

## Upaya Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan Bahaya Anemia Pada Remaja Di SMPN 2 Kabila

Sunarto Kadir<sup>1</sup>, Vidya Avianti Hadju<sup>2</sup>, Nurdiana Djamaluddin<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia

email: sunarto.kadir@yahoo.co.id

<sup>2</sup> Universitas Negeri Gorontalo

email: vidya.avianti@ung.ac.id

<sup>3</sup> Universitas Negeri Gorontalo

email: nurdiana@ung.ac.id

### Abstract

*Out of 10 teenagers in Indonesia, 3-4 of them suffer from anemia. Anemia in adolescents is a problem that still needs attention in Indonesia, this is because the impact of anemia itself which can interfere with the health status and productivity of adolescents and even in the long run has an impact on the lack of intake of nutrients which causes low body weight during pregnancy, so there is a risk of anemia. stunting or growth retardation in infants. The purpose of the service activity is as an effort to prevent anemia and increase knowledge of anemia in adolescents at SMPN 2 Kabila. The service is carried out through counseling on the dangers of anemia and distributing anemia-free leaflets. The results of the service showed that there was a significant increase in knowledge of anemia in the participants from the results of the pre-test and post-test ( $p=0.01$ ). The conclusion of community service activities is that there is an increase in knowledge related to anemia. The advice given is that it is hoped that there will be other types of anemia nutrition education, so that better types of anemia nutrition education can be identified.*

**Keywords:** anemia; prevent stunting; health promotiom; adolescent.

### Abstrak

*Dari 10 remaja di Indonesia, 3-4 orang diantaranya menderita anemia. Anemia pada remaja merupakan masalah yang masih perlu diperhatikan di Indonesia, hal ini karena dampak dari anemia itu sendiri yang dapat mengganggu status kesehatan dan produktivitas dari remaja bahkan dalam jangka panjang berdampak pada kurangnya asupan zat gizi yang menyebabkan berat badan rendah selama kehamilan, hingga berisiko terjadinya stunting atau keterlambatan pertumbuhan pada bayi. Tujuan kegiatan pengabdian adalah sebagai upaya pencegah anemia dan meningkatkan pengetahuan anemia pada remaja di SMPN 2 Kabila. Pengabdian dilakukan melalui kegiatan penyuluhan bahaya anemia dan pembagian leaflet bebas anemia. Hasil pengabdian menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan anemia yang signifikan pada peserta dari hasil pre-test dan post-test ( $p=0,01$ ). Kesimpulan kegiatan pengabdian yaitu terdapat peningkatan pengetahuan terkait anemia. Saran yang diberikan yaitu diharapkan adanya pemberian jenis pendidikan gizi anemia lain, sehingga dapat diketahui jenis-jenis pendidikan gizi anemia yang lebih baik.*

**Kata Kunci:** anemia; cegah stunting; promosi kesehatan; remaja.

## **PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan periode penting karena pada masa ini kebutuhan gizi meningkat untuk pertumbuhan dan perkembangan. Remaja sering mengalami tiga beban malnutrisi, yaitu obesitas, defisiensi gizi makro, dan defisiensi mikronutrien (anemia). Kasus anemia yang sering terjadi yaitu anemia akibat defisiensi besi (Feriyantri et al., 2021). Anemia merupakan salah satu kekurangan gizi terpenting yang mempengaruhi berbagai strata sosial dan sosial ekonomi. Lebih sering ditemukan di negara berkembang, dengan anak-anak dan remaja berada pada risiko yang jauh lebih tinggi untuk kondisi ini (Cairo et al., 2014).

Anemia didefinisikan sebagai rendahnya kadar hemoglobin dalam darah yang sangat mempengaruhi kesehatan yang berhubungan dengan perkembangan kognitif dan motorik yang buruk pada anak-anak dan produktivitas kerja pada orang dewasa, jika hal ini dibiarkan akan mempengaruhi perkembangan ekonomi negara (WHO, 2022). Prevalensi anemia pada remaja cukup tinggi di Indonesia yaitu sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia (Kemenkes, 2018).

Kejadian anemia pada remaja khususnya pada remaja putri terkait dengan kurangnya asupan zat gizi yang menyebabkan berat badan rendah dan memiliki risiko yang cukup tinggi jika suatu saat mengalami saat kehamilan, hal ini dapat menyebabkan tingginya kejadian kelahiran prematur yang merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya stunting

atau keterlambatan pertumbuhan pada bayi (Vivatkusol et al., 2017). Stunting memiliki sifat yang *irreversible* atau permanen, anak yang mengalami stunting akan cenderung memiliki perawakan yang lebih pendek dibandingkan dengan teman sebayanya bahkan ketika beranjak remaja ataupun dewasa nanti, sehingga dapat dikatakan anak tidak dapat mengejar ketinggalan pertumbuhan dan perkembangan di masa depan sehingga membuat remaja menjadi tidak percaya diri. Anak-anak yang mengalami stunting memiliki produktivitas dan daya saing yang jauh lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak yang tidak mengalami stunting (Tanoto Foundation, 2021).

Mewujudkan generasi emas 2045 merupakan impian bangsa Indonesia. Diharapkan pada usianya yang ke-100 tahun Indonesia memiliki sumber daya manusia yang berkualitas. Dapat dikatakan kunci utama dalam mewujudkan mimpi tersebut terletak pada penyiapan generasi penerus bangsa yang berkualitas. Kelak, remaja menjadi calon orang tua yang akan mempersiapkan diri dalam menghadapi kehamilan dan persalinan, dimana kondisi tersebut akan meningkatkan mortalitas dan morbiditas baik bagi ibu maupun bayi jika ibu mengalami anemia (WHO, 2011).

Salah satu kelompok remaja yang rentan terhadap kejadian anemia adalah siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia dapat menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri khususnya di sekolah (Laksmi & Yenie, 2018).

SMPN 2 Kabila merupakan salah satu SMP yang terletak di Desa Dutohe yang merupakan salah satu desa lokasi fokus (lokus) stunting di Kabupaten Bone Bolango. Berdasarkan hasil observasi awal, sekolah

membutuhkan edukasi terkait anemia sebagai upaya pencegahan stunting pada remaja. Hal ini sejalan dengan salah satu fungsi tri dharma perguruan tinggi yaitu melakukan pengabdian kepada masyarakat melalui program Kuliah Kerja Nyata Profesi Kesehatan (KKN-PK) yang dilaksanakan di Desa Dutohe Kecamatan Kabila Kabupaten Bone Bolango. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk melakukan aksi nyata pencegahan stunting melalui penyuluhan bahaya anemia pada remaja.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan melakukan metode penyuluhan, diskusi dan tanya jawab serta pembagian *leaflet* tentang seruan bebas anemia kepada para siswa. Materi penyuluhan yang diberikan berupa pembahasan tentang definisi anemia hingga dampak yang ditimbulkan saat mengalami anemia serta upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya anemia. Media yang digunakan yaitu *power point*, LCD serta *leaflet*. Kegiatan ini dilaksanakan di SMPN 2 Kabila pada tanggal 15 Desember 2022 pada pukul 08.00 WITA. Sasaran kegiatan ini adalah siswi kelas VIII di SMPN 2 Kabila sebanyak 30 siswa dan siswi. Kegiatan ini diawali dengan survei lokasi yang dilakukan oleh Tim Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) dan peserta mahasiswa KKN-PK di Desa Dutohe untuk mengetahui permasalahan kesehatan yang ada di Desa Dutohe, setelah itu melakukan skala prioritas masalah yang disesuaikan dengan tema KKN-PK tahun ini yaitu mengenai pengentasan stunting, salah satunya melalui program penyuluhan bebas anemia pada remaja. Selanjutnya, mahasiswa melakukan koordinasi dengan kepala sekolah, persiapan berbagai media yang digunakan, dan pelaksanaan kegiatan serta pengolahan data *pre-*

*test* dan *post-test*. Metode evaluasi yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu menggunakan kuisisioner *pre-test* dan *post-test* berisikan 20 pertanyaan yang dibagikan kepada siswa-siswi sebelum dan setelah dilaksanakannya kegiatan penyuluhan dan diskusi. Dari hasil *pre-test* dan *post-test* pengetahuan remaja dilakukan uji beda yaitu dengan *paired t-test*. *Paired t-test* digunakan untuk membandingkan rata-rata dari dua kelompok yang berpasangan yaitu *pre-test* dan *post-test* dari subjek yang sama. Dengan menggunakan *paired t-test* dapat mengukur dampak langsung dari penyuluhan terhadap remaja yang sama sebelum dan sesudah pemberian materi dilakukan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Penyuluhan terkait bahaya anemia dilakukan di SMPN 2 Kabila, Kabupaten Bone Bolango. Penyuluhan dilaksanakan secara tatap muka di salah satu ruang kelas di sekolah SMPN 2 Kabila dengan sasaran para siswa-siswi kelas VIII. Kegiatan awali dengan pemberian kuesioner sebagai tes awal (*pre-test*) untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta, setelah itu diberikan penyuluhan dengan materi yang menyenangkan dan menarik agar mudah dipahami oleh siswa-siswi SMP. Setelah materi selesai diberikan dilanjutkan dengan sesi diskusi atau tanya jawab, pada sesi ini peserta yang memberikan pertanyaan ataupun menjawab pertanyaan mendapat *souvenir* menarik. Tahapan selanjutnya adalah memberikan tes akhir (*post-test*) setelah penyuluhan dengan tujuan yang sama dengan tes sebelumnya. Penyuluhan tentang bahaya anemia sebagai upaya pencegahan stunting diharapkan dapat memberikan informasi yang dibutuhkan oleh remaja untuk dapat

meningkatkan pengetahuan atau *awareness* sehingga remaja dapat menentukan sikap yang lebih baik dalam mencegah risiko terjadinya anemia.

Gambar 1 menunjukkan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan bahaya anemia pada siswa-siswi SMPN 2 Kabila sebanyak 30 orang. Siswa terlihat sangat antusias menerima materi yang diberikan dengan metode ceramah, tanya jawab dan permainan serta *souvenir* yang menarik bagi siswa.



Gambar 1. Dokumentasi Penyuluhan Bahaya Anemia di SMPN 2 Kabila, Kecamatan Kabila

Setelah kegiatan penyuluhan siswa juga diberikan kesempatan menyampaikan kesan-kesan selama mengikuti kegiatan ini dan hal tersebut menjadi masukan yang baik pula bagi pelaksana pengabdian ini.

Berikut tabel 1 merupakan data hasil sebelum dilakukan penyuluhan melalui nilai hasil *pre-test* dan data sesudah penyuluhan

mengenai anemia ditentukan melalui nilai hasil *post-test* beserta dengan pertanyaannya.

Tabel 1. Pengetahuan remaja tentang anemia di SMPN 2 Kabila

Pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	n	%	n	%
Baik (>70%)	16	53	20	67
Kurang (<70%)	14	47	10	33
Total	30	100	30	100

Sumber: Hasil Pengabdian, 2022

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa pengetahuan *pre-test* siswa-siswi dengan mayoritas kategori baik berjumlah 16 orang (53%) sedangkan pengetahuan *post-test* dengan kategori baik berjumlah 20 peserta (67%). Berdasarkan hasil tersebut maka dilakukan uji *paired t-test* yang hasilnya dapat terlihat pada Tabel 2 berikut ini.

Tabel 2. Hasil *Paired T-Test* pengetahuan remaja tentang anemia di SMPN 2 Kabila

Pengetahuan	N	Min	Maks	Mean±St.Deviasi	<i>p-value</i>
Sebelum Penyuluhan	30	6	13	9,6±2,252	0,01
Sesudah Penyuluhan	30	5	14	10,5±2,193	

Sumber: Hasil Pengabdian, 2022

Tabel 2 menunjukan bahwa ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi dengan rata-rata 9,6 menjadi rata-rata 10,5.

Berdasarkan hasil analisis uji *paired t-test*, dapat dilihat nilai *p-value* sebesar  $0,01 < 0,05$  yang artinya bahwa terdapat perbedaan signifikan pengetahuan siswa-siswi sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi perubahan terhadap tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang bahaya anemia.

## **Pembahasan**

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian yang dilakukan didapatkan bahwa pengetahuan remaja terkait bahaya anemia semakin meningkat, kondisi ini memperlihatkan bahwa peserta memberikan perhatian tentang penyuluhan bahaya anemia sehingga mendapatkan pengetahuan dan manfaat yang terbaik. Promosi kesehatan dalam hal ini penyuluhan kepada masyarakat merupakan tahapan yang pertama dan utama pada pencegahan penyakit (Rachmawati, 2019). Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan pada remaja Sekolah Menengah Atas (SMA) di Semarang yang mendapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang setelah diberikan penyuluhan terkait pencegahan anemia (Sefaya *et al.*, 2017). Studi lainnya yang dilakukan di Puskesmas Saigon Pontianak menunjukkan bahwa terdapat pengaruh media leaflet dalam Pendidikan Kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang anemia (Fajrin, 2021).

Tumbuhnya kesadaran akan kesehatan khususnya anemia pada remaja diharapkan dapat mempengaruhi kesadaran remaja akan pentingnya asupan gizi seimbang. Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja mengubah gaya hidup sehat pada remaja. Selain itu, ketika mereka memiliki pengetahuan yang lebih, mereka dapat memilih makanan yang mereka konsumsi sesuai dengan kebutuhannya. Meningkatkan pengetahuan merupakan salah satu cara pencegahan anemia pada generasi muda agar generasi muda penerus bangsa dapat tumbuh sehat dan sejahtera (Sari & Nuraisya, 2021).



## **KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dan hasil olah data yang telah dikemukakan di atas dapat diambil kesimpulan yaitu terdapat peningkatan pengetahuan oleh siswa-siswi di SMPN 2 Kabila setelah dilakukan penyuluhan mengenai bahaya anemia. Untuk pengabdian selanjutnya disarankan untuk memberikan jenis pendidikan gizi anemia lain, sehingga dapat diketahui jenis-jenis pendidikan gizi anemia yang lebih baik.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih bisa disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Negeri Gorontalo yang telah memberikan kesempatan dalam melakukan Program Pengabdian Masyarakat melibatkan mahasiswa melalui Program Kuliah Kerja Nyata Profesi Kesehatan (KKN-PK). Ucapan terimakasih kepada pemerintah Kabupaten Bone Bolango, Pemerintah Kecamatan Kabila serta Pemerintah Desa Dutohe serta secara khusus kepada Kepala Sekolah, Guru-guru, dan siswa-siswi SMPN 2 Kabila beserta masyarakat yang telah menerima mahasiswa KKN-PK dan membantu dalam mewujudkan program kerja selama kegiatan berlangsung.

## **REFERENCES**

Cairo, R. C. de A., Silva, L. R., Bustani, N. C., & Marques, C. D. F. (2014). Iron deficiency anemia in adolescents; a literature review. In *Nutricion Hospitalaria* (Vol. 29, Issue 6, pp. 1240–1249). Grupo Aula Medica S.A. <https://doi.org/10.3305/nh.2014.29.6.7245>

- Fajrin, D. H. (2021). Pengaruh Media Leaflet dalam Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ibu Dan Anak*, 1(1), 19–25.
- Feriyanti, A., atus Sintya Deviatin, N., Nurmala, I., Widati, S., Raditya Atmaka, D., Kesehatan, P., & Kesehatan Masyarakat, F. (2021). Pencegahan Stunting: A Systematic Review Determinant of Adherence to iron supplementation in Adolescent Girl in Specific Intervention for Stunting Prevention. *Media Gizi Indonesia*, 17(1). <https://doi.org/10.20473/mgi.v17i1SP.90-96>
- Kemenkes. (2018). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Laksmita, S., & Yenie, H. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 104. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1016>
- Rachmawati, W. C. (2019). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Wineka Media.
- Sari, N. I. Y., & Nuraisya, W. (2021, December). Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja melalui Penyuluhan Kesehatan Reproduksi di SMA Negeri 1 Plemahan. *Tetap Produktif Bekarya Dalam Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19*.
- Sefaya, K. T., Nugraheni, S. A., & P, D. R. (2017). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Tingkat Kecukupan Gizi Terkait Pencegahan Anemia Remaja (Studi Pada Siswa Kelas XI SMA Teuku Umar Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat FKM Undip*, 5(1), 272–282.
- Tanoto Foundation. (2021). *Cegah Stunting Sebelum Genting: Peran Remaja dalam Mencegah Stunting*. Tanoto Foundation.
- Vivatkusol, Y., Thavaramara, T., & Phaloprakarn, C. (2017). Inappropriate gestational weight gain among teenage pregnancies: prevalence and pregnancy outcomes. *International Journal of Women's Health*, Volume 9, 347–352. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S128941>

WHO. (2020). *Anemia*. Diakses pada tanggal 08 Januari 2022, <https://www.who.int/health-topics/anaemia>

WHO. (2011). *Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity*. Department of Nutrition for Health and Development (NHD) World Health Organization. World Health Organization.