



Mosiraha: Jurnal Pengabdian Farmasi, Vol 2. No. 1 (2024)  
ISSN (Online) : 2986-8165  
<https://jpmf.uho.ac.id/index.php/journal/index>  
DOI : 10.33772/mosiraha.v2i1.46



## BAHAYA STUNTING DAN UPAYA PENANGGULANGAN STUNTING MELALUI PENGUNAAN TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI

La Ode Muhammad Fitrawan<sup>1\*</sup>, Yamin<sup>1</sup>, Andita Septiani Tamrin<sup>1</sup>, Desi Nur Sholiha<sup>1</sup>, Faadhilah Ramadhani<sup>1</sup>, Mega Permata Sani<sup>1</sup>, Rani Febriani<sup>1</sup>, Wa Ode Fajar Ningsi<sup>1</sup>, Asriani<sup>1</sup>, Usman Rianse<sup>2</sup>, Wa Kuasa Baka<sup>2</sup>, Yusuf Musafir Kolewora<sup>3</sup>, Ilma Sarimustaqiyma Rianse<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Farmasi, Universitas Halu Oleo, Kampus Hijau Bumi Tridharma Anduonohu, Jl. H.E.A. Mokodompit, Kendari, 93232

<sup>2</sup>Fakultas Pertanian, Universitas Halu Oleo, Kampus Hijau Bumi Tridharma Anduonohu, Jl. H.E.A. Mokodompit, Kendari, 93232

<sup>3</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Halu Oleo, Kampus Hijau Bumi Tridharma Anduonohu, Jl. H.E.A. Mokodompit, Kendari, 93232

Corresponding author<sup>\*</sup>: [lmfitrawan@uho.ac.id](mailto:lmfitrawan@uho.ac.id)

### Abstrak

Stunting menggambarkan status gizi kurang yang bersifat kronik pada masa pertumbuhan dan perkembangan sejak awal kehidupan. Banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya stunting salah satunya yaitu kurangnya asupan Fe pada remaja. Asupan zat besi yang kurang dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan yang jika terjadi dalam waktu lama dapat menyebabkan stunting. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada remaja dan cara pencegahannya. Metode yang digunakan pada kegiatan ini yaitu dengan ceramah secara langsung kepada remaja putri di Pesantren Abdurrahman bin Auf. Kegiatan ini mendapat sambutan yang baik oleh pihak Pesantren dan antusias dari peserta. Peserta dapat memahami materi yang diberikan dan dapat menambah wawasan juga diharapkan dapat berkontribusi untuk menurunkan angka stunting di Indonesia.

**Kata Kunci:** Stunting, remaja putri, penyuluhan

### Penulis Korespondensi:

La Ode Muhammad Fitrawan  
Fakultas Farmasi Universitas Halu Oleo  
Email: [lmfitrawan@uho.ac.id](mailto:lmfitrawan@uho.ac.id)

### Info Artikel:

Submitted : 14 Februari 2024  
Revised : 10 Maret 2024  
Accepted : 28 April 2023  
Published : 30 April 2023

## PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan fisik yang ditandai dengan menurunnya kecepatan pertumbuhan dan merupakan dampak dari ketidakseimbangan gizi. Menurut Standar Pertumbuhan Anak Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), stunting didasarkan pada indeks panjang badan terhadap umur (PB/U) atau tinggi badan terhadap umur (TB/U) dengan batas (z-score) kurang dari 2-3. Stunting masih menjadi permasalahan gizi di Indonesia yang belum terselesaikan. Stunting akan menimbulkan dampak jangka panjang yaitu terganggunya perkembangan fisik, mental, intelektual, dan kognitif [1]. Stunting menjadi masalah yang sangat serius karena dikaitkan dengan risiko kesakitan dan kematian yang lebih besar, obesitas dan penyakit tidak menular di masa depan, orang dewasa yang pendek, buruknya perkembangan kognitif dan rendahnya produktivitas. Dengan kata lain, stunting akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia dikemudian hari.

Kampanye pemberantasan stunting telah dilakukan selama bertahun-tahun, namun angka kasus stunting di Indonesia masih tinggi, dari 5 juta kelahiran setiap tahunnya, terdapat 1,2 juta bayi yang lahir dengan stunting. Penyebab tingginya angka stunting atau stunting di Indonesia karena sebagian bayi yang dilahirkan sudah berada dalam kondisi gizi kurang sehingga dibesarkan dengan gizi yang kurang. Selain menyebabkan tumbuh kembang anak terhambat, stunting juga mempunyai dampak buruk pada pertumbuhan anak berdampak pada perkembangan otak yang tidak optimal sehingga mengakibatkan buruknya kemampuan mental dan belajar, serta buruknya prestasi sekolah [2].

Menurut data hasil Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 48,9% dengan penderita anemia berumur 15-24 tahun sebesar 84,6% [3]. Data Survey Kesehatan RumahTangga (SKRT) Tahun 2012 menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri usia 10- 18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19-45 tahun sebesar 39,5%. Wanita mempunyai sifat resiko yang terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri merupakan masalah kesehatan masyarakat karena prevalensinya lebih dari 15% [4].

Beberapa penelitian yang dilakukan di beberapa sekolah di Kota Kendari, menunjukkan tingginya prevalensi anemia dikalangan remaja. Seperti penelitian Kaimudin dkk (2017) yang menunjukkan besarnya kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 3 Kendari sebesar 41,7%. Sementara itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Saimin dkk (2018) di SMA Negeri 8 Kelurahan Nambo Kota Kendari didapatkan 75,8% kejadian anemia pada siswi di SMA Negeri 8 Kelurahan Nambo [5]. Dari data ini Sulawesi Tenggara masuk dalam 12 Provinsi yang memerlukan perhatian khusus untuk penurunan kasus anemia pada remaja putri.

Anemia kekurangan zat besi dapat menimbulkan berbagai dampak pada remaja putri antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar. Remaja putri yang menderita anemia kebugarannya juga akan menurun, sehingga menghambat prestasi olahraga dan produktivitasnya. Masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang sangat cepat, kekurangan zat besi pada masa ini akan

mengakibatkan tidak tercapainya tinggi badan optimal [6]. Pada remaja putri, anemia disebabkan karena kurangnya asupan zat besi melalui makanan, kehilangan zat besi, banyaknya zat besi yang hilang pada saat menstruasi, penyakit malaria, dan infeksi-infeksi lain serta pengetahuan yang kurang tentang anemia [7]. Oleh karena itu dilakukan penyuluhan mengenai pentingnya penggunaan tablet tambah darah pada remaja putri sebagai pencegahan dini dari bahaya stunting.

Tujuan dari kegiatan ini dimaksudkan untuk memberikan edukasi dan pengetahuan mengenai bahaya stunting kepada remaja putri di Pesantren Abdurrahman bin 'Auf. Melalui sosialisasi ini diharapkan dapat memberikan informasi dan edukasi kepada masyarakat khususnya kepada Remaja putri mengenai bahaya stunting. Adanya kegiatan edukasi berupa penyuluhan maka responden akan memperoleh pembelajaran dan informasi yang menghasilkan suatu perubahan perilaku termasuk pengetahuan dan sikap.

## **METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan kegiatan ini dengan metode sosialisasi dengan melibatkaremaja putri sebanyak kurang lebih 40 orang, dengan tujuan untuk memberikan pemahaman kepada remaja putri di Pesantren Abdurrahman bin 'Auf, Kecamatan Kendari, Kota Kendari, agar lebih mengetahui informasi mengenai definisi, faktor penyebab dan gejala, hal-hal yang berkaitan dengan stunting, serta tatalaksana dan pencegahan dini dari stunting. Alat pendukung yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu leaflet, brosur dan video edukasi tentang stunting.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Stunting anak merupakan masalah gizi kronis multifaktor. Beberapa faktor penyebab stunting antara lain adalah sosial ekonomi, gizi ibu hamil, angka kesakitan, dan kurangnya asupan gizi. Balita stunting di masa depan akan mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal [4]. Permasalahan gizi dan stunting saat ini membayangi anak-anak di dunia. Menurut data UNICEF (2019) 149 juta anak di dunia mengalami stunting, sedangkan pada daerah asia dan pasifik, 13 juta anak balita mengalami stunting. Pada tahun 2019, secara global lebih dari 60% anak balita usia dibawah lima tahun tidak bertumbuh dengan baik (stunting hingga obesitas) [8].

Upaya dalam pencegahan stunting melalui program promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat untuk melakukan intervensi dalam perubahan perilaku positif terkait dengan pengetahuan ibu tentang asupan gizi selama hamil, melahirkan dan anak sebelum usia 2 tahun. Upaya pencegahan stunting juga turut dilakukan oleh Mahasiswa Pendidikan Profesi Apoteker Fakultas Farmasi UHO bekerjasama dengan BKKBN Provinsi Sulawesi Tenggara melalui program pengabdian kepada masyarakat dengan melakukan sosialisasi yang berjudul "Bahaya Stunting dan Upaya Penanggulangan Stunting Melalui Penggunaan Tablet Tambah Darah" diselenggarakan di Pesantren Abdurrahman Bin Auf, Kecamatan Puwatu, Kota Kendari, Provinsi Sulawesi Tenggara.

Sosialisasi dilakukan dengan tujuan untuk mengedukasi mengenai apa itu stunting, penyebab stunting, dampak dari stunting serta pencegahan stunting yakni: Memenuhi kebutuhan gizi sejak remaja, beri ASI Eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan, dampingi ASI Eksklusif dengan MPASI sehat, serta memenuhi gizi pada saat 1000 Hari Pertama Kehidupan, 280 hari (usia kandungan 40 minggu) dan 720 hari (usia hampir 2 tahun). Remaja putri pada masa pubertas sangat berisiko mengalami anemia gizi besi. Penyebabnya adalah banyaknya zat besi yang hilang selama proses menstruasi. Kejadian anemia juga diperburuk oleh kurangnya asupan zat besi, dimana zat besi pada remaja putri sangat dibutuhkan tubuh untuk percepatan pertumbuhan dan perkembangan. Sesuai rekomendasi WHO tahun 2016, upaya penanggulangan anemia pada remaja putri adalah dengan pemberian suplemen Tablet Tambah Darah (TTD), melalui program Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) (Kemenkes, 2016). Suplementasi TTD pada remaja putri dan wanita usia subur merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh.

Kegiatan sosialisasi dilakukan dengan mengumpulkan santriwati dari Pesantren Abdurrahman Bin Auf sebanyak kurang lebih 40 orang. Rangkaian kegiatan dimulai dari penyambutan oleh pihak Pesantren yaitu kepala SMA Al Qur'an Wahdah Islamiyah Kendari bapak Suparman S.Pd dan dilanjutkan oleh Nanda Duta Genre Sulawesi Tenggara selaku narasumber seperti pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Penyampaian materi edukasi dan sosialisasi tentang stunting kepada santriwati

Hasil sosialisasi terkait pengetahuan peserta sosialisasi sebanyak 40 orang dapat dilihat pada tabel 1, Dari data diatas menunjukkan bahwa dari 40 peserta, yang mengetahui terkait gejala anemia sebelum dilakukan sosialisasi yaitu sebesar 12,5% dan setelah dilakukan sosialisasi meningkat menjadi 100%. Adapun gejala anemia yang diketahui yaitu lelah, letih, lesu, kulit pucat, sering mengaami pusing, dan perubahan suasana hati. Kemudian pengetahuan terkait manfaat Tablet Tambah Darah sebesar 15% yang mengetahui sebelum dilakukan sosialisasi dan sebesar

97,5% setelah dilakukan sosialisasi. Adapun manfaat dari Tablet Tambah Darah diantaranya yaitu mencegah anemia, menunjang fase tumbuh kembang, dan menjaga kebutuhan zat besi. Kemudian untuk frekuensi penggunaan Tablet Tambah Darah sangat banyak yang belum mengetahui yaitu sebesar 2,5% sebelum sosialisasi dan meningkat menjadi 92% setelah dilakukan sosialisasi. Dan untuk aturan pakai sebesar 5% yang mengetahui sebelum dilakukan sosialisasi dan pengetahuan peserta sosialisasi meningkat setelah dilakukan sosialisasi menjadi 95%. Dari data diatas juga dapat dilihat bahwa presentase terbesar yang diketahui dan dipahami oleh peserta setelah dilakukan sosialisasi yaitu terkait gejala anemia sebesar 100%.

**Tabel 1.** Tingkat Pengetahuan Peserta Sosialisasi

Pengetahuan	Pretest	Posttest
	(%)	(%)
Gejala Anemia	12,5	100
Manfaat tablet Tambah Darah	15	97,5
Frekuensi Penggunaan	2,5	92,5
Aturan Pakai	5	95

Seluruh rangkaian kegiatan dilakukan dari pagi hingga menjelang siang hari. Kegiatan sosialisasi ini mendapat sambutan yang baik dari pihak Pesantren. Hal ini dapat dilihat dari antusias santriwati dalam menyimak materi yang dibawakan maupun pada saat sesi tanya jawab. Pemberian bingkisan/hadiah juga diberikan kepada santriwati yang berani menjawab maupun mengajukan pertanyaan sebagai bentuk apresiasi telah berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan. Kegiatan sosialisasi ini diakhiri dengan penutupan dan pelepasan dari pihak Pesantren serta foto bersama dengan seluruh pihak yang terkait yang dapat dilihat pada gambar.

Seluruh rangkaian kegiatan sosialisasi Bahaya stunting yang dilakukan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker Fakultas Farmasi Universitas Halu Oleo di Pesantren Abdurrahman Bin Auf diharapkan dapat memberikan wawasan baru baik bagi santriwati maupun pihak pesantren dan dapat direalisasikan secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari serta berperan aktif dalam stunting dan dapat memenuhi target penurunan angka stunting, kota Kendari merupakan daerah dengan prevalensi stunting terkecil di Sulawesi Tenggara yaitu 19,5%, Provinsi Sulawesi Tenggara sendiri memiliki prevalensi sebesar 22,7% peringkat 9 Nasional menurut SSGI 2022 dengan target penurunan ke 14% pada tahun 2023, serta mendukung penurunan angka stunting di Indonesia pada tahun 2023 dengan target 17,8 %, dan pada tahun 2024 dengan target 14%.

## KESIMPULAN

Peserta sosialisasi kesehatan di Pesantren Abdurrahman Bin Auf, Kecamatan Puuwatu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara dapat memahami materi mengenai bahaya stunting dan

diharapkan dapat berpartisipasi dalam menurunkan angka stunting di Indonesia. Saran yang dapat diberikan pada kegiatan ini adalah sebaiknya kegiatan penyuluhan ini diperlukan seringnya melakukan sosialisasi kesehatan mengenai kenali dan cegah stunting kepada remaja putri melalui penggunaan tablet tambah darah mengingat masyarakat kadang tidak menerima apabila anaknya dikategorikan beresiko stunting.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Universitas Halu Oleo khususnya Fakultas Farmasi yang memberi dukungan hingga terlaksananya program pengabdian masyarakat ini. Tak lupa pula penulis juga ucapkan terima kasih kepada BKKBN Kota Kendari Serta Duta Genre Sulawesi Tenggara yang ikut serta dalam pelaksanaan kegiatan sampai penulisan artikel pengabdian ini, serta ucapan terima kasih juga kepada semua Tim Pengabdian Masyarakat bekerjasama dengan mahasiswa program profesi Apoteker UHO yang telah Bersama-sama menyukseskan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Siregar, Z., Tarigan, N. M. R., & Sahnun, M. (2022). Strengthening Human Resources Through Introduction and Stunting Prevention. *East Asian Journal of Multidisciplinary Research*, 1(7), 1221-1228
- [2] Turisna, Y., Siahaan, J. M., & Barus, E. (2023). Upaya Percepatan Penurunan Stunting (Gizi Buruk dan Pola Asuh) Pada Balita yang Beresiko Stunting. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 4(2), 131140.
- [3] Kemenkes RI. (2018). *Laporan Nasional RIKESNAS 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 483.
- [4] Kemenkes RI. (2018). Buletin *Stunting*. *Kementerian Kesehatan RI*, 301 (5), 1163–1178.
- [5] Kemenkes RI, R. (2016) Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Available at: [https://litbangkespangandaran.litbang.kemkes.go.id/perpustakaan/index.php?p=show\\_detail&id=3800&keywords=](https://litbangkespangandaran.litbang.kemkes.go.id/perpustakaan/index.php?p=show_detail&id=3800&keywords=).
- [6] Saimin, J., Hafizah I., Wicaksono S., Ashaeryanto dan Jamaluddin. (2015). Pemeriksaan Hemoglobin Siswi Sekolah Menengah Umum Negeri 8 di Kelurahan Nambo Kota Kendari, *SNT2BKL-KH-2*, P 498-502.
- [7] Arisman. (2014). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- [8] Saifuddin, A. B. (2014). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjdo.
- [9] Zulkarnain, F. W., Tri, S, A., Daisyandini H. P. I., Busthomi, F. S., 2021, Penyuluhan Gizi Pada Anak Untuk Pencegahan Stunting di Kampung Tenggher, Kabupaten Sampang, *Jurnal Kreativitas dan Inovasi*, Vol.1(3).