

STUNTING ACCELERATION PROGRAM USING AN APPROACH TO OPTIMIZE THE HEALTH OF TEENAGE GIRLS FREE FROM IRON DEFICIENCY ANEMIA IN THE CITY OF BANJARMASIN

Dania Relina Sitompul¹, Margaretha Martini¹, Oktovin¹

¹Nursing Study Program and Nurse Profession Program, Stikes Suaka Insan, Banjarmasin, Indonesia
email: *daniarelina89@gmail.com

Diserahkan: 17 Nopember 2023 | Direvisi: 10 Desember 2024 | Diterima: 22 Maret 2025

Abstract

Stunting is a condition where children under five years of age have a height-for-age below the standard. In 2018, South Kalimantan ranked ninth nationally for stunting prevalence. Based on the Indonesian Toddler Nutrition Status Survey (SSGBI) in 2019, the proportion of stunted children under five in the region was 31.75%, placing it seventh nationally. Although the proportion declined to 30.0% in 2021, South Kalimantan still ranked sixth nationally. One of the contributing factors to stunting is anemia among adolescent girls. A major issue identified was the lack of knowledge about anemia among this group. Therefore, community engagement activities were conducted to raise awareness, measure hemoglobin (Hb) levels, and distribute iron (Fe) tablets to adolescent girls as a preventive measure. These activities were carried out at Banjarmasin Junior High School 20 in May 2023, targeting female students. The methods employed included surveys, lectures, and discussions. The results showed that students were able to understand effective ways to prevent anemia after the counseling session. Hemoglobin level measurements revealed that two participants had anemia (Hb levels of 9 g/dL), while 85 students had normal Hb levels. Iron tablet supplementation was administered directly during the counseling session to prevent iron deficiency anemia.

Keywords: Adolescent girls; Anemia; Iron deficiency; Iron tablet (Fe); Stunting

PENDAHULUAN

Stunting atau kerdil merupakan kondisi dimana anak balita memiliki tinggi badan kurang dari yang seharusnya sesuai umurnya. Kejadian stunting ini termasuk dalam masalah gizi kronik yang dampak kedepannya akan mempengaruhi masa depan anak balita stunting tersebut, seperti kesulitan dalam perkembangan fisik dan kognitif yang optimal. Terkait hal ini, kasus stunting menjadi perhatian dunia terutama dari *World Health Organization* (WHO). WHO mencatat tahun 2017 22,2% atau sekitar 150,8 juta balita di dunia mengalami stunting (Kemenkes, 2018)

Pada tahun 2018 WHO mencatat negara Indonesia termasuk salah satu negara dengan kasus prevalensi stunting tertinggi ketiga di Asia Tenggara, dengan rata-rata prevalensi tahun 2005-2017 yaitu 36,4% (Kemenkes, 2018). Saat ini angka prevalensi stunting di Indonesia menunjukkan perbaikan setiap tahunnya dengan menunjukkan tren penurunan

angka stunting. Berdasarkan data angka stunting tahun 2019 di Indonesia mencapai 27,7% dan menurun 3,3% di tahun 2021 menjadi 24,4% (Litbangkes, 2021). Akan tetapi, penurunan prevalensi stunting ini dinilai masih belum mencapai target WHO yaitu dibawah 20% (Teja, 2019)

Kasus stunting di Indonesia tersebar 34 Provinsi. Salah satu provinsi di Indonesia dengan kasus prevalensi stunting tertinggi adalah Provinsi Kalimantan Selatan. Pada tahun 2013, provinsi Kalimantan Selatan menduduki peringkat ke 5 secara nasional terkait jumlah stunting dan termasuk dalam 15 provinsi dengan kasus stunting pada kategori berat (Kemenkes, 2013). Pada tahun 2018, prevalensi stunting di provinsi Kalimantan Selatan menduduki peringkat 9 secara nasional (Kemenkes, 2018). Pada tahun 2019, berdasarkan hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) proporsi stunting pada balita di Kalimantan Selatan mencapai 31,75% atau menduduki peringkat ke

7 secara nasional (Khairani, Mursyita and Darmawan, 2020; Litbangkes, 2021) dan tahun 2021, terjadi penurunan proporsi menjadi 30,0% tetapi menduduki peringkat 6 secara nasional (Litbangkes, 2021)

Banyak faktor penyebab Stunting seperti rendahnya asupan makanan bergizi, rendahnya asupan vitamin dan mineral serta rendahnya pemenuhan kebutuhan pangan dan sumber protein hewani yang beragam. Tidak hanya itu, Ibu yang masa remajanya kurang nutrisi, dimasa kehamilan mengalami kurang nutrisi dan pemberian Laktasi pada anak juga sangat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan otak anak (Agustina, 2022). Tidak hanya itu, pernikahan dini sebaiknya juga dihindari, karena stunting cenderung terjadi akibat dari pernikahan dini (Hanifah and Stefani, 2022)

Hal inilah yang tergambar di Provinsi Kalimantan Selatan, dimana kasus stunting tinggi hingga menduduki peringkat 6 secara nasional walaupun secara angka mengalami penurunan dari 31,75% tahun 2020 menjadi 30,0% ditahun 2022. Begitu pula kasus pernikahan dini. Pada tahun 2017, pernikahan dini di Kalimantan Selatan tertinggi se Indonesia, paling banyak usia 15 – 19 (46%) dan usia 10-14 tahun (9,24%). Pada tahun 2019, Provinsi Kalimantan Selatan juga tetap menjadi provinsi dengan jumlah perkawinan anak tertinggi di Indonesia yaitu 39,53 % dari jumlah seluruh perkawinan (Juhaidi and Umar, 2020). Sehingga remaja menjadi salah satu kelompok yang dapat menjadi pencetus terjadinya stunting.

Stunting atau kerdil merupakan kondisi dimana anak balita memiliki tinggi badan kurang dari yang seharusnya sesuai umurnya. Kejadian stunting ini termasuk dalam masalah gizi kronik yang dampak kedepannya akan mempengaruhi masa depan anak balita stunting tersebut, seperti kesulitan dalam perkembangan fisik dan kognitif yang optimal. Pada tahun 2018, prevalensi stunting di provinsi Kalimantan Selatan menduduki peringkat 9 secara nasional. Tahun 2019, berdasarkan hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) proporsi stunting pada balita

di Kalimantan Selatan mencapai 31,75% atau menduduki peringkat ke 7 secara nasional. Tahun 2021, terjadi penurunan proporsi menjadi 30,0% tetapi menduduki peringkat 6 secara nasional (Litbangkes, 2021). Salah satu faktor penyebabnya adalah pernikahan dini dan kasus anemia pada remaja putri.

Faktor utama penyebab anemia adalah kurangnya asupan zat besi. Selain itu ada juga faktor lain seperti kebutuhan zat besi yang meningkat, usia, status gizi, lama menstruasi, pola makan, status sosial, pendidikan dan pengetahuan (Fikawati, Syafik and Veratamala, 2017). Anemia lebih banyak terjadi pada remaja putri dibanding remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri akan mengalami menstruasi dan sedang dalam masa pertumbuhan, sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih (Maharani, 2020). Remaja putri biasanya akan membatasi makanan yang akan dikunsumsinya karena ingin menjaga berat badan (Restuti and Susindra, 2017)

Media yang digunakan pada saat penyuluhan yaitu dengan *power point*. Menurut Hashemi, Azizinezhad dan Farokhi (2012), ada beberapa tahap dalam pembelajaran yang dapat memanfaatkan *power point* untuk mencapai target yang diharapkan, yaitu *power point* sebagai media untuk memperkenalkan suatu materi. *Power point* cukup efektif untuk memperkenalkan teori atau konsep baru kepada siswa tentang anemia.

MASALAH, TARGET, DAN LUARAN

Kasus pernikahan dini dikalangan remaja di Kalimantan Selatan sangat tinggi. Begitu pula kasus stunting. Di beberapa penelitian bahkan menemukan bahwa stunting juga banyak terjadi di keluarga dengan usia muda. Beberapa penelitian juga menyebutkan kejadian stunting juga terjadi pada ibu dengan anemia. Banyak faktor penyebab anemia, salah satunya adalah *life style* seperti kebiasaan dalam mengkonsumsi makanan tidak sehat sejak dini.

Memberikan penyuluhan kesehatan pernikahan dini dan keterkaitannya dengan stunting kepada kelompok remaja di Kota Banjarmasin yaitu Remaja Putri SMPN 20

Banjarmasin, perlu dilakukan untuk menekan angka kejadian stunting. Harus dilakukan intervensi jangka panjang pada kelompok remaja putri untuk mengenali anemia, penyebab anemia dan cara menanggulangi anemia.

Target capaian dari kegiatan penyuluhan ini yaitu peningkatan pengetahuan kelompok remaja perempuan SMPN 20 Banjarmasin yang mengikuti tentang pernikahan dini, stunting dan anemia. Serta seluruh kelompok remaja perempuan SMPN 20 Banjarmasin yang mengikuti kegiatan penyuluhan (100%) juga mendapatkan Tablet Zat Besi yang di awasi langsung oleh dosen-dosen STIKES Suaka Insan Banjarmasin bekerjasama dengan Puskesmas Pekauman Banjarmasin dan Puskesmas Mantuil. Hasil kegiatan kemudian akan dipublikasikan dalam jurnal pengabdian masyarakat yang terakreditasi nasional.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan anemia gizi dilakukan pada bulan Mei 2023. Responden yang dijadikan dalam kegiatan ini adalah siswa-siswi di SMPN 20 Banjarmasin. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan akibat masih tingginya kasus anemia. Pelaksanaan kegiatan ini di SMPN 20 Banjarmasin. Adapun tahapan dalam penyuluhan ini dilakukan 3 tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Tahapan persiapan meliputi sosialisasi, identifikasi masalah, menyusun tujuan penyuluhan, memilih metode penyuluhan, menyusun media edukasi berupa *power point* dan bekerjasama dengan Puskesmas Pekauman untuk bersama melakukan pengukuran kadar Hb dan membagikan tablet tambah darah untuk langsung diminum oleh siswi-siswi setelah selesai penyuluhan.

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di salah satu ruang kelas di SMP Negeri 20 Banjarmasin. Kegiatan diikuti oleh siswi SMP Negeri 20 Banjarmasin dengan perwakilan dari kelas VII sampai kelas IX. Rangkaian pelaksanaan sebagai berikut:

1. Penyambutan dan pengenalan anggota penyuluhan.

2. Melakukan *pretest* (menggali pemahaman siswi tentang pentingnya pencegahan anemia pada remaja untuk mencegah stunting di SMP Negeri 20 Banjarmasin).
3. Memberikan pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja putri (pengertian, macam-macam, gejala, pencegahan, dan pengobatan serta dampak anemia terhadap kejadian stunting), tentang stunting, pernikahan dini dan hubungan antara keduanya. Pemberian pendidikan kesehatan ini diberikan dengan metode ceramah kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab.
4. Bekerjasama dengan Puskesmas Pekauman untuk bersama melakukan pengukuran kadar Hb dan membagikan tablet tambah darah untuk langsung diminum oleh siswi-siswi setelah selesai penyuluhan.
5. Sesi foto bersama dan penutupan.

Evaluasi dilakukan dengan mengukur tingkat pengetahuan responden sebelum dan setelah diberikan penyuluhan. Evaluasi tingkat pengetahuan menggunakan 10 pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Evaluasi juga dilakukan dengan menilai tingkat keaktifan dan antusiasme peserta, dimana pada kegiatan ini seluruh peserta aktif mengikuti kegiatan penyuluhan.

HASIL PEMBAHASAN

Kelompok remaja perempuan SMPN 20 Banjarmasin yang mengikuti kegiatan penyuluhan ini total berjumlah 87 orang. Sebelum penyuluhan, responden diberikan *pretest* yang bertujuan untuk mengetahui *baseline* pengetahuan responden terkait tema kegiatan yaitu pernikahan dini dan stunting. Adapun hasil *pretest* didapatkan pengetahuan responden sebesar 45 orang (51,7%) memiliki pengetahuan baik sebanyak 32 orang (48,2%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang pernikahan dini dan stunting.

Pemberian pengetahuan terkait pernikahan dini dan stunting serta hubungan keduanya, kemudian diberikan disertai dengan pemeriksaan hemoglobin kepada seluruh responden. Seluruh peserta kemudian diberikan tablet zat besi

dengan bekerjasama dengan Puskesmas Pekauman Banjarmasin untuk fungsi pemantauan. Adapun hasil pemeriksaan hemoglobin yang dilakukan menunjukkan 2 orang responden (2,3 %) mengalami anemia dengan kadar hemoglobin sebesar 9 gr/dl.

Setelah seluruh kegiatan terlaksana dilakukan pula evaluasi terhadap keseluruhan kegiatan dengan melakukan *post-test*. Hasil yang diperoleh adalah terdapat peningkatan pengetahuan responden terkait tema kegiatan dengan dengan 76 orang (87,3 %) memiliki pengetahuan baik, meningkat dari sebelumnya sebesar 37,4 %.

Upaya dalam menanggulangi masalah stunting di Kalimantan Selatan terutama di Kota Banjarmasin dapat dilakukan dengan memberikan intervensi kepada kelompok sasaran yaitu remaja putri. Remaja putri perlu mengetahui tentang stunting, penyebab stunting dan cara yang dapat dilakukan untuk mencegah munculnya kejadian stunting kedepannya. Salah satu yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan tanya jawab tentang stunting, dampak dari pernikahan dini dan hubungan antara kejadian anaemia dan stunting. Selain itu juga, deteksi kejadian anemia juga perlu dilakukan sebagai dasar untuk memberikan intervensi pemberian obat zat besi. Hal ini dikarenakan, kelompok remaja dengan anemia tanpa penanganan juga menjadi salah satu faktor resiko melahirkan anak dengan kondisi stunting.

Kegiatan penyuluhan anemia gizi pada remaja ini tim menyampaikan materi tentang anemia gizi pada remaja meliputi definisi, gejala-gejala, pencegahan, dan pengobatan serta dampak anemia terhadap kejadian stunting). Kegiatan penyuluhan ini bertujuan agar siswi-siswi memahami tentang pentingnya pencegahan anemia serta sangat penting untuk mencegah generasi yang stunting. Kegiatan penyuluhan berlangsung kurang lebih 2 jam dan terlaksana dengan tertib dan lancar serta mendapat antusias yang baik dari pihak sekolah. Siswi- siswi cukup memahami dan sangat antusias dalam kegiatan ini, terbukti beberapa

siswa dan siswi bertanya tentang upaya pencegahan pada anemia serta dampak anemia pada generasi yang stunting.



Gambar 1. Penyuluhan Anemia Gizi Pada Usia Remaja



Gambar 2. Pemeriksaan HB pada siswi-siswi di SMPN 20 Banjarmasin



Gambar 3. Bekerjasama dengan Puskesmas Pekauaman Banjarmasin untuk memberikan Tablet Tambah Darah pada siswi-siswi di SMPN 20 Banjarmasin

Anemia merupakan keadaan yang dialami dengan berkurangnya hemoglobin dalam tubuh. Hemoglobin ini merupakan suatu metaloprotein yakni protein yang mengandung zat besi didalam sel darah merah (Özdemir, 2015). Gejala anemia antara lain muka pucat, kurang bertenaga, mudah mengantuk, sakit kepala dalam keadaan yang lebih parah bisa mengakibatkan peningkatan denyut jantung, nafas terengah-engah dan pingsan (Abdulsalam and Daniel, 2002). Pelaksanaan tindakan lebih difokuskan pada tindakan farmakologis dan nonfarmakologis yaitu dengan memberikan tablet tambah darah, nonfarmakologis yaitu dengan mengonsumsi makanan yang sehat dengan mencukupi nilai gizi sesuai kebutuhan remaja putri serta mengurangi konsumsi makanan cepat saji. Melakukan olahraga rutin seperti jogging, bersepeda atau berenang. Pada akhir sebelum penutupan dilakukan terlebih dahulu sesi tanya jawab kepada siswa dan siswi, untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswi- siswi tentang anemia.

Peningkatan pengetahuan seseorang dapat dilakukan melalui upaya penyuluhan. Penyuluhan merupakan upaya memberikan informasi atau berbagi informasi kepada orang lain guna menambah pengetahuan dan dapat merubah perilaku. Penyuluhan dalam hal ini merupakan bagian dalam Pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan sehingga menjadi upaya pencegahan atau preventif esensial pada bahan makanan yang dimakan secara luas oleh kelompok sasaran (Fadila and Kurniawati, 2017). Penyuluhan tidak lepas dari media untuk menyampaikan pesan dengan mudah dan dapat dipahami oleh orang lain. Media digunakan untuk memudahkan responden dalam memahami apa yang disampaikan oleh narasumber sehingga dapat mencegah terjadinya kesalahan persepsi (Fitriani *et al.*, 2019). Media yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah menggunakan

power point. Power point adalah salah satu software yang dapat memudahkan dalam menampilkan program multimedia menarik, baik dalam pembuatan, maupun dalam penggunaan dan relatif murah (Rusman, 2015). Power point mampu menyampaikan pesan lewat melalui gambar dan animasi sederhana sehingga mudah dipahami oleh responden. *Power point* yang digunakan berisi pengertian, prevalensi, dampak, penyebab, cara pencegahan, zat gizi yang berhubungan dengan anemia, makanan sumber zat besi serta tips dan trik mengonsumsi tablet tambah darah.



Gambar 4. Evaluasi dan dokumentasi dengan pihak sekolah

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan ini terlaksana dengan baik dengan peningkatan pengetahuan yang signifikan pasca pemberian pengetahuan terkait pernikahan dini dan stunting, serta hubungan keduanya. Pemberian penyuluhan juga memberikan kesadaran kepada responden untuk dapat merencanakan dengan baik terkait dengan usia pernikahan serta penanganan stunting.

Memberikan penyuluhan kesehatan pernikahan dini dan keterkaitannya dengan stunting kepada kelompok remaja di Kota Banjarmasin perlu dilakukan terus menerus untuk menekan angka kejadian stunting. Harus dilakukan intervensi jangka panjang pada

kelompok remaja putri untuk mengenali anemia, penyebab anemia dan cara menanggulangi anemia serta pencegahan stunting sejak dini.

Ucapan terimakasih diberikan kepada rekan dalam kegiatan ini, Puskesmas Pekauman Banjarmasin sebagai penyedia serta pemberi tablet zat besi kepada seluruh responden, pihak sekolah SMPN 20 Banjarmasin yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan serta STIKES Suaka Insan terkait pendanaan untuk keterlaksanaan kegiatan penyuluhan ini.

REFERENSI

- Abdulsalam, M. and Daniel, A. (2002) 'Diagnosis, Pengobatan dan Pencegahan Anemia Defisiensi Besi', *Sari Pediatri*, 4(2), pp. 2–5.
- Agustina, N. (2022) *Faktor-Faktor Penyebab Kejadian Stunting Pada Balita*. Available at: <https://www.yankes.kemendes.go.id/>.
- Fadila, I. and Kurniawati, H. (2017) *Pedoman Penanggulangan Anemia Gizi di Indonesia*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi Masyarakat.
- Fikawati, S., Syafik, A. and Veratamala, A. (2017) *Gizi Anak dan Remaja*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Fitriani, S.. et al. (2019) 'Penyuluhan Anemia Gizi dengan Media Motion Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri', *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bandung*, 11(1).
- Hanifah, N.. and Stefani, M. (2022) 'Hubungan Pernikahan Usia Dini dengan Angka Kejadian Stunting pada Balita di Kelurahan Mekarsari', *Jurnal Gizi Ilmiah: Jurnal Ilmiah Ilmu Gizi Klinik, Kesehatan Masyarakat Dan Pangan*, 9(3), pp. 32–41. Available at: <https://doi.org/10.46233/jgi.v9i3.819>.
- Hashemi, M., Azizinezhad, M. and Farokhi, M. (2012) 'Power Point as an Innovative Tool for Teaching and Learning in Modern Classes', *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 31, pp. 559–563. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.12.103>.
- Juhaidi, A. and Umar, M. (2020) 'Pernikahan Dini, Pendidikan, Kesehatan dan Kemiskinan di Indonesia, Masihkah Berkorelasi?', *Khazanah: Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, 18(1), pp. 1–24.
- Kemendes (2013) *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013*. Jakarta. Available at: http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil Riskesdas_2013.
- Kemendes (2018) *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta. Available at: http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil Riskesdas 2018.pdf.
- Khairani, Mursyita, A. and Darmawan, S. (2020) 'Situasi Stunting di Indonesia', in *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Litbangkes (2021) *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Available at: <https://layanandata.kemendes.go.id/katalog-data/ssgi/ketersediaan-data/ssgi-2022>.
- Maharani, S. (2020) 'Penyuluhan Tentang Anemia pada Remaja', *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(1), pp. 1–13.
- Özdemir, N. (2015) 'Iron deficiency anemia from diagnosis to treatment in children', *Turkish Archives of Pediatrics*, 50(1), pp. 11–19. Available at: doi: 10.5152/tpa.2015.2337.
- Restuti, A. and Susindra, Y. (2017) 'Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri.', *Jurnal Ilmiah INOVASI*, 1(2), pp. 163–167.
- Rusman (2015) *Pembelajaran Tematik Terpadu Teori, Praktik dan Penilaian*.

Jakarta: Rajawali Press.
Teja, M. (2019) *Stunting Balita Indonesia
Dan Penanggulangannya*. Jakarta:
Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR
RI, XI.