



Pemberdayaan Kader dan UKS Melalui Komunitas Remaja Sehat Anemia Sebagai Faktor Risiko Stunting di Kelurahan Binanga Wilayah Kerja Puskesmas Binanga Mamuju

I Made Sudarta¹, Iqra S²
Poltekkes Kemenkes Mamuju, Indonesia^{1,2}
E-mail : sudarta.ms@gmail.com¹, iqra.sy@gmail.com²

Abstrak

Stunting adalah terganggunya pertumbuhan dan perkembangan pada anak yang diakibatkan oleh gizi buruk, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak cukup. Stunting juga disebabkan karena status gizi ibu saat hamil yang rendah. Perbaikan masalah kekurangan besi tentu dimulai sejak kehamilan. Status besi saat kehamilan, salah satu penentu pertumbuhan dan kesehatan janin. Remaja putri merupakan calon ibu dimana kesehatannya harus diperhatikan untuk melahirkan anak yang sehat yang terhindar dari risiko stunting. Salah satu penyakit yang diderita oleh remaja putri adalah anemia akibat konsumsi makanan atau energi yang rendah. Anemia pada remaja menjadi masalah yang memerlukan perhatian di Indonesia, hal ini karena anemia dapat berdampak buruk terhadap kesehatan dan produktivitas. Faktor penyebab anemia pada remaja putri perlu dikaji untuk menekan prevalensi anemia yang terus meningkat. Prevalensi anemia remaja putri usia 10-24 tahun berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2018 meningkat menjadi 32%, dari 21,4% pada tahun 2013. Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan dengan beberapa kegiatan diantaranya: penyuluhan, pemeriksaan Hb dan pelatihan pemeriksaan Hb untuk pengurus UKS. pengetahuan peserta meningkat sekitar 69% setelah dilakukan penyuluhan, hasil pemeriksaan Hb terhadap 105 orang remaja putri terdapat 3 orang yang mengalami anemia. Sebanyak 12 orang siswa mengikuti pelatihan pemeriksaan Hb.

Kata Kunci: Pemberdayaan, Kader, UKS, Anemia, Stunting.

Abstract

Stunting is a disordered growth and development in children caused by poor nutrition, recurrent infections, and insufficient psychosocial stimulation. Stunting is also caused by low nutritional status of mothers during pregnancy. The improvement of iron deficiency problems certainly begins from pregnancy. Iron status during pregnancy, one of the determinants of fetal growth and health. Young women are mothers-to-be whose health must be considered to give birth to healthy children who avoid the risk of stunting. One of the diseases suffered by young women is anemia due to low food or energy consumption. Anemia in adolescents is a problem that requires attention in Indonesia, this is because anemia can have a negative impact on health and productivity. The factors that cause anemia in adolescent girls need to be studied to suppress the increasing prevalence of anemia. The prevalence of anemia among adolescent girls aged 10-24 years based on Riskesdas data in 2018 increased to 32%, from 21.4% in 2013. This community service activity is carried out with several activities including: counseling, Hb examination and Hb examination training for UKS administrators. Participants' knowledge increased by around 69% after counseling was carried out, the results of the Hb examination of 105 young women there were 3 people who experienced anemia. A total of 12 students took part in the Hb examination training.

Keywords: Empowerment, Cadres, UKS, Anemia, Stunting.

Copyright (c) 2025 I Made Sudarta, Iqra S

✉ Corresponding author

Address : Poltekkes Kemenkes Mamuju

Email : sudarta.ms@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.31004/abdidas.v6i2.1128>

ISSN 2721- 9224 (Media Cetak)

ISSN 2721- 9216 (Media Online)

PENDAHULUAN

Stunting merupakan terganggunya pertumbuhan dan perkembangan pada anak karena disebabkan oleh gizi buruk, infeksi berulang, dan dukungan psikososial yang tidak cukup memadai. Anak-anak dianggap terhambat pertumbuhannya jika tinggi badannya berada di bawah -2 Standar deviasi (SD) dari Standar Pertumbuhan Anak yang telah ditetapkan (WHO, 2015).

Stunting salah satu penyebabnya karena status gizi ibu saat hamil yang rendah. Perbaikan masalah kekurangan besi tentu dimulai sejak kehamilan. Status besi saat kehamilan, salah satu penentu pertumbuhan dan kesehatan janin (Engla Pasalina et al., 2023). Keadaan kesehatan yang baik hendaknya disiapkan oleh seorang wanita sebelum menikah (Rahayu et al., 2021). Remaja putri merupakan calon ibu dimana kesehatannya harus diperhatikan untuk melahirkan anak yang sehat yang terhindar dari risiko stunting. Salah satu penyakit yang diderita oleh remaja putri adalah anemia akibat konsumsi makanan atau energi yang rendah dan risiko kehilangan nutrisi yang tinggi selama menstruasi. Anemia sendiri diartikan sebagai kondisi defisiensi zat besi (Febrianti et al., 2023).

Anemia yang terjadi pada remaja menjadi masalah yang membutuhkan perhatian di Indonesia, karena akibat yang ditimbulkan dari anemia itu sendiri seperti terganggunya kebugaran dan produktivitas remaja. Anemia disebabkan oleh kekurangan zat besi (Fe) dan suatu keadaan dimana kadar haemoglobin dalam darah kurang dari normal. Kurangnya jumlah Hb di dalam darah dapat menyebabkan lemas, letih, lesu, lelah dan

cepat lupa sehingga akan mempengaruhi prestasi belajar dan produktivitas kerja serta daya tahan tubuh menjadi menurun. Salah satu bentuk pencegahan anemia yaitu dengan pemberian zat besi (Fe) pada remaja putri yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat besi bagi para remaja putri yang akan menjadi seorang ibu dimasa yang akan datang (Megawati, Arlis & Putri, 2023).

Faktor penyebab anemia pada remaja putri perlu dikaji untuk menekan prevalensi anemia yang terus meningkat. Prevalensi anemia remaja putri usia 10-24 tahun berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2018 meningkat menjadi 32%, dari 21,4% pada tahun 2013 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Investasi kesehatan pada remaja akan menjamin keberlangsungan dan memperkuat intervensi kesehatan sejak usia dini. Selain itu intervensi kesehatan pada remaja dapat menurunkan risiko yang ditimbulkan oleh rendahnya derajat kesehatan yang terjadi pada anak, sehingga dapat memutus siklus stunting dan berperan dalam mempercepat perbaikan indikator kesehatan reproduksi (Yuliani, 2024).

Kader kesehatan merupakan ujung tombak dalam pelayanan kesehatan di tingkat masyarakat. Mereka adalah individu yang telah mendapatkan pelatihan khusus untuk membantu pelayanan kesehatan dasar di komunitas mereka. Dengan meningkatkan pemahaman kader posyandu tentang stunting dan langkah pencegahannya, diharapkan dapat berperan aktif dalam mewujudkan generasi bebas stunting. Sinergi dan kolaborasi antara kader posyandu, tenaga kesehatan, pemangku

kepentingan lainnya, dan masyarakat menjadi kunci utama dalam mencapai tujuan tersebut.

METODE

Pelaksanaan dari pengabdian ini dengan terlebih dahulu melakukan identifikasi terhadap masalah yang terjadi saat ini selanjutnya menentukan lokasi yang sesuai dengan masalah dan menentukan sasaran serta metode yang digunakan. Kegiatan ini menggunakan beberapa metode diantaranya: penyuluhan, skrining anemia dengan pemeriksaan Hb pada remaja putri dan pelatihan pada pengurus UKS. Metode edukasi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader dan remaja putri tentang anemia dan *stunting*. Edukasi diberikan menggunakan media *powerpoint* dan modul. Metode skrining dilakukan dengan mengukur Hb peserta, sedangkan metode simulasi dilakukan untuk memberikan pelatihan cara mengukur Hb kepada siswa yang nantinya diharapkan dapat melakukan pengukuran Hb secara rutin bagi siswi yang mengalami anemia.

Tingkat keberhasilan dari pelaksanaan penyuluhan diukur melalui nilai yang diperoleh dari tingkat pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan edukasi atau penyuluhan kepada peserta atau disebut dengan *pre test dan post test*. Metode skrining dilakukan dengan mengukur Hb menggunakan alat pengukur Hb dan lembar pencatatan untuk mencatat hasil pengukuran.

Kegiatan Pengabdian ini dilaksanakan mulai bulan Maret sampai dengan Oktober tahun 2024 di SMAN 2 Mamuju dan di Poskesdes Padang Panga Mamuju. Di poskesdes dilakukan penguluhan pada kader posyandu dan di SMAN 2 Mamuju

dilakukan penyuluhan dan skrining remaja putri sedangkan pelatihan pengukuran Hb dilakukan pada pengurus UKS. Sebanyak 5 orang kader berpartisipasi dalam kegiatan ini. Sementara itu remaja putri yang berpartisipasi dalam penyuluhan sebanyak 55 orang, Skrining dilakukan pada 105 orang siswi dan sebanyak 12 orang siswa/i mengikuti simulasi pemeriksaan Hb.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat ini telah terlaksana sesuai dengan yang direncanakan. Kegiatan ini terdiri atas tiga kegiatan yaitu:

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan beberapa kegiatan yaitu:

1. Tahap persiapan

Tahap awal pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu dengan melakukan koordinasi dengan Puskesmas Binanga terkait tujuan dan pelaksanaan kegiatan pengabdian. Tim pengabdian kemudian memastikan lokasi pelaksanaan pengabdian.



Gambar 1. Koordinasi Pelaksanaan PKM dengan pihak Puskesmas Binanga.

Koordinasi selanjutnya dengan pihak Poskesdes Padang Panga dan bagian kesiswaan SMAN 2 Mamuju.



Gambar 2. Koordinasi Pelaksanaan PKM dengan pihak Poskesdes Padang Panga dan SMAN 2 Mamuju.

Kegiatan selanjutnya adalah melakukan breafing dengan mahasiswa dalam hal ini sebagai pendamping untuk menjelaskan secara singkat tentang kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan serta pembagian tugas masing-masing pendamping.



Gambar 3. Pelaksanaan *breafing*.

1. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan melakukan *pre test* yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta tentang materi yang akan diberikan. Pada kegiatan ini soal-soal *pre test* terkait anemia dan stunting. Berikut hasil *pre test* pada siswa yang mengikuti penyuluhan.

Table 1. Pengetahuan Peserta Sebelum Penyuluhan

Pengetahuan	f	%
Baik	14	25,45
Kurang	41	74,55
Total	55	100

Tabel 1 di atas menunjukkan dimana sebelum penyuluhan dilakukan sebanyak 14 orang sasaran (25,45%) berpengetahuan baik dan 41 orang (75,55%) memiliki pengetahuan kurang.

Kegiatan selanjutnya adalah edukasi/penyuluhan. Edukasi diberikan kepada kader poskesdes Padang Panga dan remaja putri dalam hal ini adalah siswi SMAN 2 Mamuju.

Setelah edukasi selanjutnya dilakukan *post test*.

Adapun hasil *post test* yang dilakukan yaitu:

Table 2. Pengetahuan Peserta Setelah Penyuluhan

Pengetahuan	f	%
Baik	52	94,55
Kurang	3	5,45
Total	55	100

Tabel 2 menjelaskan, setelah dilakukan edukasi sebanyak 52 orang sasaran (94,55%) memiliki pengetahuan baik dan 3 orang (5,45%) memiliki pengetahuan kurang. Dari nilai yang diperoleh dari *pre-test* dan *post-test* dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi pada sasaran sekitar 69%.



Gambar 4. Pelaksanaan Penyuluhan.

Kader diberikan penyuluhan tentang penggunaan suplemen Zat Besi pada remaja putri dan cara melakukan skrining awal pada penderita anemia seperti melakukan pemeriksaan pada mata, telapak tangan dan lidah, dimana kelopak mata, telapak tangan dan lidah tampak pucat, mudah lelah dan lemah. Sementara itu kepada remaja putri diberikan penyuluhan tentang anemia dan stunting.

Penyuluhan diberikan dengan harapan terjadinya peningkatan pengetahuan baik kader maupun remaja putri tentang anemia dan dampaknya terhadap *stunting*. Pengetahuan yang baik dapat mempermudah seseorang untuk menerima informasi dan menerapkannya pada kehidupan sehari-hari. Pengetahuan dapat diperoleh salah satunya dari petugas kesehatan yaitu dengan aktif ikut serta dalam kegiatan penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan oleh petugas kesehatan (Sudarta & Hikmah, 2023).

Kegiatan yang dilakukan selanjutnya adalah skrining anemia. Skrining dilakukan dengan memeriksa Hb pada 105 orang siswi, dari hasil pemeriksaan terdapat 3 orang yang terdeteksi menderita anemia dengan Hb 7,9 mg/dL, 8,1 mg/dL, dan 8,9 mg/dL pada kegiatan ini juga tim pengabdian bekerjasama dengan Puskesmas Binanga untuk memberikan tablet Fe. Remaja putri yang menderita anemia dianjurkan minum tablet Fe setiap hari dan memeriksakan Hbnya 1 bulan berikutnya. Selain diberikan tablet Fe pihak puskesmas juga menekankan pentingnya minum tablet Fe secara rutin, istirahat yang cukup serta makan makanan yang bergizi kepada para remaja yang ikut serta dalam kegiatan ini.

Skrining dilakukan untuk mencegah komplikasi jangka panjang seperti gangguan tumbuh kembang, penurunan produktivitas, atau peningkatan risiko mortalitas pada kelompok tertentu yaitu remaja putri. Anemia pada remaja putri dapat memengaruhi perkembangan fisik dan mental. Deteksi dini membantu mencegah komplikasi seperti gangguan konsentrasi, penurunan prestasi belajar, dan gangguan

pertumbuhan. Remaja putri rentan mengalami anemia karena menstruasi dan kebutuhan zat besi yang meningkat. Deteksi dini memungkinkan intervensi gizi, seperti suplementasi zat besi dan edukasi pola makan (Puspita Sari et al., 2024).



Gambar 5. Skrining Anemia.

Kegiatan selanjutnya adalah memberikan pelatihan penggunaan alat pengukur Hb kepada pengurus UKS. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan keterampilan kepada pengurus UKS agar bisa melakukan pemeriksaan Hb secara mandiri kepada siswa/i yang akan melakukan pemeriksaan Hb.



Gambar 6. Pelatihan pemeriksaan Hb.

Kegiatan ini diikuti oleh 12 orang siswa. Dimana setiap peserta diberikan kesempatan untuk

melakukan simulasi pemeriksaan secara bergantian. Pada kegiatan ini juga dihadiri dan didampingi oleh Pembina UKS.

SIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat ini memberikan manfaat yang sangat baik bagi puskesmas, sekolah maupun kader. Manfaat yang diperoleh diantaranya edukasi yang diberikan kepada remaja putri dan kader dapat mengetahui tentang anemia dan stunting, peserta dapat mengetahui kadar Hb dalam darahnya dan yang ketiga peserta dapat mengetahui dan mempraktikkan cara mengukur Hb secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terlaksananya kegiatan ini tentu atas bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini kami tim pengabdian mengucapkan banyak terima kasih kepada: Bapak Direktur Poltekkes Kemenkes Mamuju, Kepala Puskesmas Binanga dan Kepala Sekolah SMAN 2 Mamuju, Ibu Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mamuju, Ibu Kepala Unit Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Poltekkes Kemenkes Mamuju, Bapak Iqra, Ners., M.Kep sebagai anggota tim, seluruh teman sejawat dan PLP di Jurusan keperawatan, Mahasiswa yang turut berpartisipasi dari persiapan hingga pelaksanaan, para kader posyandu, para remaja putri dan pengurus UKS yang dengan semangat mengikuti kegiatan mulai dari penyuluhan, pemeriksaan Hb dan pelatihan pemeriksaan Hb. Akhir kata semoga semua hal

baik yang sudah kita lakukan mendapat anugerah dari Tuhan Yang Maha Esa.

DAFTAR PUSTAKA

Engla Pasalina, P., Fil Ihsan, H., & Devita, H. (2023). Hubungan Riwayat Anemia Kehamilan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Relationship Between A History Of Pregnancy Anemia And The Incidence Of Stunting In Toddlers. In *Jurnal Kesehatan* (Vol. 12, Issue 2).

Febrianti, K. D., Ayu, W. C., Anidha, Y., & Mahmudiono, T. (2023). Effectiveness Of Nutrition Education On Knowledge Of Anemia And Hemoglobin Level In Female Adolescents Aged 12-19 Years: A Systematic Reviews And Meta-Analysis. *Amerta Nutrition*, 7(3), 478–486. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V7i3.2023.478-486>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.

Megawati. Arlis, Izzawati. P., & Putri, M. (N.D.). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Fe Untuk Mencegah Anemia Di Smk Negeri 1 Rengat Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak (Kia)*, 3, 1.

Puspita Sari, E., Arifin, Z., & Farhan, A. (2024). Skrining Anemia Pada Remaja (Sari, Dkk.) | 122 Nanggroe. *Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia*, 3(4), 122–125. <https://doi.org/10.5281/Zenodo.12790883>

Rahayu, D. T., Studi, P., Kebidanan, S., Karya, S., Kediri, H., & Wahyuntari, E. (2021). *Anemia Pada Kehamilan Dengan Kejadian Stunting Di Desa Gayam Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri Anemia In Pregnancy With Stunting In Gayam Village District Gurah Kediri*. <https://doi.org/10.21070/Midwiferia.V%Vi%I.1319>

Sudarta, I. M., & Hikmah, N. (2023). Meningkatkan Pengetahuan Tentang Hipertensi Pada Penderita, Kader Dan

Keluarga Di Wilayah Kerja Puskesmas Binanga Kabupaten Mamuju. *Jurnal Abdidas*, 4(5), 434–439. <https://doi.org/10.31004/abdidas.V4i5.845>

Who. (2015). *Stunting In A Nutshell*. <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>.

Yuliani, I. R. (2024). *Prevention Of Stunting With Teenagers' First 8000 Days Of Life Program Pencegahan Stunting Melalui Program 8000 Hari Pertama Kehidupan (Hpk) Oleh Remaja*.