

**STUNTING PREVENTION THROUGH THE ACA COMMUNITY (LET'S  
PREVENT ANEMIA) IN ADOLESCENT WOMEN****PENCEGAHAN STUNTING MELALUI KOMUNITAS ACA ( AYO CEGAH ANEMIA )  
PADA REMAJA PUTRI**

**Juanda Syafitasari\*<sup>1</sup>, Poppy Siska Putri<sup>2</sup>, Entan Afriannisyah<sup>3</sup>, Dimas Dewa Darma<sup>4</sup>**  
<sup>1,2,3,4</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti  
E-mail: juandaanindya@gmail.com<sup>1</sup>,

**Abstract**

Adolescence is a transition from childhood to adulthood marked by many changes, namely biological, cognitive and emotional. According to WHO, anemia is the biggest nutritional problem in adolescents which can have a negative impact on performance and cognitive growth. (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2021). According to WHO, the prevalence of anemia in women in Indonesia is 23.9%, which is divided into the prevalence of anemia in women aged 5-14 years of 26.4% and 15-25 years of age of 18.4%. Adolescent girls are ten times more likely to suffer from anemia than young women. This service activity aims to provide education on understanding anemia, provide education on preventing anemia by changing lifestyle and snack patterns and provide education on treating anemia in adolescents. Anemia in young women will have an impact on pregnancy, resulting in babies being born who have the potential to experience stunting. Stunting is a condition where a toddler has a nutritional status where if the length or height is measured according to the toddler's age, the z-score value is  $< -2SD$  based on the standard standards of the World Health Organization-Multicentre Growth Reference Study (WHO-MGRS) in 2005. Stunting describes a nutritional problem that serious and influenced by the condition of the mother/to-be, the fetus and the toddler years, including illnesses suffered during the toddler years (Ministry of Health, 2016).

**Keywords:** Stunting, Young Women, and the ACA Community

**Abstrak**

Masa remaja merupakan transisi dari masa anak ke masa dewasa dengan ditandai banyak perubahan yaitu berupa biologis, kognitif, dan emosional. Menurut WHO anemia merupakan masalah gizi terbesar pada remaja yang dapat mengakibatkan dampak negatif terhadap kinerja dan pertumbuhan kognitifnya. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Menurut WHO prevalensi anemia pada wanita di Indonesia yaitu sebesar 23,9%, yang terbagi dari prevalensi anemia pada wanita umur 5- 14 tahun sebesar 26,4% dan umur 15-25 tahun sebesar 18,4%. Remaja putri berisiko sepuluh kali untuk menderita anemia dibanding dengan remaja putri. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi pemahaman anemia, memberikan edukasi mencegah anemia dengan mengubah gaya hidup dan pola jajan dan memberikan edukasi mengobati anemia pada remaja. Anemia pada remaja putri akan berdampak pada kehamilannya yang mengakibatkan bayi yang dilahirkan berpotensi mengalami stunting. Stunting merupakan kondisi dimana balita dengan status gizi yang jika diukur panjang atau tinggi badan menurut umur balita tersebut nilai z-scorenya  $< -2SD$  berdasarkan standar baku World Health Organization-Multicentre Growth Reference Study (WHO-MGRS) tahun 2005. Stunting menggambarkan masalah gizi yang serius dan dipengaruhi dari kondisi ibu/calon ibu, masa janin dan masa balita termasuk juga dengan penyakit yang diderita selama masa balita (Kemenkes, 2016).

**Kata Kunci :** Stunting, Remaja Putri, dan Komunitas ACA

**1. PENDAHULUAN**

Stunting adalah gangguan tumbuh kembang pada balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi jangka panjang, yang dapat terjadi sejak kehamilan hingga usia 24 bulan. Tanda yang sering muncul adalah terjadinya penurunan kecepatan pertumbuhan pada anak khususnya balita. Stunting bukan hanya mengganggu pertumbuhan fisik namun juga pada

pertumbuhan lainya seperti mental, kognitif dan intelektual anak. Anak yang sudah teridentifikasi stunting sejak balita akan sulit untuk diperbaiki sehingga akan berlanjut hingga anak tersebut tumbuh dewasa. Bahkan ketika anak tersebut akan mempunyai keturunan di masa depan, tidak menutup kemungkinan mempunyai resiko jabang bayi lahir dengan berat badan rendah (Rochmatun Hasanah et al., 2023).

Stunting merupakan kondisi dimana balita dengan status gizi yang jika diukur panjang atau tinggi badan menurut umur balita tersebut nilai z-scorenya  $< -2SD$  berdasarkan standar baku World Health Organization-Multicentre Growth Reference Study (WHO-MGRS) tahun 2005. Stunting menggambarkan masalah gizi yang serius dan dipengaruhi dari kondisi ibu/calon ibu, masa janin dan masa balita termasuk juga dengan penyakit yang diderita selama masa balita (Kemenkes, 2016)

World Health Assembly (WHA) menargetkan menurunkan angka stunting sebanyak 40 persen dari prevalensi 2013 yaitu 22 persen pada tahun 2025. Sementara itu salah satu sasaran pembangunan kesehatan yang akan dicapai pada tahun 2025 adalah dengan menurunnya prevalensi gizi kurang pada balita. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan penurunan prevalensi stunting di tingkat nasional sebesar 6,4 persen selama periode lima tahun, yaitu dari 37,2 persen (2013) menjadi 30,8 persen (2018). Sementara prevalensi stunting pada tahun 2007 adalah 36,8 persen<sup>7</sup>. Sedangkan untuk balita berstatus normal terjadi peningkatan dari 48,6 persen (2013) menjadi 57,8 persen (2018) (Aditianti et al., 2021).

Masa remaja merupakan transisi dari masa anak ke masa dewasa dengan ditandai banyak perubahan yaitu berupa biologis, kognitif, dan emosional Menurut WHO anemia merupakan masalah gizi terbesar pada remaja yang dapat mengakibatkan dampak negatif terhadap kinerja dan pertumbuhan kognitifnya. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021)

Berdasarkan data Riskesdas terjadi peningkatan Anemia pada remaja putri dari 48,9 % pada tahun 2013 menjadi 48,9 pada tahun 2018 (RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro, 2021). Peningkatan angka anemia tersebut disebabkan karena kurangnya edukasi tentang asupan gizi yang seimbang, Anemia pada remaja dan dewasa muda memiliki efek negatif terhadap kinerja dan pertumbuhan kognitif mereka. Pemberantasan anemia pada remaja putri adalah dengan meningkatkan suplementasi zat besi (Utami et al., 2022).

Beberapa factor yang dapat mempengaruhi terjadinya stunting pada balita adalah riwayat kehamilan ibu dan riwayat kelahiran bayi. Status gizi ibu hamil sangat mempengaruhi keadaan kesehatan dan perkembangan janin. Gangguan pertumbuhan dalam kandungan dan kondisi ibu pada saat hamil diantaranya adalah anemia dan KEK (kekurangan energi kronik). Ibu hamil yang mengalami anemia dan KEK berpotensi melahirkan bayi dengan berat badan rendah (Salma & Alifariki, 2021).

Salah satu pencegahan stunting pada anak yaitu melalui komunitas ACA ( Ayo Cegah Anemia ) pada remaja putri dapat membantu mengurangi kejadian stunting pada anak. Walaupun masih remaja, namun pencegahan anemia harus dilakukan jauh sebelum terjadinya kehamilan. Maka dari itu penting dilakukannya cegah anemia pada remaja putri karena Anemia pada saat hamil sangat beresiko terhadap tumbuh kembang janin dan perkembangan bayi yang akan di lahirkan yang dapat menyebabkan mengalami stunting.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Badan Litbangkes Kemenkes RI tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 32%. Dari data tersebut menunjukkan bahwa tiga sampai empat dari sepuluh remaja puteri di Indonesia menderita anemia. Salah satu penyebab terjadinya anemia adalah malnutrisi, baik karena defisiensi besi maupun karena kecacingan, khususnya di daerah dengan sanitasi rendah dan akses terhadap air bersih yang terbatas.

Menurut WHO prevalensi anemia pada wanita di Indonesia yaitu sebesar 23,9%, yang terbagi dari prevalensi anemia pada wanita umur 5- 14 tahun sebesar 26,4% dan umur 15-25 tahun sebesar 18,4%. Remaja putri berisiko sepuluh kali untuk menderita anemia dibanding dengan remaja putri. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untk memberikan edukasi pemahaman anemia, memberikan edukasi mencegah anemia dengan mengubah gaya hidup dan pola jajan dan

memberikan edukasi mengenai anemia pada remaja.

## 2. METODE

Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi: koordinasi bersama anggota tim untuk melakukan persiapan merancang agenda acara, materi penyuluhan golongan darah, surat permohonan perijinan kepada SMK Negeri 5 Kota Bengkulu, melakukan koordinasi dan menyampaikan permohonan ijin, melakukan koordinasi dan menjelaskan tujuan dan konsep kegiatan. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 16 Maret 2024.

Dengan dibantu oleh 8 orang mahasiswa Program Studi Sarjana Kebidanan Stikes Sapta Bakti Bengkulu, pada pagi hari pukul 09.00 bersama guru SMK Negeri 5 Kota Bengkulu dengan peserta berjumlah 35 orang. Di bawah ini merupakan rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat Pencegahan Stunting melalui komunitas ACA (Ayo Cegah Anemia) pada remaja putri:

1. Pengisian daftar hadir peserta
2. Sambutan - sambutan dari Ketua Pengabdian Masyarakat dan Guru SMK Negeri 5 Kota Bengkulu
3. Penyampaian materi tentang "Pencegahan Stunting melalui komunitas ACA pada remaja putri"
4. Melakukan Diskusi dan Tanya Jawab

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penyuluhan ini dengan cara pemberian TTD (tablet tambah darah) dapat mencegah stunting karena remaja putri ini nanti akan menjadi calon ibu, jika tidak ditangani secara tepat, mereka yang mengalami anemia akan menjadi ibu hamil yang juga anemia. Kondisi tersebut berdampak pada bayi yang masih di dalam kandungan, karena ibu tidak mencukupi kebutuhan nutrisi selama kehamilan. Selain malnutrisi, stunting ternyata juga berkaitan erat dengan anemia karena defisiensi zat besi merupakan salah satu penyebab stunting. Adapun kekurangan zat besi adalah penyebab anemia terbanyak pada remaja. Kekurangan zat besi merupakan penyebab anemia pentingnya asupan makanan bergizi seimbang dan pola hidup sehat, pentingnya konsumsi TTD bagi remaja putri, serta pentingnya status gizi yang baik sebelum menikah dan dampak pernikahan usia dini. Anemia adalah salah satu masalah gizi yang ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin. Gejala anemia dapat berupa pusing, lemah, lesu, wajah atau kelopak mata pucat, hingga kuku berbentuk cekung jika kondisi sudah sangat parah.



Gambar 1. Penyuluhan Pencegahan Stunting

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan agar siswi smkn 5 kota Bengkulu memahami tentang pentingnya Pencegahan Stunting Melalui Komunitas Aca (Ayo Cegah Anemia) Pada Remaja Putri. Karena remaja putri ini nanti akan menjadi calon ibu, jika remaja putri terkena anemia maka ketika dia hamil akan berdampak kepada bayinya juga dan bisa menyebabkan stunting. Maka dari itu pentingnya remaja putri untuk mengkonsumsi TTD (Tablet Tambah Darah) agar mencegah terjadinya kelahiran stunting.

#### 5. UCAPAN TERIMA KASIH (Bila Perlu)

Terimakasih diucapkan kepada segenap Kepala Sekolah SMK Negeri 5 Kota Bengkulu yang telah memfasilitasi terlaksananya kegiatan ini dan LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti Bengkulu yang menaungi program kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh Tim pelaksanaan.

#### 6. DAFTAR PUSTAKA

- Aditianti, A., Raswanti, I., Sudikno, S., Izwardy, D., & Irianto, S. E. (2021). Prevalensi Dan Faktor Risiko Stunting Pada Balita 24-59 Bulan Di Indonesia: Analisis Data Riset Kesehatan Dasar 2018 [Prevalence and Stunting Risk Factors in Children 24-59 Months in Indonesia: Analysis of Basic Health Research Data 2018]. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 43(2), 51–64. <https://doi.org/10.22435/pgm.v43i2.3862>
- Blora, S. (2023). Mengenal Stunting, Penyebab Hingga Cara Pencegahannya. *1, 1(2)*, 1.
- Herlinda, . . H., Nilawati, I. ., Sari, N. L. ., Zainal, E. ., & Parwito, P. (2023). Mentoring Kader Terhadap Pencegahan Stunting Di Desa Sari Mulyo Kecamatan Sukaraja . *Jurnal Pengabdian*, 2(1), 7–12. <https://doi.org/10.58222/jp.v2i1.145>
- Kemendes RI. (2021). penyebab stunting pada anak. *1, 1(2)*, 1.
- Kemendes RI. (2023a). mengenal apa itu stunting. *1, 1(10)*, 1.
- Kemendes RI. (2023b). Saat Remaja Menderita Anemia, Ibu Hamil Berisiko Lahirkan Anak Stunting. *01, 12(2)*, 01.
- Medicine, N. L. of. (2023). *patofisiologi anemia*. *1(2)*, 3.
- Parwito, P., Nilawati, I., & Lasmadasari, N. . (2022). Sinergisitas Kampus Merdeka dan Merdeka Sampah Di Kelurahan Cempaka Permai Kecamatan Gading Cempaka Kota Bengkulu. *Jurnal Pengabdian*, 1(1), 7–16. <https://doi.org/10.58222/jp.v1i1.2>
- Rahmarianti, G., & Parwito, P. . (2023). Sosialisasi Pencegahan Stunting Di Desa Tanggo Raso Kecamatan Pino Raya Kabupaten Bengkulu Selatan . *JURNAL PENGABDIAN KESEHATAN*, 1(2), 1–6. <https://doi.org/10.58222/jupengkes.v1i2.168>
- Rochmatun Hasanah, Fahimah Aryani, & Effendi, B. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Balita. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.59025/js.v2i1.54>
- Salma, W. O., & Alifariki, L. O. (2021). Review, Riwayat Anemia Pada Kehamilan Sebagai Prediktor Kejadian Stunting Pada Anak: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 13, 71–84.
- Utami, S., Kamil, R., & Chusna, Z. (2022). Peningkatan Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Untuk Mencegah Terjadinya Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau*, 2(2), 30–33. <https://doi.org/10.36656/jpmpm.v2i2.818>
- Who. (2023). *Anemia*. 2(1), 1.