

EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING PADA REMAJA PUTRI SERTA SCREENING HAEMOGLOBIN DI DAYAH INSAN QURANI ACEH BESAR

Stunting prevention education in adolescent girls and hemoglobin screening in Insan Qurani Dayah Aceh besar

Darmawati¹, Siti Hadijah², Rahmayanti^{3*}, Fitriana⁴, Susi Andayani⁵

^{1,2,3,4}Jurusan D III Teknologi Laboratorium Medis, Poltekkes Kemenkes Aceh, Aceh Besar, Indonesia.

⁵Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Aceh, Aceh Besar, Indonesia.

*Penulis Koresponden: yantiasyan2017@gmail.com

Received: 02/09/2025

Accepted: 21/09/2025

Published online: 04/10/2025

ABSTRAK

Remaja putri merupakan calon ibu yang nantinya akan melahirkan anak-anak yang merupakan generasi penerus bangsa. Hingga saat ini pemerintah terus menggalakkan program penurunan angka stunting sehingga melahirkan generasi emas pada tahun 2045 termasuk sasarannya pada remaja. Hal ini terlihat dari dibentuknya kelompok posyandu remaja sebagai upaya mempercepat menurunnya angka stunting agar para remaja mengetahui tentang kesehatannya. Melalui kegiatan Edukasi pencegahan stunting serta screening pemeriksaan Haemoglobin ini, tim pengabdian masyarakat Poltekkes Kemenkes Aceh Jurusan Teknologi Laboratorium Medis (TLM) yang terdiri dari dosen dan mahasiswa mengharapkan remaja yang ada pada dayah Insan Qurani dapat lebih mengetahui pola hidup sehat dan dapat menjaga kesehatannya sehingga bisa terbebas dari anemia akibat kekurangan haemoglobin. Remaja putri beserta pengurus Dayah Insan Qurani menyambut baik kegiatan ini dan terlihat sangat antusias terhadap program ini. Hasil yang diperoleh setelah pelaksanaan kegiatan melalui pre-test dan post-test menunjukkan bertambahnya pengetahuan pencegahan stunting pada remaja putri dari 58% meningkat menjadi 94%. Hasil screening haemoglobin juga menunjukkan remaja putri mempunyai kadar haemoglobin yang normal sebanyak 86% yaitu rata-rata 14 gr/dl, namun ada 14% yang mempunyai nilai Hb dibawah normal yaitu rata-rata 10,6 gr/dl yang menunjukkan adanya anemia. Kepala madrasah dayah Insan Qurani melalui penanggung jawab klinik kesehatan mengharapkan kegiatan serupa terus dilanjutkan agar remaja putri yang ada di dayah tersebut dapat menjaga kesehatannya.

Kata kunci: Stunting, remaja putri, edukasi, screening, haemoglobin.

ABSTRACT

Adolescent girls are future mothers who will give birth to the next generation of the nation. Currently, the government continues to promote programs aimed at reducing stunting

rates to help create a "golden generation" by 2045, with adolescents being one of the primary targets. This is evident in the establishment of adolescent posyandu (integrated health service posts) as an effort to accelerate the reduction of stunting rates and to increase awareness of adolescent health. Through stunting prevention education and hemoglobin screening activities, the community service team from the Department of Medical Laboratory Technology (TLM), Poltekkes Kemenkes Aceh—consisting of lecturers and students—hopes that female adolescents at Dayah Insan Qurani will gain a better understanding of healthy lifestyles and be able to maintain their health, especially in preventing anemia caused by low hemoglobin levels. The female students and the management of Dayah Insan Qurani responded positively and showed great enthusiasm for this program. The results obtained after the activity, measured through pre-test and post-test assessments, showed an increase in knowledge about stunting prevention among adolescent girls from 58% to 94%. Hemoglobin screening results also indicated that 86% of participants had normal hemoglobin levels, with an average of 14 g/dL, while 14% had below-normal levels, averaging 10.6 g/dL, indicating the presence of anemia. The head of the madrasah at Dayah Insan Qurani, through the person in charge of the health clinic, expressed hope that similar activities will continue so that the adolescent girls at the dayah can maintain their health.

Keywords: Stunting, adolescent girls, education, screening, hemoglobin

PENDAHULUAN

Program stunting adalah kegiatan-kegiatan atau upaya-upaya yang dilakukan oleh pemerintah maupun non pemerintah serta organisasi untuk mengatasi stunting. Salah satu upaya yang dilakukan adalah memberikan



pengetahuan kepada masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan anak, remaja, calon pengantin dan ibu hamil. Pada bagian lain Ketua Pengarah Tim Percepatan Penurunan Stunting (TP2S), mengatakan angka stunting akan terus diturunkan menjadi 14% ditahun 2024 sehingga diperlukan upaya-upaya yang lebih komprehensif dilintas sektor¹. Stunting merupakan permasalahan nasional. Penanganan stunting juga menjadi tanggung jawab bersama, tidak hanya Tugas Dinas Kesehatan atau Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana saja tetapi merupakan tanggung jawab semua instansi¹. Tujuannya penanganan stunting untuk melahirkan generasi emas bagi Bangsa Indonesia pada 2045, stunting bukan hanya dilihat dari tinggi badan anak. Akan tetapi, stunting juga dilihat dari perkembangan otak dan daya pikirnya^{2,3}.

Anak yang mengalami stunting memiliki daya pikir yang rendah. Selama ini, pemahaman stunting adalah kekerdilan atau tubuh yang pendek. Padahal, stunting melahirkan generasi dengan daya pikir yang lemah. Inilah yang harus dicegah untuk melahirkan generasi emas Indonesia. Upaya penurunan prevalensi stunting terus dilakukan baik oleh pemerintah, non pemerintah maupun pihak organisasi-organisasi masyarakat. Upaya ini tidak hanya ditujukan kepada ibu hamil atau balita saja tetapi juga diarahkan kepada remaja putri. Hal ini disebabkan data yang diperoleh Kemenkes RI tahun 2019 tentang status gizi remaja usia 13-15 tahun 25,7% berstatus sangat pendek⁴. Kelompok remaja ini merupakan kelompok yang nantinya akan menjadi seorang ibu dan melahirkan generasi selanjutnya. Kekurangan atau kelebihan gizi sejak remaja akan mempengaruhi status gizi remaja putri sampai dimasa kehamilan⁵. Kondisi kesehatan ibu pada saat kehamilan serta setelah persalinan sangat mempengaruhi pertumbuhan janin dan beresiko terjadinya stunting¹.

Kelompok remaja cenderung menghabiskan energi yang lebih banyak, selain itu biasanya mereka lebih banyak mengkonsumsi makanan cepat saji. Faktor lain yang bisa menyebabkan remaja putri beresiko terkena anemia adalah kepercayaan tradisional serta adanya larangan makanan tertentu selama menstruasi⁶. Untuk itu, pengetahuan terkait stunting perlu diberikan dan mengajak para remaja

putri agar lebih aktif berkontribusi terhadap pencegahan stunting.

Dayah Insan Qurani Aceh Besar merupakan pondok pesantren yang mendidik remaja setingkat Stanawiyah (SMP) dan Aliyah (SMA). Lembaga pendidikan ini merupakan pendidikan islam terpadu yang mendidik generasi muda Islam yang cakap dalam ilmu agama, tahfidzul Quran, sains, penguasaan bahasa asing, dan berakhlak mulia. Remaja putri pada dayah ini (Santri) berasal dari berbagai daerah di Aceh bahkan juga ada yang berasal dari luar Aceh. Terdapatnya remaja putri dari berbagai daerah mempunyai masalah sendiri pada saat pihak dayah menyajikan makanan. Hal ini disebabkan karena terdapatnya perbedaan cita rasa, variasi menu dan kebiasaan yang remaja putri alami semasa didaerah masing-masing membuat selera makanpun menjadi berkurang. Keadaan ini tentu memicu keinginan remaja putri untuk mengkonsumsi makanan instan yang tidak mempunyai nilai gizi.

Kegiatan di dayah Insan Qurani terbagi dalam dua katagori yaitu ada kegiatan yang dilakukan di sekolah dan ada kegiatan di dayah atau diasrama. Kegiatan ini apabila tidak dimanagemenkan dengan baik oleh para santri tentunya mengakibatkan kurangnya waktu istirahat. Istirahat yang cukup merupakan salah satu upaya yang harus dilakukan untuk mencegah terjadi anemia. Perubahan hormonal dan emosional remaja khususnya remaja putri membuat remaja putri memerlukan aktifitas gerak yang banyak, hal ini tentunya memerlukan energi yang lebih banyak. Permasalahan-permasalahan ini menjadi indikator perlunya pengawasan dan motivasi kepada remaja putri – remaja putri dipondok pesantren agar harapan menghasilkan generasi yang bebas stunting kedepan menjadi tercapai. Selain itu pengetahuan tentang kesehatan dan pengontrolan makanan sehat dari orang tua juga masih kurang. Hal ini berdasarkan penelitian yang mendapatkan data remaja putri di pondok pesantren sebanyak 51 %. Latar belakang dan budaya remaja putri yang berbeda-beda menyebabkan pengontrolan dan pengawasan yang dilakukan pihak dayah menjadi kurang tercapai⁷. Sebagian remaja putri mempunyai perilaku yang abai terhadap makanan dan lingkungan yang menunjang kesehatan akibat

budaya dan pemahaman yang memang minim dimiliki sejak awal sehingga ini bisa saja mempengaruhi perilaku sebagian remaja putri lainnya yang mungkin mempunyai pemahaman dan perilaku yang memadai tentang kesehatan. Adanya kebiasaan dari remaja putri yang menginginkan sesuatu yang cepat dan mudah mengakibatkan hal ini terjadi⁸.

METODE

Kegiatan ini diawali dengan melakukan pre-test pada remaja putri terhadap pengetahuan pencegahan stunting. Selanjutnya metode edukasi dilakukan dengan memberikan pemahaman kepada remaja putri tentang perlunya menjaga kesehatan dan informasi tentang stunting, dampak dan cara pencegahannya. Setelah kegiatan edukasi, dilanjutkan dengan post-test untuk mendapatkan hasil kegiatan edukasi. Selain itu sebagai informasi terhadap kesehatan dilakukan pemeriksaan haemoglobin terhadap remaja putri berjumlah 44 orang yang merupakan santri tingkat aliyah. Pengukuran haemoglobin dilakukan menggunakan metode POCT. Data yang diperoleh dari pemeriksaan ini dianalisa berdasarkan kadar Hb normal yaitu 12-14 gr/dl atau dibawah normal yaitu dibawah 12 gr/dl.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan pada madrasah Dayah Insan Qurani Kabupaten Aceh Besar dengan waktu kegiatan dilakukannya pada tanggal 17 Juli 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan pemberian edukasi kepada remaja putri dengan pola ceramah dan diskusi. Pada tahap ini tim pengabmas memberikan materi edukasi pencegahan stunting dengan memaparkan konsep-konsep pola hidup sehat sehingga bisa meningkatkan derajat kesehatan. Selain itu apabila dalam pemenuhan antar asupan dan energi tidak seimbang maka akan mengakibatkan defisiensi energi kronis⁹. Peningkatan pertumbuhan fisik yang pesat yang disertai adanya perubahan hormonal serta perkembangan emosional dan kognitifnya maka kebutuhan akan gizi yang seimbang sangatlah diperlukan¹⁰. Diberikan juga materi tentang pencegahan stunting dapat dilakukan dengan

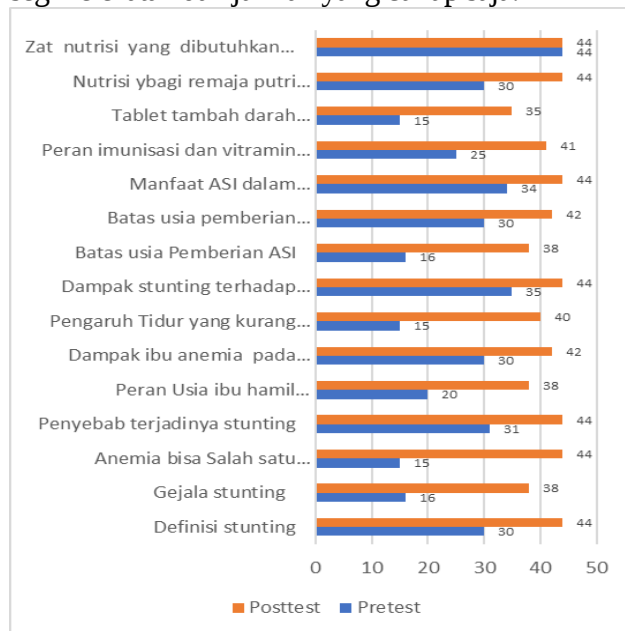
pemberian ASI eksklusif dan setelah itu bisa diberikan MPASI dengan syarat tepat waktu pemberian, mengandung gizi yang lengkap dan seimbang serta benar cara pemberiannya¹¹. Dengan adanya contoh-contoh kasus yang diberikan disertai dengan diskusi, terlihat pemahaman terhadap pola hidup sehat untuk mencegah stunting dapat tercapai.



Gambar 1. Tim PKM memberikan materi Edukasi (Hasil pengabmas Darmawati, et al)

Dari hasil pre-test menunjukkan hanya 58% remaja putri yang memahami tentang stunting dan pencegahannya. Hal ini tentunya perlu dilakukan edukasi sehingga setelah kegiatan berlangsung, hasil post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan menjadi 94%. Selanjutnya setelah pemberian edukasi pencegahan stunting para remaja putri dilakukan screening Haemoglobin (Hb) yang bertujuan melihat kondisi kadar Hb remaja putri sebagai langkah awal pemeriksaan terhadap anemia. Hasil yang diperoleh menunjukkan sebagian besar remaja putrimemilikikadar Hb yang normal yaitu rata-rata 14 gr/dl (86%), namun ada 14% remaja putri yang terindikasi anemia karena memiliki kadar Hb dibawah 12 gr/dl atau rata-rata 10,6 gr/dl. Dalam upaya pencegahan anemia, kadar Hb pada remaja putri bisa memantau kesehatan awalnya, terutama bagi yang mempunyai nilai nHb dibawah normal, karena masalah gizi mikronutrien merupakan keadaan yang sering dialami remaja putri yang bisa mengakibatkan anemia¹². Pemenuhan zat besi untuk mencegah anemia perlu dilakukan terhadap remaja putri tersebut. Selain itu, Pengetahuan yang baik tentang asupan pencegah anemia sangat diperlukan contohnya pada saat konsumsi zat besi hendaknya dipilih zat besi yang mudah diserap dan pada saat bersamaan jangan mengkonsumsi zat yang dapat mengganggu penyerapan zat besi. Dewasa ini remaja

putri hanya mengkonsumsi makanan ditinjau dari segi kelezatan dan jumlah yang cukup saja.



Gambar 2. Grafik Edukasi Pencegahan Stunting



Gambar 3. Diskusi dengan remaja putri (Hasil pengabmas Darmawati et al.)

Screening ini dilakukan dengan tujuan apabila terdapat remaja putri yang mempunyai kadar Hb dibawah normal maka dapat segera ditangani agar tidak menimbulkan anemia.



Gambar 3. Pemeriksaan Kadar Hb pada Remaja Putri di dayah Insan Qurani (Hasil pengabmas Darmawati et al.)

Pada Kegiatan ini juga dilakukan Promotif terhadap pemanfaatan layanan Laboratorium Medis salah satunya pemeriksaan Haemoglobin sebagai upaya memantau perkembangan kesehatan yang bisa dilakukan secara berkala baik dilaboratorium pemerintah maupun swasta.

KESIMPULAN

Pencegahan Stunting secara dini masih terus dilakukan termasuk kepada remaja putri. Pengetahuan tentang pencegahan stunting dapat dilakukan dengan melakukan edukasi. Hal ini meliputi kesadaran akan pola hidup sehat serta peran orang tua dan lembaga pendidikan terutama lembaga pendidikan yang menerapkan remaja putri untuk tinggal diasrama sangatlah dibutuhkan dalam upaya memperhatikan pola hidup sehat agar tujuan pencegahan stunting dapat dicapai. Pemeriksaan kadar haemoglobin sebagai langkah awal pemeriksaan kesehatan remaja putri juga hendaknya dilakukan secara berkala agar cepat dilakukan penanganan apabila ada yang beresiko anemia. Dari kegiatan ini, peningkatan pemahaman terhadap upaya-upaya yang dilakukan untuk mencegah stunting mencapai 94%. Hal ini juga menjadi motivasi pada remaja putri beserta pengurus dayan Insan Qurani untuk siap melakukan pola hidup sehat untuk mencapai generasi emas ditahun 2045.

REKOMENDASI

Setelah edukasi stunting pada remaja putri di Dayah Insan Qurani Aceh Besar penting untuk melanjutkan dengan tindakan nyata. Remaja putri perlu mengonsumsi makanan bergizi seimbang, tablet tambah darah (TTD), dan aktif secara fisik. Selain itu, mereka perlu memahami pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, serta memeriksakan kesehatan secara rutin.

Dengan menjalankan rekomendasi di atas, remaja putri dapat berperan aktif dalam mencegah stunting dan memastikan terciptanya generasi penerus yang sehat dan berkualitas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih sebesar-besarnya kepada Jurusan D-III TLM Poltekkes Kemenkes Aceh

dan Dayah Insan Qurani Aceh Besar yang telah berkontribusi pada kegiatan pengabmas ini, sehingga kegiatan tersebut dapat berjalan dengan lancar dan sukses.

DAFTAR PUSTAKA

1. Redaksi Sehat Negeriku - Biro Komunikasi & Pelayanan Publik Kementerian Kesehatan RI. [Internet]. 2021. Saat Remaja Menderita Anemia, Ibu Hamil Berisiko Lahirkan Anak Stunting.
2. Hanifah LN, Nadiyah, Dewanti LP, Palupi KC, Ronitawati P. Mutu Gizi Pangan, Indeks Massa Tubuh Dan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di Wilayah Lokus Stunting Desa Sukamantri Kabupaten Tangerang. *Journal of Nutrition College*. 2024 Jan;13(1).
3. <https://www.kominfo.go.id/> [Internet]. 2019. Kominfo ajak masyarakat turunkan Prevalensi Stunting.
4. Adhyka N, Yurizali B, Aisyiah IK. Peningkatan Pengetahuan Remaja akan Stunting dan Pola Konsumsi di SMAN 1 Kab Sijunjung. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat Mulawarman*. 2023;1(1):32–8.
5. Arifianti DI, Sudiarti T. Determinan Anemia Remaja Putri di Pondok Pesantren di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*. 2023;15(1).
6. Matahari R, Suryani D. Peran Remaja dalam Pencegahan Stunting. Yogyakarta: Penerbit K-Media; 2022.
7. Sriwiyanti, Hartati S, Nazarena Y. Panduan Sederhana Pencegahan Resiko Stunting Bagi Remaja Putri [Internet]. Penerbit Lembaga Omega Medika; 2022. Available from: <https://sites.google.com/view/penerbitcandle>
8. Muchtar F, Rejeki S, Elvira I, Hastian. Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*. 2023;2(2).
9. Lestari F, Pitria N, Septifian H, Raksi D, Nurul W. Pendidikan Kesehatan: Pengetahuan Remaja Tentang Gizi Seimbang. *Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan*. 2022;1(2).
10. Amisi MD, Malonda NSH, Musa EC, Sanggelorang Y, Mantjoro EM. Edukasi Tentang Gizi Seimbang Pada Remaja di Kabupaten Minahasa. *Jurnal Perempuan dan Anak Indonesia* [Internet]. 2022;4(1):38–42. Available from: <https://doi.org/10.35801/jpai.4.1.2022.4473>
11. Indriyani O, Rahardjo N. Edukasi Pentingnya MP-ASI Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Masa Golden Anak. *Journal of Midwifery in Community (JMC)*. 2023;1(1).
12. Julaecha. Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*. 2020;2(2).