team game tournament pada remaja putri. *Sport and Nutrition Journal*, 3 (1). <http://doi.org/10.15294/spjn.v3i144880>
- World Health Organization. 2017. Nutritional Anaemias: Tools for Effective Prevention and Control. World Health Organization, Geneva.