

## **Peningkatan Literasi Kesehatan Remaja Putri dalam Pemberantasan Anemia sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Tangsil Kulon Bondowoso**

**Qisma Farah Azizah<sup>1</sup>, Lailatul Ridhanis<sup>1</sup>, Nurul Istichana<sup>1</sup>, Rakhmi Aliffiyah Azhari<sup>1</sup>, Noris Rizqulloh<sup>1</sup>, Isnaini Aprilina Nisadi<sup>1</sup>, Chika Aulia Pramesti<sup>1</sup>, Iffa Salsabila<sup>2</sup>, Ajeng Robana<sup>2</sup>, Dewi Rokhmah<sup>1\*</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember

<sup>2</sup>Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember

\*Corresponding author: [dewirokhmah@unej.ac.id](mailto:dewirokhmah@unej.ac.id).

### **Abstract**

**Background:** Stunting remains a global issue in Indonesia. Bondowoso is among the regencies with the highest prevalence of stunting in East Java, with 17 villages designated as focal points for stunting prevention and management, one of which is Tangsil Kulon. The number of stunted children in Tangsil Kulon has reached 43 toddlers. The primary causes of stunting in Tangsil Kulon are pregnant women experiencing anemia and the low intake of iron tablets and nutritious food among adolescent girls. Therefore, it is crucial to raise public awareness, particularly among teenage girls, about stunting in Tangsil Kulon by implementing health literacy. **Method:** This activity was carried out using lecture methods, product creation, and demonstration. **Result:** The results showed that participants' knowledge increased by more than 40%. Additionally. **Conclusion:** It can be concluded that the intervention efforts were effective in improving knowledge through the application of health literacy.

**Keywords:** Stunting, Adolescent Girls, Health Literacy

### **Abstrak**

**Latar Belakang:** Stunting masih menjadi masalah global di Indonesia. Bondowoso termasuk kabupaten dengan prevalensi stunting tertinggi di Jawa Timur dan terdapat 17 desa yang ditetapkan sebagai lokus pencegahan dan penanggulangan stunting, salah satunya adalah Desa Tangsil Kulon. Angka stunting di Desa Tangsil Kulon mencapai sejumlah 43 balita. Faktor penyebab stunting terbesar di Desa Tangsil Kulon adalah ibu hamil yang mengalami anemia, serta rendahnya konsumsi tablet Fe dan makanan bergizi pada remaja putri. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat khususnya remaja putri terkait dengan stunting di Desa Tangsil Kulon melalui upaya penerapan literasi kesehatan. **Metode:** Kegiatan ini dilaksanakan dengan menggunakan metode ceramah, serta pembuatan dan demonstrasi produk. **Hasil:** Hasil menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta lebih dari 40%. **Kesimpulan:** Hal ini dapat disimpulkan bahwa upaya intervensi yang dilakukan efektif untuk meningkatkan pengetahuan melalui penerapan literasi kesehatan.

**Kata Kunci:** Stunting, Remaja Putri, Literasi Kesehatan

### PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagalnya pertumbuhan pada anak yang diakibatkan oleh kurangnya gizi kronis sehingga anak terlihat lebih pendek dibandingkan dengan seusianya (1). Terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab stunting, yaitu faktor kesehatan, kondisi sanitasi lingkungan, sosial ekonomi, pola asuh orangtua, serta asupan gizi. Asupan gizi ini penting diperhatikan karena memiliki efek yang bersifat jangka panjang. Permasalahan kurangnya asupan gizi juga banyak dialami oleh remaja perempuan yang nantinya merupakan calon pengantin. Kondisi kurangnya asupan gizi yang terjadi terus menerus akan berpotensi melahirkan bayi BBLR dan berujung pada stunting (2).

Stunting masih menjadi masalah secara global, dimana pada tahun 2022 terdapat 148,1 juta (22,3%) balita di dunia mengalami stunting (3). Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, prevalensi stunting di Indonesia sebesar 21,6%. Prevalensi ini masih tergolong tinggi karena berada di atas standar WHO bahwa prevalensi stunting harus <20% (4). Jawa timur menjadi salah satu provinsi dengan angka prevalensi tinggi di Indonesia, yaitu sebesar 23,5%. Kabupaten Bondowoso termasuk kabupaten dengan prevalensi stunting tertinggi di Jawa Timur, setelah Kabupaten Jember. Pada tahun 2022, prevalensi stunting di Kabupaten Bondowoso sebesar 32%. Dinkes Bondowoso menentukan sebanyak 17 desa sebagai lokus pencegahan dan penanggulangan stunting untuk tahun 2022, salah satunya adalah Desa Tangsil Kulon (5). Angka stunting di Desa Tangsil Kulon sejumlah 43 balita. Risiko balita mengalami stunting meningkat karena ibu hamil yang mengalami malnutrisi salah satunya ibu hamil yang mengalami anemia.

Berdasarkan hasil analisis situasi di Desa Tangsil Kulon menunjukkan bahwa terdapat 13,43% ibu hamil yang mengalami anemia, 15,2% remaja putri mengaku tidak mengonsumsi tablet Fe, serta rendahnya konsumsi makanan bergizi pada remaja putri sebesar 18,81%. Kondisi kesehatan ibu yang terganggu ketika hamil dapat meningkatkan risiko terjadinya stunting pada bayi. Adapun salah satu kondisi yang dapat meningkatkan risiko tersebut adalah anemia (6). Anemia ini rentan terjadi pada remaja putri karena menstruasi yang dialami setiap bulannya, sedangkan remaja dengan anemia akan berpotensi mengalami anemia dikemudian hari dan nantinya akan berpengaruh terhadap tumbuh kembang janin (7).

Meninjau beberapa permasalahan tersebut maka diperlukan pemberian intervensi gizi spesifik guna meningkatkan kebutuhan gizi dan kesehatan (8). Selain itu, sebagai upaya mendukung program pemerintah yang memfokuskan upaya pencegahan stunting melalui pemberian intervensi pada calon pengantin maka dilakukan upaya intervensi gizi spesifik dengan sasaran remaja putri (9). Program ini diimplimentasikan dengan menerapkan metode literasi kesehatan dan pemberian tablet Fe. Pemberian tablet Fe dilaksanakan untuk mendukung percepatan penurunan stunting yang terdapat pada Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional Tahun 2020-2024. Implementasi program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri terkait pentingnya konsumsi makanan bergizi dan tablet Fe dalam memberantas anemia guna mencegah terjadinya stunting.

### METODE PELAKSANAAN

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 9 dan 10 Juni 2023 pukul 08.00 - 10.00 WIB di aula Yayasan Bahrul Ulum Desa Tangsil Kulon, Kecamatan Tenggarang, Kabupaten Bondowoso. Sasaran program ini adalah seluruh siswi MTs dan MA Bahrul Ulum, yakni sejumlah 57 orang.

Yayasan Bahrul Ulum ini merupakan satu-satunya lembaga yang terletak di Desa Tangsil Kulon. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan program ini adalah ceramah dan demonstrasi. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan dan melakukan MoU dengan pihak mitra. Kemudian, untuk implementasi program dibagi menjadi dua tahapan Penyuluhan cegah anemia melalui literasi kesehatan dan Pendampingan penggunaan KIT remaja putri bebas anemia

Adapun indikator keberhasilan yang digunakan adalah peningkatan pengetahuan atau nilai dari pre-test ke post-test. Pengetahuan dikategorikan menjadi tiga bagian, yaitu kurang, sedang, dan baik. Nilai dari setiap pengkategorian ditentukan dengan mengurangi nilai terbesar dan terkecil, kemudian dibagi dengan 3 (sesuai jumlah kategori yang sudah ditentukan). Dikarenakan soal berjumlah sepuluh butir maka nilai tertingginya adalah 100 dan nilai terkecilnya adalah 0. Berdasarkan hal tersebut dapat ditentukan bahwa nilai 0 – 33 termasuk kategori kurang, 34 – 67 termasuk kategori sedang, dan 68 – 100 termasuk kategori tinggi. Selain itu, setelah dua minggu dari pelaksanaan program maka diadakan evaluasi untuk mengetahui efektivitas penggunaan KIT remaja putri bebas anemia dalam menerapkan metode literasi kesehatan. Hal ini ditandai dengan siswa yang sudah memahami pola penggunaan KIT dan secara rutin berkoordinasi dengan pustu untuk pengambilan dan pengonsumsi tablet Fe secara rutin.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Penyuluhan cegah anemia melalui literasi kesehatan

Penyuluhan cegah anemia melalui literasi kesehatan ini dilakukan dengan membawakan materi terkait dengan pengolahan dan pengonsumsi makanan bergizi, serta pentingnya mengonsumsi tablet Fe. Selain itu, diakhir penyampaian materi dilakukan pembagian tablet Fe untuk dikonsumsi seluruh peserta. Sebelum dan setelah pelaksanaan penyuluhan dilakukan *pre-test* dan *post-test* sebagai indikator keberhasilan pelaksanaan kegiatan. Adapun hasil *pre-test* dan *post-test* tertera sebagaimana berikut:

**Tabel 1.** Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*

No	Pertanyaan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		n	%	n	%
1	Sumber pangan yang dapat menghambat penyerapan zat besi	52	88,1	57	96,6
2	Sumber pangan yang dapat mempercepat penyerapan zat besi	50	84,7	54	91,5
3	Makanan yang dapat mencegah anemia	50	84,7	55	93,2
4	Keterkaitan inovasi pangan dengan pencegahan anemia adalah	53	89,8	56	94,9
5	Jus jeruk dan jambu mengandung vitamin	48	81,3	50	84,7
6	Tablet tambah darah penting dikonsumsi	51	86,4	57	96,6
7	Remaja putri wajib mengonsumsi tablet Fe karena	46	77,9	53	89,8
8	Berapa kali tablet tambah darah dikonsumsi saat menstruasi	40	67,7	50	84,7
9	Tablet tambah darah mengandung zat	39	61	48	81,3
10	Tablet tambah darah dilarang dikonsumsi secara bersamaan dengan	35	59,3	46	77,9
<b>Rata-rata</b>		<b>78</b>		<b>87,9</b>	

Tabel 3.1 merupakan hasil *pre* dan *post-test* terdapat peningkatan jawaban benar dari masing-masing pertanyaan. Peningkatan tertinggi pada pertanyaan ke 9 dan 10, yaitu terdapat peningkatan pada masing-masing 10 jawaban benar.

**Tabel 2.** Kategori Pengetahuan

Kategori Pengetahuan	Pre-test		Pos-test	
	n	%	n	%
Kurang (0 – 33)	23	40,4	4	7,0
Sedang (34 – 67)	30	52,6	5	8,8
Baik (68 – 100)	4	7,0	48	84,2
<b>Total</b>	<b>57</b>	<b>100</b>	<b>57</b>	<b>100</b>

Tabel 3.2 menunjukkan adanya hasil peningkatan pengetahuan dari *pre-test* dan *post-test* dengan hasil lebih dari 40% peserta mengalami peningkatan pengetahuan. Tingkat pengetahuan siswi sebelum intervensi, masih banyak yang memiliki pengetahuan dengan kategori kurang sebesar 40,4%.

**Gambar 1.** Pelaksanaan *Pre-test* dan *Post-test*

Kegiatan penyuluhan cegah anemia melalui literasi kesehatan ini dilakukan dengan menggunakan metode ceramah. Metode ceramah dipilih untuk memudahkan sasaran dalam memahami informasi kesehatan yang disampaikan fasilitator. Kemudian, berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* diketahui mengalami adanya peningkatan pengetahuan peserta sehingga pemberian penyuluhan ini dapat berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan siswa (10). Intervensi yang dilakukan menggunakan metode ceramah efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswi. Selain pemberian materi mengenai pengolahan dan pengonsumsi makanan bergizi, serta pentingnya mengonsumsi tablet Fe melainkan juga membagikan tablet Fe yang kemudian dikonsumsi secara bersama. Hal tersebut dilakukan untuk menambah pengetahuan sekaligus menanamkan kesadaran pada siswi akan pentingnya mengonsumsi tablet Fe sejak remaja. Penelitian terdahulu menyatakan bahwa tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet Fe berpengaruh terhadap penurunan kejadian anemia pada remaja (11).



(A)

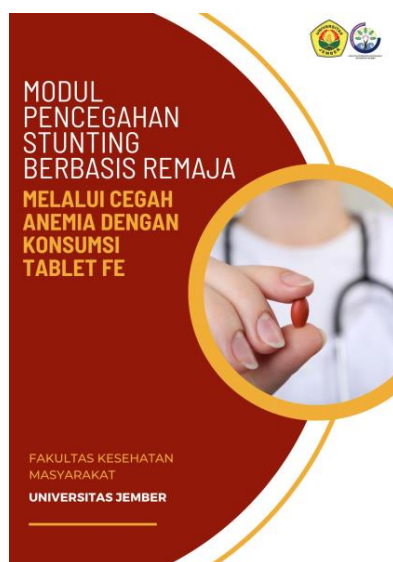


(B)

**Gambar 2.** (A) Penyampaian Materi; (B) Pembagian Tablet Fe

### 2. Pendampingan Penggunaan KIT Remaja Bebas Anemia

Kegiatan kedua pada penyuluhan ini adalah pendampingan penggunaan KIT remaja putri bebas anemia yang terdiri dari kalender dan modul. Secara garis besar modul ini berisikan materi terkait gizi seimbang dan anemia sebagai bentuk materi lanjutan dari informasi yang sudah disampaikan pada saat penyuluhan kegiatan pertama. Hal ini diberikan sebagai bentuk pedoman lanjutan intervensi stunting.



**Gambar 3.** Modul Pencegahan Stunting



**Gambar 4.** Kalender Pencegahan Stunting

Adapun rincian isi dari modul pencegahan stunting ini adalah penjelasan seputar anemia dan penyebabnya, dampak dan keterkaitan anemia dengan terjadinya stunting, manfaat pengonsumsi tablet Fe dalam mencegah anemia, daftar makanan pencegah anemia, aturan pengonsumsi tablet Fe, serta tips disiplin konsumsi tablet Fe pada remaja. Selain modul, komponen dari KIT remaja putri bebas anemia juga terdiri dari kalender yang dilengkapi dengan gambar atau pesan seputar anemia. Fungsi dari kalender ini adalah sebagai pengingat yang dapat ditandai untuk mengambil dan mengonsumsi tablet Fe disetiap minggunya. Keunggulan produk ini dapat menjadi panduan pedoman dan pengembangan ilmu pengetahuan, serta dapat digunakan untuk menjadi bahan ajar. Pemberian KIT dalam bentuk modul ini juga dapat menjadi bahan tambahan literasi di perpustakaan yang dapat diakses kapanpun oleh siswa. Selain itu, terdapat kalender yang dapat menjadi bahan pengingat untuk pengambilan dan mengonsumsi tablet Fe secara rutin pada pustu. Selain keunggulan, produk ini masih memiliki kelemahan yaitu, berbentuk konvensional sehingga masih perlu dilakukan pengembangan teknologi agar mempermudah melakukan *update* dan mendapatkan notifikasi secara otomatis.



(A)



(B)

**Gambar 5.** (A) Pendampingan Penggunaan KIT; (B) Penyerahan KIT

Pendampingan penggunaan KIT bertujuan untuk menjelaskan terkait fungsi penggunaan KIT itu sendiri, sekaligus memberikan stimulus kepada peserta untuk memanfaatkan pengembangan media untuk meningkatkan pengetahuan atau edukasi sehingga pembelajaran dapat terkemas lebih menarik. Penggunaan media dapat menyampaikan informasi dengan lebih efektif (12). Selain, itu peserta juga diminta untuk melakukan demonstrasi penggunaan KIT untuk menambah pemahaman peserta. Pelaksanaan demonstrasi atau praktik penggunaan KIT secara langsung efektif untuk meningkatkan pemahaman peserta, proses penyuluhan menjadi lebih interaktif dan materi menjadi lebih konkret (13). Kemudian, setelah dua minggu pelaksanaan kegiatan maka dilakukan evaluasi dengan melakukan verifikasi antara pihak peserta yang diwakili oleh osis dan pihak puskesmas pembantu. Berdasarkan evaluasi yang dilakukan memperoleh hasil bahwa peserta sudah memahami pola penggunaan kit dan sudah secara rutin berkoordinasi dengan pustu untuk pengambilan dan mengonsumsi tablet Fe secara rutin sehingga hal ini efektif dapat mendorong upaya pemerintah untuk rutin dalam mengonsumsi tablet Fe bagi remaja putri.

### KESIMPULAN

Kegiatan intervensi yang dilakukan merupakan upaya untuk menanamkan kesadaran pada remaja putri terkait pentingnya mengonsumsi makanan bergizi dan tablet Fe. Hal ini dapat menjadi salah satu bentuk pemberantasan anemia guna melakukan pencegahan stunting di Desa Tangsil Kulon, Kabupaten Bondowoso. Pelaksanaan intervensi melalui pemberian literasi kesehatan telah berjalan sesuai dengan target yang diharapkan. Hal tersebut dapat diketahui dengan adanya kenaikan persentase tingkat pengetahuan siswi sebesar 31,69% sehingga hal ini efektif untuk dilakukan. Selain itu, siswi juga sudah memahami pola penggunaan media kit yang terdiri dari modul dan kalender, serta sudah secara rutin berkoordinasi dengan pustu untuk pengambilan dan pengonsumsi tablet Fe sehingga hal ini juga efektif dapat mendorong upaya pemerintah untuk rutin dalam mengonsumsi tablet Fe bagi remaja putri. Pemberian KIT berupa modul sekaligus dapat menjadi bahan tambahan literasi diperpustakaan Yayasan Bahrul Ulum yang dapat diakses kapanpun oleh siswa. Oleh karena itu, upaya seperti ini perlu untuk terus dilakukan dengan perbaikan-perbaikan pada pendekatannya sehingga prevalensi stunting di Desa Tangsil Kulon semakin menurun.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada sumber pendanaan, tim, dan pihak mitra yang memainkan peran penting dalam proses persiapan, pelaksanaan program, hingga penyusunan artikel.

### REFERENSI

1. 1179/2022 K. KMK No HK.01.07/Menkes/1179/2022 Tentang Pedoman Implementasi Core Values Dan Employer Banding ASN Dilingkungan Kemenkes RI. 2022;1–44.
2. Lusiana SA, Ngardita IR, Surmadi RN, Wulan N. Pemberdayaan Masyarakat Pengantin Baru/ Catin Dalam Upaya Mencegah Terjadinya Stunting di Kota Jayapura. *I-Com Indones Community J.* 2023;3(1):360–7.
3. WHO. Stunting Prevalence among Children Under 5 Years of Age (%) [Internet]. 2023. Available from: <https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/gho-jme-stunting-prevalence>
4. Kemenkes RI. Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4% [Internet]. 2023. Available from: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244/>
5. Dinkes Kabupaten Bondowoso. Rembuk Stunting Kabupaten Bondowoso Tahun 2021 [Internet]. 2023. Available from: <https://dinkes.bondowosokab.go.id/rembuk-stunting-kabupaten-bondowoso-tahun-2021/>
6. Kemenkes RI. Saat Remaja Menderita Anemia, Ibu Hamil Berisiko Lahirkan Anak Stunting [Internet]. 2021. Available form: Website Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
7. Sahelangi, O., Pascoal, M.E. and Solang, S.D. Gerakan Remaja Putri Bebas Anemia untuk Pencegahan dan Penanggulangan Stunting di Desa Passi Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow. *Jurnal Abdikemas.* 2022; 4(2): 119-127.
8. Ramadhan H, Forestryana D, Torizellia C, Muhtadi M, Haryoto H, Suranto S. Pendampingan Pencegahan Stunting melalui Intervensi Gizi Spesifik di Desa Mekar Sari

- Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar. *Yumary J Pengabdi Kpd Masy.* 2023;4(1):117–24.
9. Fujiana F, Asroruddin M, Nurmainah N, Arundina A, Wahyudi T, Windarti W, et al. Cegah Stunting melalui Edukasi Pra Nikah. *J Kreat Pengabdi Kpd Masy.* 2023;6(2):517–25.
  10. Syahrina A, Gambir J, Petrika Y. Efektivitas Edu-Anemia dalam Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe di Pontianak. *Pontianak Nutr J.* 2020;3(2):45.
  11. Syah MNH, Novianti H, Asna AF, Perdana SM. Studi Kepatuhan Konsumsi Tambah Darah (TTD) Dan Asupan Zat Gizi terkait Anemia pada Siswa Perempuan di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Kota Bekasi Indonesia. *Kedokteran dan Ilmu Kesehatan.* 2022; 5(3): 48.
  12. Agiratama NP, Kurniasari R. Literature Review: The Effect of Providing Nutrition Education Media on Anemia Knowledge in Adolescents. *Jgk.* 2023;15(1):55–64.
  13. Krisdianto B, Natasyah N, Malini H. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Booklet dan Metode Demonstrasi terhadap Pengetahuan dan Kemampuan Remaja Putri Melakukan Praktik Sadari di Daerah Pedesaan. *J Ners.* 2023;7(2):849–57.