



## Pembentukan Peer Grup “SISBANGUN” Bersama Kita Cegah Anemia Remaja di Masa New Normal di SMP Negeri 4 Banguntapan Bantul Yogyakarta

Elika Puspitasari<sup>1\*</sup>, Sholaikhah Sulistyoningtyas<sup>2</sup>, Izza Fitrotun Nisa<sup>3</sup>, Viola Merli<sup>4</sup>, Imainih Adha Hani'ah<sup>5</sup>, Deva Indowidy Santiya<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Universitas Aisyiyah Yogyakarta

\*Email: [Sholaikhahtyas@unisayogya.ac.id](mailto:Sholaikhahtyas@unisayogya.ac.id)

### Abstrak

**Keywords:**  
*Anemia; Gizi; Remaja*

*Anemia merupakan keadaan yang ditandai dengan berkurangnya hemoglobin. Anemia sering terjadi pada anak dan remaja terutama di negara berkembang. Anemia pada remaja menjadi masalah kesehatan yang cukup besar karena prevalensi kejadian masih cukup tinggi. Dampak anemia pada remaja adalah terdapat masalah kesehatan dalam sistem reproduksinya, penurunan konsentrasi belajar sehingga prestasi belajar menurun serta pertumbuhan kurang maksimal. Oleh karena itu untuk pencegahan anemia pada remaja perlu dilakukan kerjasama antara bidan sebagai tenaga kesehatan dengan institusi pendidikan guna menjangkau sasaran yaitu remaja. Kader remaja itu sendiri yang lebih dekat posisinya dengan keluarga, diharapkan dapat bekerja sama dalam pemberdayaan secara mandiri dalam meningkatkan derajat kesehatan remaja. Solusi permasalahan mitra dengan mengadakan pelatihan dan pemberian pendidikan kesehatan guna meningkatkan pengetahuan serta keterampilan dalam memilih menu makan sendiri, mengkonsumsi tablet Fe dengan benar, mengetahui pengertian dan pencegahan anemia serta tertib menggunakan protokol kesehatan di wilayah sekolah dan lingkungan sekitar telah terlaksana dengan baik. Peer grup yang terdiri dari 12 siswa dari perwakilan semua kelas dari kelas 7-9 telah melalui pelatihan dan pendampingan selama 3 bulan berjalannya kegiatan pengabdian ini. Pihak sekolah masih mengharapkan adanya keberlanjutan program dan penambahan materi tentang kesehatan yang tentunya akan bermanfaat bagi siswa itu sendiri dalam mengatasi masalah kesehatan remaja.*

### 1. PENDAHULUAN

Anemia merupakan keadaan berkurangnya kadar hemoglobin dalam darah. Anemia terjadi pada anak dan remaja prevalensi kejadian anemia pada remaja terjadi lebih dari 20% hal ini menunjukkan terdapat masalah kesehatan pada remaja putri [1]. Dampak anemia terhadap remaja diantaranya konsentrasi belajar menurun, gangguan perkembangan sistem reproduksi, tingkat kebugaran menurun serta tidak tercapainya tinggi

badan maksimal dan kesejahteraan remaja kurang maksimal [2].

Prevalensi nasional anemia di Indonesia berdasarkan data Riskesdas (2013), yaitu mencapai 21,7%. Proporsi kejadian anemia di Indonesia menurut karakteristik jenis kelamin perempuan lebih mendominasi jika dibandingkan dengan laki-laki, presentasi pada perempuan 23,9% dan laki-laki 18,4% serta berdasarkan karakteristik kelompok umur 5-14 tahun lebih tinggi jika

dibandingkan dengan remaja umur 15- 21 tahun, pada umur 5-14 tahun 26,4% kejadian anemia dan umur 15-21 tahun 18,4% kejadian anemia [3]. Upaya untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja adalah dengan pemberian tablet Fe, konsumsi makanan gizi seimbang atau memperbaiki asupan nutrisi pada remaja itu sendiri [4].

Pemberian materi dan pelatihan tentang gizi seimbang bagi remaja serta cara konsumsi tablet Fe merupakan salah satu alternatif yang dapat diberikan. Melalui *training* dapat mengembangkan tidak hanya pengetahuan dan pemahaman akan tetapi juga keterampilan serta meningkatkan motivasi. Pemberian materi yang akan diberikan secara lengkap mulai dari pemilihan menu gizi seimbang, merancang varian menu sehari-hari untuk remaja mengurangi makanan cepat saji. Cara Konsumsi tablet Fe, Efek samping dari Tablet Fe. Setelah itu Remaja yang dilatih dapat mengatasi anemia serta menjadi pendamping kesehatan bagi remaja – remaja dilingkungan sekitar [5].

Profil mitra dan gambaran lokasi dijelaskan sebagai berikut: Kawasan mitra berada di pinggiran kota dikawasan pedesaan yang dikelilingi area persawahan. Lokasinya berdekatan dengan Puskesmas Banguntapan 2 dengan jarak sekitar 400 meter; Jumlah siswa-siswi disekolah ini ada sekitar 384 orang dari kelas 7 – 9 terbagi dalam kelas A – D. Siswinya ada sekitar 20 orang per kelasnya; Sekolah berkerjasama dengan Puskesmas Banguntapan 2 untuk pemeriksaan kesehatan rutin di awal semester, sehingga setiap siswa berkesempatan diperiksa kesehatannya 2x per tahun; dan Sekolah memiliki fasilitas UKS yang dikelola oleh guru BK.

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah dan guru BK diperoleh informasi sebagai berikut : selama 3 tahun terakhir di SMP N 4 Banguntapan Bantul belum pernah diadakan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi; Siswi di SMP N 4 Banguntapan belum mendapatkan pengetahuan tentang gizi seimbang bagi remaja; Terdapat sekitar 240

siswi dari kelas 7 – 9 di SMP N 4 Banguntapan Bantul Yogyakarta yang rutin diberikan tablet Fe dari Puskesmas tetapi selama ini mayoritas dari siswi tersebut belum tahu cara konsumsi Fe yang benar serta belum memahami efek samping yang mungkin terjadi; Sebagian siswi yang mengalami dismenorea saat menstruasi, ketika sekolah sampai terganggu aktivitas belajarnya diantaranya sampai perlu beristirahat ke UKS. Penanganan dari guru BK sejauh ini sebatas menyediakan obat pereda nyeri untuk diberikan kepada siswi yang mengeluhkan dismenorea; dan Guru juga kurang memahami manfaat dan cara konsumsi tablet Fe. Pernah suatu ketika ada siswi mengeluhkan minum tablet Fe menyebabkan mual, pusing, ada guru yang menganjurkan siswanya untuk tidak mengkonsumsinya.



**Gambar 1.** Gambaran Lokasi SMP N 4 Banguntapan

## 2.METODE

Demi mendapatkan hasil yang maksimal maka pengabdian masyarakat di SMP Negeri 4 Banguntapan ini tim pelaksana menggunakan beberapa metode salah satunya adalah sebagai berikut:

### 2.1 Khalayak Sasaran

Sasaran pengabdian masyarakat ini



adalah guru dan siswa-siswi SMP Negeri 4 Banguntapan Bantul Yogyakarta.

### 2.2 Forum Group Discussion (FGD)

Forum group discussion salah satu metode yang kami gunakan, dengan adanya metode ini kami berharap mendapatkan informasi maupun data mengenai perilaku siswa dalam mengkonsumsi tablet Fe, kebiasaan makan dan pemahaman terkait protocol kesehatan di masa pandemic covid-19. Sehingga dengan data yang kami dapatkan dari FGD tersebut akan kami tindak lanjuti kepada siswa-siswi dalam

hal pemahaman atau pengetahuan mengenai perilaku kebiasaan mengkonsumsi tablet Fe, pengetahuan terkait anemia dan gizi seimbang pada remaja.

### 2.3 Sosialisasi

Sosialisasi ini digunakan untuk memberi pemahaman kepada siswa-siswi SMP negeri 4 Banguntapan Bantul. Dengan adanya sosialisasi ini harapan kami adalah siswa-siswi bisa paham mengenai cara pencegahan anemia dan gizi seimbang di usia remaja

**Tabel. 1** Gambaran Prioritas Permasalahan, Solusi Permasalahan dan Target Luaran

No	Prioritas permasalahan mitra	Solusi permasalahan	Target luaran
1	Belum pernah diadakan Penyuluhan Kesehatan Reproduksi	a. Pembentukan peer grup di sekolah dengan Pelatihan dan Penyuluhan Kesehatan Reproduksi	Terbentuk peer grup yang terdiri dari $\pm 12$ orang berasal dari kelas 7-9
2	Belum adanya penyuluhan tentang gizi seimbang bagi remaja	a. Pemeriksaan IMT Remaja b. Promkes tentang gizi seimbang bagi remaja	Siswa yang dilatih memahami dan mampu menghitung IMT serta membuat menu gizi seimbang
3	Remaja tidak tertib mengkonsumsi Tablet Fe	a. Promkes Tentang Konsumsi Tablet Fe bagi Remaja.	Siswa yang dilatih mampu memahami dan mempraktikkan cara minum tablet Fe yang benar



**Tabel 2.** Gambaran Partisipasi Mitra, Evaluasi dan Keberlanjutan Program

No	Nama Kegiatan	Partisipasi mitra	Evaluasi dan keberlanjutan program
1	<b>Perizinan mitra</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Memberikan informasi untuk analisis situasi</li> <li>b. Menjawab pertanyaan yang diajukan oleh pelaksana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Kepala Sekolah menyetujui dan mengesahkan surat izin mitra</li> <li>b. Menugaskan guru BK untuk berkoordinasi dengan pelaksana</li> </ul>
2	<b>Tahap persiapan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Membantu merekrut calon peserta pelatihan dan penyuluhan dari semua tingkatan kelas</li> <li>b. Meng-invite siswi yang akan dijadikan kader</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Pelaksana menyediakan grup WA</li> <li>b. Guru BK, pengelola UKS beserta pelaksana menyepakati materi yang akan disampaikan</li> <li>c. Persiapan kegiatan: rancangan penyuluhan dan pelatihan</li> </ul>
3	<b>Tahap Pelaksanaan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Memantau kegiatan dan diskusi dari WA grup</li> <li>b. Membantu memotivasi siswa untuk berperan aktif selama penyuluhan dan pelatihan berlangsung</li> <li>c. Membantu memfasilitasi kegiatan offline yang akan dilaksanakan di sekolah</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Guru BK, pengelola UKS dan pelaksana bekerja sama menjaga antusiasme siswa selama pelaksanaan kegiatan</li> <li>b. Kepala Sekolah turut hadir pada kegiatan offline untuk memotivasi siswa agar lebih semangat dan menyaksikan pembentukan peer grup SISBANGUN</li> </ul>
4	<b>Evaluasi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Guru BK turut mengingatkan siswa untuk mengerjakan soal post-test melalui google form</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Evaluasi dilakukan secara online – siswa mengerjakan soal melalui google form</li> <li>b. Hasil evaluasi akan disampaikan pada pihak sekolah dan bidan puskesmas sebagai masukan terkait kesehatan reproduksi remaja yang ada di wilayahnya</li> </ul>
	<b>Rencana Tindak Lanjut</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Guru BK, pengelola UKS serta Kepala Sekolah terus memantau dan memfasilitasi kegiatan peer grup SISBANGUN</li> <li>b. Bekerja sama dengan Puskesmas Banguntapan untuk mengundang narasumber terkait isu kesehatan reproduksi terkini</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Grup WA SISBANGUN tetap diberikan pendampingan ketika siswa yang dilatih mengalami permasalahan, dapat dikonsultasikan langsung pada pelaksana</li> <li>b. Pelaksana akan melakukan monitoring setiap 3 bulan sekali untuk merefresh pengetahuan dari peer grup yang dilatih</li> <li>c. Di tahun berikutnya pelaksana akan memberikan materi yang baru dan menambah jumlah siswa yang dilatih</li> </ul>

### 3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian materi “Pencegahan Anemia” dilakukan via Zoom dilakukan tanggal 30 April 2021 dan

pendampingan Peer Group “SISBANGUN” melalui WA grup karena masih pandemi covid-19. Kepala Sekolah belum mengizinkan siswa

untuk ikut dalam kegiatan offline di sekolah. Pelaksanaan berjalan dengan lancar dan peserta yang dilatih antusias, aktif saat diberikan edukasi seputar anemia dan gizi seimbang di masa remaja. Materi pencegahan anemia disampaikan kepada peserta karena dirasa hal ini sangat diperlukan bagi kesehatan remaja tersebut guna mengatasi keluhan-keluhan yang mereka alami selama ini. Hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan dapat mengatasi permasalahan dari mitra berikut:

1. Siswi di SMP N 4 Banguntapan sekarang sudah memahami dan mengerti tentang pencegahan anemia, cara minum tablet Fe yang benar dan gizi seimbang bagi remaja.
2. Terdapat Kader Remaja yang masuk dalam peer group "SISBANGUN" sejumlah 12 remaja yang mewakili tiap kelas menyampaikan keluhan maupun permasalahan yang dialami oleh remaja di SMP N 4 Banguntapan terkait kesehatan reproduksi khususnya gizi seimbang dan konsumsi tablet Fe.
3. Guru BK yang menjadi wali bagi siswi selama disekolah ikut menghadiri penyuluhan dan pelatihan via online sehingga beliau paham dan bisa memberi support terhadap siswi dalam memperhatikan kesehatan reproduksi remaja dan mengetahui apabila terdapat siswa mengalami keluhan mual dan muntah setelah mengkonsumsi tablet Fe.

Uraian kegiatan yang telah dilaksanakan dijelaskan sebagai berikut:

### 3.1. Kegiatan Pelatihan untuk Peer Group

Koordinasi dengan Kepala Sekolah dan Guru BK, guna membahas rencana kegiatan, dengan komitmen bersama akan saling mendukung dan menjaga terlaksananya program secara berkesinambungan. Setelah koordinasi kami bersepakat untuk melakukan pelatihan siswi untuk pembuatan menu gizi seimbang bagi remaja. Peserta akan difasilitasi dengan booklet dan tentang gizi remaja serta alat tulis dan peserta diberi kesempatan untuk berkreaitifitas

pembuatan menu seimbang bagi mereka sendiri. Pelatihan secara pendampingan melalui WA grup dan materi disampaikan melalui platform Zoom dalam waktu sehari. Siswa-siswi peserta yang mengikuti Zoom diminta mengirim foto dengan target 2 macam menu yang sederhana dan setelah diharapkan remaja tersebut lebih teratur dalam mengkonsumsi tablet Fe.



**Gambar 2.** Screenshoot Pelaksanaan Kegiatan Melalui WAG

### 3.2. Kegiatan Penyuluhan via daring

Pada tahap ini dilakukan

penyuluhan kepada Remaja Putri dengan materi “Gizi Seimbang Bagi remaja dan Konsumsi Tablet FE “. Kegiatan ini diadakan via daring melalui group WA serta Zoom.

Hal-hal yang perlu dipersiapkan antara lain,

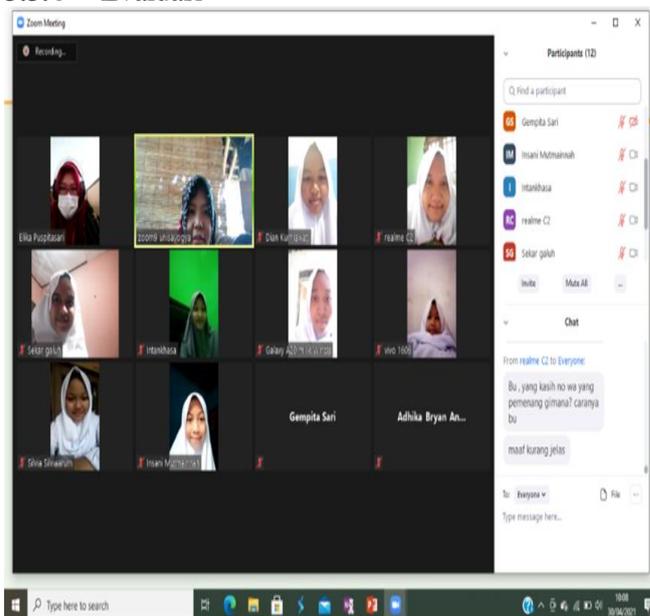
- 3.2.1 Booklet, Slide PPT, Video tentang Gizi seimbang dan Konsumsi Tablet Fe bagi Remaja Putri, dan Poster.
- 3.2.2 Paket data selama pelatihan dan penyuluhan
- 3.3.3 Booklet dan set alat tulis.
- 3.3.4 Evaluasi

3.3.3 Melakukan pemantauan secara berkala terkait pelatihan dan penyuluhan yang diberikan terhadap kader remaja yang diwakili oleh 12 remaja putri SMP N 4 Banguntapan

3.3.4 Bekerja sama dengan tenaga kesehatan ataupun Puskesmas Banguntapan 2 dalam pengelolaan dan keberlanjutan upaya promotif-preventif “Perbaikan Gizi bagi remaja.”

#### 4 KESIMPULAN

Rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat di SMP Negeri 4 Banguntapan Bantul berjalan dengan lancar. Meskipun penyampaian materi terbatas daring melalui zoom dan WA grup, namun tujuan guna memberi pemahaman siswa-siswi terkait pencegahan anemia, gizi remaja dan cara minum tablet Fe yang benar dapat diterima dengan baik. Pembentukan peer group di sekolah anggotanya masih sedikit sekitar 12 orang saja diambil 2 orang perwakilan dari semua kelas. Semoga di tahun berikutnya dapat menambah anggota peer group dan memberikan materi kesehatan reproduksi remaja sesuai kebutuhan mereka.



Gambar 3. Screenshot Pertemuan via Zoom Penyampaian Materi Pencegahan Anemia, Gizi Remaja dan cara minum tablet Fe yang benar

#### 3.3. Evaluasi pelaksanaan kegiatan dan keberlanjutan program

Evaluasi pelaksanaan kegiatan dan keberlanjutan program yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- 3.3.1 Melakukan evaluasi terhadap aspek kognitif, afektif/sikap, dan psikomotor kader remaja setelah diberikan pelatihan.
- 3.3.2 Meminta evaluasi dari remaja terhadap pemahaman tentang bagaimana mengatasi permasalahan terkait gizi dan keteraturan dalam Konsumsi Tablet Fe.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada LPPM Universitas Aisyiyah Yogyakarta yang telah mendanai kegiatan pengabdian masyarakat ini, rekan tim pelaksana, Ibu Kepala Sekolah dan Ibu Guru BK SMP N 4 Banguntapan yang selalu kebersamaan selama kegiatan berlangsung.

#### REFERENSI

- [1] Hardinsyah and Supriasa, *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC, 2016.
- [2] B. J, *Patofisiologi dalam Kebidanan*. Jakarta: EGC, 2012.
- [3] L. Depkes, “Standar Tablet Tambah Darah Bagi Wanita Usia Subur Dan Ibu Hamil,” 2014. .
- [4] H. Masthalina, Y. Laraeni, and Y. .



- Dahlia, "Pola Konsumsi (Faktor Inhibitor Dan Enhancer Fe) Dan Status Anemia Remaja Putri.," *Repos. Univ. Aisyiyah Yogyakarta.*, 2015.
- [5] Adawiyani and Robiatul, "Pengaruh Pemberian Buklet Anemia Terhadap Pengetahuan, Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Dan Kader Hemoglobin Ibu Hamil," *J. Ilm. Mhs. Univ. Surabaya*, vol. 2, no. 2, 2013.