



UPAYA PROMOTIF DAN PREVENTIF MELALUI GEBYAR TABLET TAMBAH DARAH, EDUKASI KESPRO DAN PHBS SEBAGAI LANGKAH AWAL PENCEGAHAN STUNTING PADA REMAJA DI PONDOK PESANTREN DARUL ULUM KOTA PADANG

**Hendri Devita^{1*}, Putri Engla Pasalina², Nirmala Sari³,
Vitri Yuli Afni Amran⁴, Novi Maya Sari⁵, Hilda Hidayat⁶, Jem Khairil⁷**

^{1,3}Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Vokasi, Universitas Baiturrahmah

^{1,4,5}Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Baiturrahmah

⁶Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
Baiturrahmah

⁷Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah

*Email : hendridevita@gmail.com

ABSTRAK

Anemia saat ini masih merupakan salah satu dari masalah gizi yang ada di Indonesia. Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) proporsi anemia ibu hamil sebesar 46,9% dan anemia remaja sebesar 48,9%. Anemia pada remaja berdampak buruk terhadap penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan membuat remaja sering mengantuk pada saat belajar disekolah. Kesehatan seorang remaja sangat menentukan keberhasilan dari pembangunan kesehatan, terutama dalam upaya mencetak kualitas generasi penerus bangsa dimasa depan. mengingat mereka adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan seorang bayi, maka pengetahuan remaja tentang konsumsi tablet tambah darah atau Fe ditekankan lagi, jika pengetahuan remaja sudah baik maka hal ini akan meminimalisir risiko kematian ibu melahirkan, premature dan BBLR, juga mencegah stunting pada anak yang dilahirkan. Remaja sebaiknya mengkonsumsi Fe karena tiap bulannya mengalami menstruasi. Fe berguna untuk mengganti zat besi yang hilang dan memenuhi kebutuhan zat besi yang belum tercukupi dari makanan. Gebyar tablet tambah darah, Edukasi Kespro, PHBS kegiatan yang penting dilakukan di Ponpes Darul Ulum Kota Padang, disebabkan munculnya masalah Anemia dan masalah Kespro serta PHBS. Ponpes merupakan suatu tempat pendidikan dan pengajaran yang menekankan pada pelajaran agama Islam dan didukung dengan asrama sebagai tempat tinggal santri. Darul 'Ulum merupakan salah satu pondok pesantren yang ada di Kota Padang, dengan jumlah santriwati sebanyak 120 orang. Pondok pesantren Darul 'Ulum terletak di Kelurahan Aie Pacah Kecamatan Koto Tengah. Dari segi wilayah cukup bagus dengan udara yang belum terkontaminasi oleh banyak polusi, dari segi bangunan dan tata ruang masih kurang teratur karena masih dalam proses pembangunan.

Kata Kunci: Edukasi; Gebyar Fe; Kespro; PHBS

ABSTRACT

Anemia is currently still one of the nutritional problems in Indonesia. Based on the results of Riskesdas (2018), the proportion of anemia in pregnant women is 46.9% and anemia in adolescents is 48.9%. Anemia in teenagers has a negative impact on reducing immunity, concentration, learning achievement, and fitness of teenagers and makes teenagers often sleepy

when studying at school. The health of a teenager greatly determines the success of health development, especially in efforts to produce the quality of the nation's next generation in the future. Considering that they are prospective mothers who will become pregnant and give birth to a baby, teenagers' knowledge about consuming blood supplement tablets or Fe is emphasized again, if knowledge teenagers are well then this will minimize the risk of maternal death, prematurity and BBLR, as well as prevent stunting in children who are born. Teenagers should consume Fe because they menstruate every month. Fe is useful for replacing lost iron and meeting iron needs that have not been met from food. The celebration of blood supplementation tablets, Kespro education, PHBS is an important activity carried out at the Darul Ulum Islamic Boarding School in Padang City, due to the emergence of Anemia problems and problems with Kespro and PHBS. Islamic boarding school is a place of education and teaching that emphasizes Islamic religious studies and is supported by a dormitory as a place for students to live. Darul 'Ulum is one of the Islamic boarding schools in Padang City, with a total of 120 female students. The Darul 'Ulum Islamic boarding school is located in Aie Pacah Village, Koto Tangah District. In terms of the area it is quite good with the air not being contaminated by a lot of pollution, in terms of buildings and spatial planning it is still less orderly because it is still in the construction process.

Keywords: Education; Fe Celebrate; Kespro; PHBS

PENDAHULUAN

Gebyar tablet tambah darah, Edukasi Kespro, PHBS merupakan kegiatan yang penting dilakukan di Pondok Pesantren (Ponpes) Darul Ulum Kota Padang, hal ini disebabkan munculnya masalah Kespro dan masalah PHBS di Ponpes tersebut. Ponpes merupakan suatu tempat pendidikan dan pengajaran yang menekankan pada pelajaran agama Islam dan didukung dengan asrama sebagai tempat tinggal santri. Ponpes Darul 'Ulum merupakan salah satu pondok pesantren yang ada di Kota Padang, dengan jumlah santriwati leboh kurang sebanyak 120 orang. Pondok pesantren Darul 'Ulum terletak di Kelurahan Aie Pacah Kecamatan Koto Tangah. Dari segi wilayah cukup bagus dengan udara yang belum terkontaminsai oleh banyak polusi, tapi dari segi bangunan dan tata ruang masih kurang teratur, begitu juga dari segi kebersihan lingkungan baik diasrama maupun diluar asrama belum terjaga dengan baik.

Begitu juga dengan kondisi ekonomi santrinya yang sebagian besar berada pada ekonomi menengah ke bawah. Namun, pesantren ini memiliki santriwati yang cukup banyak yaitu 120 orang. Berdasarkan hasil survey dengan pengelola pensantren, Santriwati di Pesantren Darul Ulum masih sangat minim dalam hal mendapatkan akses informasi kesehatan, dan mereka saat ini memerlukan informasi-informasi mislanya penyuluhan tentang Anemia. Anemia saat ini masih merupakan salah satu dari masalah gizi yang ada di Indonesia . Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) proporsi anemia ibu hamil sebesar 46,9% dan anemia remaja sebesar 48,9%. Anemia pada remaja berdampak buruk terhadap penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan membuat remaja sering mengantuk pada saat belajar disekolah. Kesehatan seorang remaja sangat menentukan keberhasilan dari pembangunan kesehatan, terutama dalam upaya mencetak kualitas generasi penerus bangsa dimasa depan.mengingat

mereka adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan seorang bayi, maka pengetahuan remaja tentang konsumsi tablet tambah darah ditekankan lagi, karena, jika pengetahuan remaja tentang manfaat tablet tambah darah sudah baik maka hal ini akan meminimalisir risiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir premature dan berat bayi lahir rendah, dan juga dapat mencegah stunting pada anak yang dilahirkan nantinya. Remaja putri diharuskan untuk mengkonsumsi tablet tambah darah karena tiap bulannya remaja putri mengalami menstruasi. Tablet tambah darah juga berguna untuk mengganti zat besi yang hilang karena menstruasi dan untuk memenuhi kebutuhan zat besi yang belum tercukupi dari makanan.

Masalah Hygiene juga menjadi prioritas di tim pengabdian ini, permasalahan yang muncul tentu saja akan mempengaruhi kesehatan reproduksi para santri selaku remaja yang tinggal di pondok pesantren tersebut, terutama yang santriwati. Faktor yang mempengaruhi kesehatan reproduksi dipondok pesantren Darul 'Ulum yang menyangkut faktor internal diantaranya pengetahuan santriwati tentang kesehatan reproduksi masih kurang, hal ini dapat terlihat dari wawancara 5 orang santriwati masih ada yang belum terlalu paham mengenai kesehatan reproduksi yang bisa mempengaruhi kesehatan. Dari factor internal bisa muncul dari hygiene para santriwati sendiri pada saat menstruasi maupun kondisi sehari-hari. Factor eksternal bisa dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal santriwati dan lingkungan disekitar santriwati yang kalau dilihat sekilas, masih kurang teratur dan sangat jauh dari kata bersih, sampah-sampah masih bertebaran

disekitar area tempat tinggal dan tempat belajar. Dengan kondisi seperti itu akan mempermudah kemungkinan terjadinya kasus atau masalah kesehatan, pada hal dengan adanya GERMAS, ada kaitannya dengan PHBS, semua lapisan masyarakat diharapkan peduli dengan kesehatan dan lingkungannya.

Agar reproduksinya berjalan dengan baik sesuai dengan tahapannya, perlu kita sebagai tenaga kesehatan terutama bidan, memberikan edukasi bertujuan agar para santriwati yang tidak mengalami keluhan dapat mencegah timbulnya permasalahan yang menyangkut masalah seputar kejadian Anemia pada remaja, masalah kespro seperti yang diatas, sedangkan bagi yang mengalami keluhan atau masalah akan tahu bagaimana solusi-solusi untuk mengatasi masalah yang terjadi, bahkan untuk mencegah agar tidak sampai berlanjut kepada masalah yang lebih fatal.

Permasalahan yang telah diuraikan di atas menjadi landasan bagi kami untuk memberikan solusi untuk melakukan edukasi bagi santriwati di Pesantren Darul Dengan dilakukannya Gebyar tablet tambah darah atau FE, edukasi pentingnya tablet tambah darah, dalam upaya pencegahan Anemia, karena dilihat dari pembayaran ke pesantren juga sangat minim, sehingga untuk memenuhi zat gizi bagi para santriwati bisa dengan adanya tambahan konsumsi tablet tambah darah. Dan nantinya akan dilihat terjadi peningkatan Hb atau tidaknya setelah mereka mengkonsumsi minimal 4 tablet selama 4 minggu, edukasi mengenai kespro, mengenai PHBS, dengan harapan berguna dan bermanfaat bagi santriwati agar bisa mengatasi masalah yang mungkin timbul di diri masing-masing

santriwati, dan juga akan dibangun bak sampah, sehingga permasalahan lingkungan seperti sampah di pesantren dapat diatasi bahkan mungkin bisa menjadi uang, kalau sampah yang ada dipisah, menjadi sampah plastic yang bisa dijual.

METODE

Pada tahapan ini, tim telah melakukan beberapa kegiatan untuk menjelaskan tujuan pelaksanaan kegiatan, sasaran kegiatan, dan menggali data serta informasi melalui hasil wawancara dengan pengelola pesantren dan santriwati Pesantren Darul Ulum. Pada tahap ini, tim menemukan beberapa permasalahan Belum pernah dilakukan Gebyar tablet tambah darah, Masih kurangnya pengetahuan santriwati Pesantren Darul Ulum tentang pentingnya tablet tambah

darah atau Fe, Belum pernah dilakukan pemeriksaan Hb pada santriwati, Masih kurangnya pengetahuan santriwati pesantren Darul Ulum tentang masalah seputar Kespro, Masih kurangnya pengetahuan santriwati pesantren Darul Ulum tentang PHBS Selain itu, tim PKM juga meminta persetujuan mitra (Pengelola Pesantren Darul Ulum) yang dibuktikan melalui surat kerjasama mitra.

Langkah Strategis Untuk Merealisasikan Kegiatan

Pelaksanaan realisasi kegiatan terdiri dari:

a. Kegiatan Penimbangan Berat Badan, Tinggi Badan dan LILA

Kegiatan diawali dengan penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan dan pengukuran LILA terhadap 100 orang Santriwati.



Gambar 1: Penimbangan Berat Badan, Tinggi Badan dan LILA

b. Gebyar Tablet Tambah Darah atau Fe

Salah satu masalah pada Remaja terutama remaja putri adalah Anemia. Anemia yang terjadi pada umumnya karena kurang zat besi, oleh karena itu perlu dilakukan Gebyar Fe di Pondok Pesantren Darul Ulum, selain itu karena dari segi ekonomi umumnya santri di pondok pesantren adalah menengah

kebawah, sehingga pembayaran ke Pondok pesantren juga tergolong murah, untuk itu agar ada tambahan nilai gizi, makanya diharapkan remaja putri atau santriwati mengkonsumsi tablet tambah darah atau Fe, sehingga terjadinya Anemia dapat dicegah dengan pemberian Fe 4 kali, 1 tablet

diminum setiap minggu, evaluasinya untuk kenaikan Hb akan dilakukan

pemeriksaan Hb sebelum dan sesudah diberikan tablet Fe.



Gambar 2: Pemberian Tablet Tambah Darah

c. Edukasi Tentang Pentingnya Tablet Fe dan Kesehatan Reproduksi

Edukasi merupakan salah satu upaya promotif dan preventif, perlu dilakukan secara sistematis dan terencana oleh semua komponen bangsa kepada masyarakat. Pada saat ini fokus yang akan ditangani adalah remaja. Remaja terutama perempuan, adalah salah satu ruang lingkup pelayanan kesehatan seorang bidan, terutama masalah kesehatan reproduksi remaja. Karena sehat adalah milik kita, tidak pandang usia, sehingga pada setiap tahapan siklus hidupnya sejak usia dini hingga lanjut usia harus cinta sehat. Permasalahan kesehatan yang timbul saat ini bisa merupakan akibat dari perilaku hidup yang tidak sehat juga ditambah sanitasi lingkungan yang masih kurang memadai di pondok pesantren Darul 'Ulum ini. Hal tersebut sebenarnya dapat dicegah bila fokus

upaya kesehatan diutamakan pada upaya preventif dan promotif dalam menumbuh-kembangkan kemandirian masyarakat untuk berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Sehingga dari berbagai permasalahan yang ada di Pondok Pesantren Darul 'Ulum , edukasi yang akan diberikan dalam bentuk penyuluhan nantinya adalah: bagaimana Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), hygiene organ genitalia eksterna, hygiene saat menstruasi, keputihan serta penyakit-penyakit akibat kurangnya hygiene organ reproduksi dan materi SADARI. Sehingga dengan adanya edukasi ini dapat meningkatkan pengetahuan dan adanya perubahan sikap dari para santri untuk lebih menjaga kebersihan baik diri maupun lingkungan dimana mereka tinggal.



Gambar 3: Penyuluhan Tentang Anemia, Pentingnya Tablet Tambah Darah, Kespro dan PHBS

d. Pengukuran Kadar Hb Santriwati

Pengukuran Kadar Hb Santriwati untuk menentukan apakah Santriwati mengalami Anemia atau

tidak, sehingga dapat mengantisipasi kejadian Anemia pada remaja.



Gambar 4: Pengukuran Kadar Hb

Rancangan Evaluasi Hasil Kegiatan

Evaluasi dilakukan dengan mengukur tingkat pengetahuan remaja putri diberikan kuisioner berupa pertanyaan-pertanyaan sebelum

diberikan edukasi, dan kemudian juga dilakukan evaluasi sesudah diberikan edukasi. Pemeriksaan Hb dilakukan sebelum diberikan tablet tambah darah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil kuisioner yang dibagikan dapat dilihat bahwa 92 Santriwati memiliki usia, dan tingkat pendidikan

dan pekerjaan orang tua sebagai berikut:

Tabel 1: Distribusi Frekuensi Usia Responden, Tingkat Pendidikan Orang Tua Dan Pekerjaan Orang Tua Responden

Variabel	F	%
Usia		
12 -14	50	54
15-18	42	46
Total	92	100
Tingkat Pendidikan Orang Tua		
SMP	40	43,5
SMA	42	45,7
Perguruan Tinggi	10	10.8
Total	92	100
Pekerjaan Orang Tua		
Buruh	31	33,7
Guru	1	1,1
Nelayan	1	1,1
Petani	20	21,7
PNS	4	4,3
Karyawan Swasta	10	10,9
Wiraswasta	22	23,9
Pedagang	3	3,3
Total	92	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 92 Santriwati di Pondok Pesantren Darul Ulum, yang terbanyak adalah usia 12-14 tahun yaitu sebanyak 50 orang (54 %), usia 15-18 tahun sebanyak 42 orang (46 %).

Dilihat dari tingkat pendidikan orang tua dari Santriwati di Pondok Pesantren Darul Ulum, yang terbanyak adalah SMA sebanyak 42 orang (45,7 %), SMP sebanyak 40 orang (43,5 %) dan Perguruan Tinggi yaitu sebanyak 10

orang (10,8 %).

Dilihat dari pekerjaan orang tua yang terbanyak adalah buruh yaitu sebanyak 31 orang (33,7 %), Wiraswasta sebanyak 22 orang (23,9 %), Petani sebanyak (21,7 %), Karyawan swasta sebanyak 10 orang (10,9 %), PNS sebanyak 4 orang (4,3 %) dan Pedagang sebanyak 3 orang (3,3%).

Tabel 2: Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi

No	Variabel	%
1	Pengetahuan sebelum edukasi	73%
2	Pengetahuan sesudah edukasi	82%

Dilihat dari peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah

diberikan edukasi ada peningkatan dari 73 % menjadi 82 %.

Tabel 3: Distribusi Frekuensi Kadar Hb Responden

No	Kadar Hb	f	%
1	≤ 12 gr%	10	10,9%
2	$> 12 \geq 14$	69	75
3	≥ 15	13	14,1
Total		92	100%

Dari tabel 3 dapat dilihat bahwa kadar Hb yang tertinggi adalah pada rentang $>12 \geq 14$ yaitu sebanyak 69 orang (75 %), kadar Hb ≥ 15 sebanyak 13

orang (14,1 %), sedangkan kadar Hb ≤ 12 gr sebanyak 10 orang (10,9 %).

SIMPULAN

Terlaksananya kegiatan penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan dan pengukuran LILA, Terlaksananya kegiatan Edukasi tentang Anemia, pentingnya tablet tambah darah, kesehatan reproduksi dan PHBS dan Terlaksananya kegiatan pengukuran Hb pada Santriwati di Pondok Pesantren Darul Ulum. Sebaiknya Santriwati menyadari pentingnya pencegahan Anemia pada masa remaja, Santriwati dapat meningkatkan kesehatan reproduksinya, dan lingkungannya dan Santriwati yang Hb nya kurang dari 12 gr% lebih memperhatikan makanan yang

dikonsumsi, untuk mencegah anemia lebih berat

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyaroh N. 2011, Kesehatan Reproduksi Remaja, Majalah Ilmiah Sultan Agung
- Alwi, Hasan. 2001. Pemberdayaan Masyarakat, Jakarta: Gaya Media,
- Devita, Hendri. 2019. Edukasi Kespro dan Pelaksanaan IVA di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Anak Air Batipuh

- Panjang, Kecamatan Koto Tangah Kota Padang Sumatera Barat
- Dhamayanti M. 2007. Penyalahgunaan dan Ketergantungan Narkotika, Alkohol dan Zat Adiktif (NAZA) pada Remaja. MKB
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. Warta Kesmas, Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS).
- Ma'rufi I, Keman S, Notobroto HB. 2011. Faktor-Faktor Sanitasi Lingkungan yang Berperan Terhadap Prevalensi Penyakit Scabies Studi pada Santri di Pondok Pesantren Kabupaten Lamongan.
- Poltekkes Depkes Jakarta. 2010. Kesehatan Remaja; Problem dan Solusinya, Jakarta: Salemba Maedika.