

PEMBERDAYAAN REMAJA PEER GROUP TERHADAP PERILAKU REMAJA DALAM SUPLEMENTASI TABLET FE UPAYA PENCEGAHAN STUTING

Luluk Fauziyah Januarti^{1*}, Sofi Yulianto²

^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudia Husada, Madura, Indonesia

*Korespondensi: lulukfauziyah127@gmail.com

ABSTRACT

Background: Stunting is a condition of failure to grow that can result from the condition of mothers with anemia since adolescence. Some young women at Asrol Ulum Junior High School were found not to consume Fe tablets. This study is to determine the effect of peer group youth empowerment on the knowledge and attitude of adolescent girls towards Fe tablet supplementation at Asrol Ulum. **Metode:** This type of research is a quantitative research using a one group pretest-posttest design. samples as many as 30. The data collection instrument used a questionnaire of adolescent knowledge and attitudes about Fe tablet supplementation. Bivariate analysis using an independent t test. The results of the analysis of the support of peers, teachers and parents, can trigger the attitude of young women to consume Fe tablets. **Results:** The results of the study showed an increase in the average value of knowledge and attitude of respondents after peer group intervention in the form of providing education through youth empowerment. Average results of knowledge about Fe tablet supplementation (pre-test=53.99 and post-test=74.44) and average attitude (pre-test=2.75 and posttest=3.48). There was an increase in adolescents' knowledge and attitudes about Fe tablet supplementation with p-value=0.000<0.05. The results of statistical tests showed that there was a significant influence on knowledge and attitudes before and after the intervention. **Conclusion:** this study is that there is an increase in knowledge and attitudes as an influence of adolescent empowerment on the knowledge and attitudes of adolescent girls in Fe tablet supplementation.

Keywords: *Empowerment; Adolescent Girls; Iron Tablet Supplementation; peer group; stunting*

ABSTRAK

Latar belakang: Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh yang dapat diakibatkan dari kondisi ibu dengan anemia sejak remaja. Beberapa remaja putri di SMP Asrol Ulum ditemukan tidak mengonsumsi tablet Fe, sehingga perlu diberikan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap akan kesehatan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan, adanya dukungan teman sebaya, adanya dukungan orang tua dan guru, ketersediaan sumber informasi kesehatan, serta pengaruh pemberdayaan Remaja peer group terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap suplementasi tablet Fe di SMP Asrol Ulum. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain one group pretest-posttest design dengan sampel

sebanyak 30. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap remaja tentang suplementasi tablet Fe. Analisis bivariat menggunakan uji independent t test. Seluruh responden telah mendapatkan informasi kesehatan melalui petugas puskesmas, sosial media, koran serta majalah. Hasil analisis adanya dukungan teman sebaya, guru serta orang tua, dapat memicu sikap remaja putri untuk mengkonsumsi tablet Fe. **Hasil:** Hasil penelitian didapatkan adanya peningkatan nilai rerata pengetahuan dan sikap responden setelah dilakukan intervensi peergroup berupa pemberian edukasi melalui pemberdayaan remaja. Hasil rerata pengetahuan tentang suplementasi tablet Fe (pre-test=53,99 dan post-test=74,44) dan rerata sikap (pre-test=2,75 dan posttest=3,48). Terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang suplementasi tablet Fe dengan p-value=0,000<0,05. Hasil uji statistik menunjukkan adanya pengaruh signifikan pada pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. **Simpulan:** Kesimpulan penelitian ini adalah adanya peningkatan pengetahuan dan sikap sebagai pengaruh pemberdayaan remaja terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam suplementasi tablet Fe.

Kata kunci: Pemberdayaan; Remaja; Suplemen Fe; Peergroup ; Stunting

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah satu periode penting dalam perkembangan individu dimana terjadi perubahan dari masa anak-anak menuju dewasa. Menurut WHO, yang disebut dengan remaja adalah individu yang berada pada masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa dimulai pada usia 10-19 tahun. Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai terjadinya perubahan fisik, emosi dan psikis. Perubahan ini membuat remaja menjadi kelompok yang rentan terhadap berbagai masalah. Masalah kesehatan reproduksi yang sering dihadapi usia remaja adalah terjadinya kehamilan di luar nikah, kehamilan yang tidak diinginkan dan menikah usia anak. Peningkatan kasus pernikahan usia anak akan meningkatkan kehamilan usia remaja. Angka nasional menunjukkan 22 provinsi di Indonesia dengan angka pernikahan dini diatas angka nasional (10,82%), salah satunya di Provinsi Jawa Timur (13,2%) (BPS, 2023). Sekitar 2% remaja perempuan usia 15-24 tahun dan 8% remaja laki-laki telah melakukan hubungan seksual pra-nikah. Sebanyak 11% diantaranya mengaku mengalami kehamilan tidak diinginkan (BKKBN, 2020). Hasil Penelitian di wilayah kerja Puskesmas Bangkalan pada remaja putri adalah anemia zat besi. Anemia adalah suatu keadaan di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok orang yang bersangkutan. Penentuan anemia juga dapat

dilakukan dengan mengukur hematokrit (Ht). Nilai hematokrit rata-rata setara dengan tiga kali kadar hemoglobin. Batasan hemoglobin untuk menentukan apakah seseorang terkena anemia gizi besi atau tidak sangat dipengaruhi oleh umur. Untuk remaja putri umur 6-17 tahun kurang dari 12 g/dl (Arisman, 2020). Pemberian zat besi secara oral merupakan salah satu pendekatan untuk pencegahan dan pengendalian anemia defisiensi zat besi (Almatsier, 2022). Laporan riskesdas 2018 menunjukkan 26,4% prevalensi anemia pada usia 5-14 tahun, kemudian meningkat menjadi 48,9% pada tahun 2023 (Kemenkes RI, 2023). Beberapa hasil penelitian menunjukkan tingginya prevalensi anemia pada remaja putri. Hasil penelitian di SMP Negeri 4 Banjar Baru menemukan 51% remaja putri mengalami anemia (Basith, Agustina and Diani, 2017), di SMA Negeri 8 Pekanbaru didapatkan remaja putri yang mengalami anemia sebanyak 59,5% (Handayani, Novayelinda, 2016), Hasil survey yang dilakukan oleh staf Puskesmas Sepuluh Bangkalan bagian gizi dan laboratorium pada bulan Maret 2023 SMP-SMA Asrol Ulum terhadap 68 siswa didapatkan 55 orang (32,7%) tidak mengalami anemia dan 13 orang (67,3%) mengalami anemia dengan kadar Hb kurang dari 12 gr%. Bulan Maret 2023 Puskesmas Sepuluh kembali melaksanakan program pemberian Tablet Fe pada 47 remaja putri yang mengalami anemia ringan dan anemia sedang sebanyak 1 tablet sehari selama 6 minggu. Anemia sangat penting ditanggulangi karena hal ini akan mempengaruhi proses belajar siswa yang ditandai dengan siswa sering mengantuk waktu belajar, kurang konsentrasi belajar dan lesu, serta kadang disertai pusing-pusing kepala. Hasil evaluasi belajar mereka bulan Juni 2023 yaitu yang kadar haemoglobinnya rendah nilainya antara 6,58-73,2 sedangkan yang kadar haemoglobinnya tinggi nilainya antar 74,3-77,5. Ini juga ditunjang dengan data dari UKS kalau remaja putri yang mengalami pusing dan pingsan dalam 1 minggu sekitar 4 – 5 orang

Kehamilan pada usia remaja dan keadaan anemia akan berdampak buruk pada status gizi janin dan bayi. Anak balita yang lahir dari perempuan yang menikah di usia remaja secara signifikan lebih berisiko mempunyai anak stunting (Larasati, Nindya and Arief, 2018; Efevbera et al., 2017). Framework WHO (2020) menguraikan faktor risiko terjadinya stunting pada balita. Faktor ibu meliputi gizi yang buruk sebelum hamil, kehamilan usia

anak, kesehatan mental ibu, kelahiran premature, Intra Uterine Growth Restriction (IUGR), jarak kelahiran yang pendek dan hipertensi merupakan faktor penyebab pertama. Faktor penyebab stunting kedua adalah tidak memberikan inisiasi menyusui dini (IMD), ASI tidak eksklusif, dan penyapihan yang terlalu cepat (WHO, 2012). Remaja putri yang mengalami kehamilan umumnya memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) kurus dan sangat kurus dan dalam kondisi Kurang Energi Kronik (KEK) serta anemia (Rahayu, Purwandari and Wijayanti, 2022; Kemenkes RI, 2023). IMT yang rendah, KEK dan Anemia pada remaja putri berhubungan dengan kurangnya asupan gizi yang berdampak pada rendahnya penambahan berat badan jika mengalami kehamilan yang dapat mengakibatkan tingginya kejadian bayi lahir prematur yang menjadi salah satu faktor terjadinya stunting pada balita (Vivatkusol, 2022).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 melaporkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia menduduki urutan negara ketiga tertinggi di regional Asia Tenggara (WHO, 2018). Selama periode 2005-2017, rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia adalah 36,4%. Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010, 2013 dan 2018 menunjukkan prevalensi stunting masih tinggi, cenderung stagnan dan tidak menurun mencapai batas ambang WHO (<30%). Indonesia dengan 34 provinsi, sebanyak 13 provinsi termasuk prevalensi stunting kategori berat, dan sebanyak 12 provinsi termasuk kategori serius. Prevalensi stunting terendah di DKI Jakarta, DI Yogyakarta, Bali dan Kepulauan Riau sampai yang tertinggi di Nusa Tenggara Timur (42,6%) (Kemenkes RI, 2018). Stunting dapat berawal dari kondisi remaja putri yang mengalami masalah gizi dan kesehatan yang berdampak pada masalah gizi dan kesehatan generasi berikutnya (Susanto, 2018; Siswati, 2018). Masalah gizi yang banyak dialami remaja putri adalah anemia dan kurang energi kronik. Bila kondisi ini tidak diperbaiki, maka di masa yang akan datang akan semakin banyak calon ibu hamil yang memiliki postur tubuh pendek dengan kondisi kurang energi kronik yang akan berdampak pada meningkatnya prevalensi balita stunting di Indonesia. Pada ibu hamil, kondisi kehamilan terlalu muda (usia remaja), terlalu tua, terlalu sering melahirkan, dan terlalu dekat jarak kelahiran akan berdampak pada masalah 1000 hari

pertama kehidupan. Usia kehamilan ibu yang terlalu muda (di bawah 20 tahun) beresiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR). Bayi BBLR mempengaruhi sekitar 20% dari terjadinya stunting (Kemenkes RI, 2018). Kondisi remaja putri di Bangkalan, 11% remaja putri di Bangkalan terjadi peningkatan kasus pernikahan usia anak akan meningkatkan kehamilan usia remaja.

Remaja putri menjadi sasaran penting dalam pencegahan stunting melalui perencanaan keluarga yang baik, menjaga kesehatan agar tidak mengalami anemia dan Kurang Energi Kronik, serta memahami upaya-upaya pencegahan stunting sejak dini. Salah satu langkah yang cukup strategis untuk menimbulkan motivasi kearah perbaikan perilaku yang baik sesuai dengan konsep kesehatan dengan strategi pemberdayaan masyarakat (empowerment) dan partisipasi masyarakat (community participation) (Kemenkes RI, 2022). Pengaruh kelompok teman sebaya (Peer Group) pada usia remaja sangat kuat. Remaja sering berkumpul dan berinteraksi dalam kelompok sebayanya, sehingga terjadi dinamika dan saling memengaruhi dalam kelompok. Dengan adanya interaksi dan dinamika yang berkembang dalam kelompok peer group terbentuk komunikasi yang baik, remaja dapat merumuskan, memperbaiki dan meningkatkan komunikasinya melalui kelompok yang dimilikinya (Suherman, 2019). Tujuan penelitian pengaruh pemberdayaan kelompok Peer Group Teman Sebaya sebagai pendamping gizi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan remaja putri tentang perencanaan keluarga, penundaan usia perkawinan, kesehatan reproduksi dan pencegahan anemia sebagai upaya pencegahan stunting yang dilakukan di Bangkalan.

METODE

Dalam penelitian ini peneliti melakukan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian Pre Eksperimen, dengan rancangan yang digunakan yaitu *two group Pretest-Posttest Design*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberdayaan siswi SMP-SMA Asrol Ulum sebagai Remaja Peduli Stunting terhadap suplementasi tablet Fe pada remaja putri dengan melakukan satu kali pengukuran pertama (pre-test) sebelum

dilakukan intervensi dan dilakukan pengukuran kembali (post-test). Dalam penelitian ini populasi yang digunakan yaitu siswi kelas 10 SMP-SMA Asrol Ulum yang berjumlah 280 siswi dalam penelitian ini peneliti menetapkan sampel sebesar 10% dari jumlah populasi yaitu sebanyak 28 sampel dan dibulatkan menjadi 30 sampel. Teknik sampling yang digunakan *simple random sampling*. Penelitian ini dilaksanakan di SMP-SMA Asrol Ulum Kec. Sepuluh Kab. Bangkalan. Penelitian ini dilaksanakan terhitung dari perencanaan penelitian, pelaksanaan penelitian, sampai pembuatan laporan penelitian. Penelitian ini telah dilakukan uji etik dengan nomer etik penelitian NO: 2199/KEPK/STIKES-NHM/EC/IV/2024. Penelitian dilaksanakan di bulan April 2024 sampai dengan bulan Mei 2024. Data primer pada penelitian ini diperoleh langsung oleh peneliti adalah berdasarkan survey ke sekolah yaitu SMP-SMA Asrol Ulum yang berasal dari penyebaran kuesioner yang berisi tentang karakteristik responden, kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap responden, ketersediaan sumber informasi, adanya dukungan teman sebaya, adanya dukungan orang tua dan guru. Data sekunder pada penelitian ini didapatkan dari bagian kurikulum SMP-SMA Asrol Ulum berupa jumlah siswa serta penanggung jawab program UKS di Puskesmas Sepuluh Bangkalan berupa data angka kejadian stunting di 3 kelurahan wilayah kerja puskesmas Sepuluh, ketersediaan sarana pelayanan kesehatan untuk remaja, data cakupan pemberian tablet Fe pada remaja di sekolah. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah penyebaran kuesioner oleh peneliti.

HASIL

Tabel 1 menunjukkan hasil pelatihan selama 3 hari pada 30 orang Peer Group teman sebaya untuk menyamakan persepsi dan meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang perencanaan keluarga, penundaan usia perkawinan, kesehatan reproduksi dan pencegahan anemia sebagai upaya pencegahan stunting. Pelatihan juga bertujuan untuk penguatan peran Peer Group Teman Sebaya dan peningkatan kemampuan Peer Group Teman Sebaya dalam melakukan pendampingan pada remaja putri.

Tabel 1. Perubahan Pengetahuan dan Sikap Peer Group Sebelum dan Sesudah Pelatihan

Pengetahuan	Sebelum	Sesudah	P-value^a
Siswa SMP	49,56±9,89	73,15±16,15	0,024
Siswa SMA	58.42±14.34	76.84±7.53	0,044
P-value ^b	0,289	0,656	
Total	53,99±12,51	74,99±12,04	0,0001
Sikap	Sebelum	Sesudah	P-value
Siswa SMP	2,6±0,35	3,53±0,09	0,024
Siswa SMA	2,76±0,29	3,34±0,16	0,003
P-value ^b	0,459	0,42	
Total	2,68±0,31	3,5±0,13	0,0001
<i>^at test dependen</i>	<i>^bt test independen</i>		

Tabel 1 menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap Peer Group Teman Sebaya sebelum dan sesudah dilaksanakan pelatihan di SMP-SMA Asrol Ulum. Skor pengetahuan dan skor sikap homogen di kedua Sekolah ($p > 0,05$).

Perubahan Perilaku Remaja Putri

Tabel 2. Perubahan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Pendampingan oleh Peer Group

Pengetahuan	Sebelum	Sesudah	P-value^a
Siswa SMP	65,52±14,21	77,63±12,05	0,0001
Siswa SMA	61,71±12,94	77,03±11,72	0,0001
P-value ^b	0,157	0,694	
Total	63,25±13,88	77,23±11,85	0,0001
<i>^at test dependen</i>	<i>^bt test independen</i>		

Tabel 2 menunjukkan peningkatan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah dilaksanakan pendampingan kepada 30 remaja putri di SMP-SMA Asrol Ulum. Sebelum ($p = 0,157$) dan sesudah ($p = 0,694$) kegiatan pendampingan peer group dilakukan, skor pengetahuan homogen di kedua sekolah. Terjadi peningkatan skor pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah kegiatan pendampingan di SMP Asrol Ulum (12,11 poin) dan di SMA Asrol Ulum (15,32 poin). Secara keseluruhan peningkatan skor pengetahuan sebesar 13,98 poin ($p = 0,0001$).

Tabel 3. Perubahan Sikap Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Pendampingan oleh Peer Group

Sikap	Sebelum	Sesudah	P-value ^a
Siswa SMP	2,76±0,21	3,43±0,14	0,0001
Siswa SMA	3,43±0,14	3,83±0,18	0,0001
p-value ^b	0,604	0,233	
Total	2,75±0,21	3,48±0,16	0,0001

^at test dependen ^bt test independen

Tabel 3 menunjukkan peningkatan sikap remaja putri sebelum dan sesudah dilaksanakan SMP-SMA Asrol Ulum. Sebelum ($p=0,604$) dan sesudah ($p=0,233$) kegiatan pendampingan peer group dilakukan, skor sikap homogen di kedua Sekolah. Terjadi peningkatan skor sikap yang signifikan sebelum dan sesudah kegiatan pendampingan di SMP Asrol Ulum (0,67 poin) dan SMA Asrol Ulum (0,40 poin). Secara keseluruhan peningkatan skor sikap sebesar 0,73 poin ($p=0,0001$).

PEMBAHASAN

Pengetahuan Remaja Putri

Berdasarkan hasil perubahan pengetahuan dan sikap peer group sebelum dan sesudah tidak ada perbedaan antara skor pengetahuan dan skor sikap homogen di kedua sekolah. Hasil analisis rerata pengetahuan responden sebelum dilakukan pemberdayaan didapatkan hasil rerata (mean) pengetahuan 53,99 menjadi 74,99 setelah diberikan intervensi. Terkait pengetahuan, terjadi peningkatan skor yang signifikan setelah diberikan intervensi. Hal ini terjadi karena sebelumnya tidak semua responden mengerti tentang suplementasi tablet Fe. Hal ini dibuktikan dengan hampir seluruh responden menjawab salah pada pertanyaan tentang pengertian anemia, aturan minum saat menstruasi, waktu yang dianjurkan untuk mengkonsumsi tablet Fe, serta hal-hal yang perlu diperhatikan saat mengonsumsi tablet Fe. Pengetahuan responden meningkat setelah peneliti melakukan intervensi berupa pemberian materi edukasi atau penyuluhan mengenai suplementasi tablet Fe. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian terdahulu, yang menyatakan tingkat pengetahuan yang kurang menyebabkan rendahnya kesadaran remaja putri dalam

mengonsumsi tablet tambah darah atau tablet Fe. Setelah dilakukan intervensi terjadi peningkatan pengetahuan seluruh responden tentang suplementasi tablet Fe dari kategori cukup dan kurang menjadi baik yang artinya, pemberdayaan berupa pemberian edukasi dan penyuluhan memberikan dampak berupa peningkatan pengetahuan tentang suplementasi tablet F Kegiatan ini terbentuk kelompok peer group di masing- masing lokasi kegiatan sebanyak 30 remaja putri. Peer group yang telah mengikuti pelatihan selama 3 hari menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap tentang materi perencanaan keluarga, penundaan usia perkawinan, kesehatan reproduksi dan pencegahan anemia sebagai upaya pencegahan stunting. Peer Group ini dapat diberdayakan dan perlu terus dibina untuk mensosialisasikan perlunya pencegahan stunting melalui perencanaan keluarga, pendewasaan usia perkawinan, dan pencegahan anemia pada remaja putri. Kader Remaja sangat berperan dalam perilaku pencegahan kehamilan remaja, oleh karena itu keterlibatan remaja dalam memberikan promosi kepada teman sebaya (peer group) merupakan hal penting dalam merubah perilaku. Hasil penelitian membuktikan pentingnya kerentanan pengaruh teman sebaya dalam perkembangan perilaku seksual remaja. Teman sebaya berpengaruh dalam pengembangan perilaku tentang kehamilan usia remaja. Kader remaja mempunyai pengaruh besar terhadap teman sebaya (social power) (Deswinda et al., 2019).

Perubahan Perilaku Remaja Putri

Berdasarkan hasil perubahan pengetahuan remaja putri ada perbedaan antara sebelum dan sesudah pendampingan oleh peer group. Hasil kegiatan ini sejalan dengan kegiatan di Pontianak yang menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan ($p = 0,001$) dan kepatuhan ($p=0,02$) remaja dalam mengonsumsi tablet Fe sebelum dan sesudah dilakukan edukasi (Syahrina, Gambir and Petrika, 2020). Hal ini menunjukkan pentingnya kegiatan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan remaja dalam konsumsi tablet tambah darah. Berbagai hasil penelitian membuktikan bahwa edukasi dengan berbagai media dan metode efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri. Hasil penelitian di Kota Bandung menemukan bahwa paket edukasi audiovisual SADARI memberikan efek signifikan terhadap pengetahuan remaja putri tentang SADARI (Rahayu, 2020). Hasil penelitian di Pontianak menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan

kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe melalui edukasi dengan aplikasi Edu-Anemia (Syahrina, Gambir and Petrika, 2020).

Hasil analisis adanya dukungan teman sebaya mengenai suplementasi tablet Fe pada remaja putri menunjukkan bahwa remaja putri akan mengonsumsi tablet Fe apabila ada faktor pemicu tindakan yang dilakukan. Berdasarkan kuesioner yang telah diberikan, remaja putri akan ikut mengonsumsi tablet Fe apabila melihat teman atau adanya ajakan dari teman sebayanya untuk mengonsumsi tablet Fe. Hal ini menunjukkan dukungan teman sebaya berpengaruh terhadap perilaku remaja putri terkait tingkat suplementasi tablet Fe. Dalam penelitian ini, teman sebaya berperan untuk saling mengingatkan satu sama lain karena memiliki ikatan keakraban yang cukup besar sehingga dapat mempengaruhi tindakan seseorang. Teman sebaya menjadi sebuah landasan yang penting dalam kelompok pertemanan karena mereka saling bertukar informasi yang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, yang menyatakan teman sebaya memiliki pengaruh yang cukup besar dalam menentukan tindakan seseorang. Pernyataan ini dibuktikan dengan hasil penelitian bahwa teman sebaya yang memiliki perilaku tidak mendukung PHBS berpengaruh juga terhadap perilaku PHBS teman yang lain. Hal ini dikarenakan teman sebaya merupakan orang terdekat setelah orang tua. Remaja cenderung berinteraksi dengan teman-teman pada tingkatan usia yang sama karena teman sebaya merupakan tempat untuk saling berkomunikasi dan berinteraksi. Hasil penelitian ini menunjukkan remaja cenderung akan mengikuti dan mencontoh tindakan teman terdekatnya. Hal ini menjadikan teman sebaya merupakan sosok penting dalam pembentukan perilaku remaja itu sendiri. Terdapat penelitian lain yang menyebutkan bahwa kelompok teman sebaya merupakan kelompok pertemanan yang mempunyai andil dalam penyesuaian diri seseorang. Kelompok ini dapat diartikan sebagai lingkungan sosial bagi remaja untuk berproses untuk mengambil peranan penting bagi perkembangan perilaku dan kepribadiannya. Teman sebaya juga berperan dalam memberikan dorongan emosional dan sosial dalam pengambilan peran serta tanggungjawab terhadap suatu tindakan atau perilaku.

Tindakan remaja putri diukur dari kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dan Multivitamin. Hasil menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pendampingan remaja putri, hampir

seluruhnya tidak pernah mengkonsumsi Tablet Fe. Selama dilakukan pendampingan hampir seluruh remaja putri mengkonsumsi tablet Fe satu kali dalam seminggu dan 1 kali sekali dalam keadaan menstruasi. Untuk meningkatkan kepatuhan remaja dalam konsumsi tablet Fe perlu dilakukan pendekatan individual, remaja perlu untuk diawasi dalam mengkonsumsi tablet Fe agar tidak mengalami anemia. Remaja perlu mendapat pemahaman yang baik untuk mengikuti anjuran pemerintah yang tepat tentang Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur bahwa meminum tablet Fe sebanyak satu (1) tablet per minggu, atau tujuh (7) hari sekali sesuai dengan Surat Edaran Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2016. Pengawasan konsumsi tablet Fe di rumah dilakukan oleh orang tua atau keluarga, sedangkan di sekolah dilakukan oleh guru dan teman sebaya.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang perencanaan keluarga, pendewasaan usia perkawinan dan pencegahan anemia sebagai upaya pencegahan stunting. Materi perencanaan keluarga dan pendewasaan usia perkawinan perlu disampaikan kepada remaja putri agar mereka memahami pentingnya mempersiapkan diri sebagai calon ibu, sehingga tidak terjadi lagi kehamilan usia remaja yang merupakan kehamilan yang tidak diinginkan. Pencegahan kehamilan yang tidak diinginkan pada remaja sudah lama menjadi fokus penelitian pada kesehatan masyarakat di dunia (Steiner et al., 2018). Kehamilan remaja menyebabkan masalah serius tidak hanya untuk anak perempuan, tetapi juga untuk keluarga mereka dan masyarakat (Won et al., 2018).

Kehamilan remaja berdampak pada risiko tinggi bayi yang akan dilahirkan mengalami prematur dan stunting, rentan mengalami pendarahan, abortus, molahidatidosa dan berisiko memberikan pola asuh yang salah pada anak karena terbatasnya pengetahuan. Remaja dengan usia pertama kali menikah 15 - 19 tahun 42,2% melahirkan anak pendek dibanding dengan ibu yang berusia 20 tahun keatas sebesar 37,2%. Sekitar 35% anak Indonesia mengalami kehamilan yang pertama dibawah usia 15 tahun baik di daerah

perkotaan maupun pedesaan. Sementara anak yang hamil pertama diusia 16 tahun adalah 40,37%, yang merupakan persentase tertinggi. Hal ini menunjukkan pertumbuhan balita sebagai outcome status kesehatan reproduksi ibu sebelum konsepsi dan selama kehamilan (Afifah, 2014). Strategi pencegahan kehamilan remaja dapat dimulai dari peningkatan pengetahuan, membangun sikap positif individu remaja dan pengembangan pribadi (Decker, Berglas, & Brindis, 2015; Koh, 2014). Strategi pencegahan kehamilan remaja tersebut berkontribusi terhadap penurunan risiko kehamilan remaja mencapai 82 % dari keseluruhan pernikahan remaja di Amerika Serikat dan beberapa negara bagian (Koh, 2014). Adapun tujuan dari strategi pencegahan kehamilan remaja yaitu berupaya dalam meningkatkan pemahaman, kemampuan dan keterampilan tentang kesehatan reproduksi remaja (KRR).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan pentingnya upaya kesehatan masyarakat untuk menurunkan angka kehamilan usia remaja karena berisiko melahirkan bayi Berat Badan Lahir Rendah, persalinan prematur dan asfiksia, berpotensi mengalami komplikasi. Lantaran kehamilan mati 50% lebih tinggi pada kehamilan dibawah 20 tahun dibandingkan dengan 20 - 29 tahun. 60% kematian bayi lebih tinggi terjadi pada kehamilan remaja dibandingkan pada bayi yang lahir dari ibu yang lebih tua. Sebesar 63% kehamilan usia remaja dalam kondisi kemiskinan. Ibu usia remaja berisiko mengalami depresi pasca melahirkan dan masalah kesehatan mental lainnya. Ibu usia remaja juga kemungkinan tidak menyusui bayinya. 20% Ibu usia remaja memiliki produktivitas rendah dan pasangannya juga produktivitas rendah dan pengangguran. Pada usia 30 tahun, sekitar 22% ibu hamil usia remaja kemungkinan hidup dalam kemiskinan dibandingkan dengan ibu yang hamil pada usia 24 tahun ke atas (Ross & Porter, 2014).

Pemberdayaan Remaja Peer Group terhadap Perilaku Remaja dalam Suplementasi Tablet Fe upaya Pencegahan Stunting SMP SMA Asrol Ulum

Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan nilai rerata (mean) skor pengetahuan setelah diberikan intervensi berupa pemberian pendidikan atau edukasi melalui pemberdayaan. Hasil uji statistik menunjukkan P value 0,000 yang berarti <0,05 dan berarti

terdapat pengaruh antara pemberdayaan remaja peduli stunting terhadap pengetahuan remaja putri dalam suplementasi tablet Fe. Perubahan perilaku dapat dicapai melalui pemberian pendidikan kesehatan, karena dapat meningkatkan pengetahuan sehingga dapat tercipta perilaku yang lebih baik. Pemberdayaan pada teman sebaya dapat menjadi salah satu metode dalam Pada penelitian ini teman sebaya memiliki peranan yang penting dalam memperbaiki dan menanamkan keyakinan agar terjadi perubahan perilaku pada remaja lainnya penyampaian informasi dan edukasi. Dari hasil uji statistik didapatkan hasil p value sikap adalah 0,000 yang berarti Hasil analisis rerata (mean) skor sikap sebelum dan sesudah dilakukan pemberdayaan remaja peduli stunting mengalami peningkatan dari 54 menjadi 77. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya, dimana kader ikut berperan dalam peningkatan pengetahuan dan sikap remaja terhadap perilaku kesehatan. Pendidikan kesehatan dengan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab yang dilakukan oleh kader dianggap efektif dalam merubah pengetahuan remaja tentang kesehatan. Berdasarkan kuesioner yang diberikan terjadi peningkatan skor sikap yang signifikan tentang suplementasi tablet Fe. Hasilnya hampir seluruh responden tidak mengonsumsi tablet Fe dengan cara yang tepat selama menstruasi, dan belum memiliki kebiasaan yang baik. Hal ini berubah setelah diberikan intervensi dan akibatnya terjadi peningkatan skor sikap. Ini berarti, pengetahuan yang meningkat dapat memengaruhi sikap responden. Peningkatan sikap remaja terhadap kesehatan berasal dari bertambahnya tingkat pengetahuan yang dapat terjadi dari hasil pemberdayaan kader

SIMPULAN

Pengetahuan remaja putri tentang suplementasi tablet Fe SMP SMA Asrol Ulum mengalami peningkatan melalui pemberdayaan Remaja, Selain itu dukungan teman sebaya memiliki peran yang penting dalam suplementasi tablet Fe karena teman sebaya menjadi sebuah landasan yang penting dalam kelompok pertemanan karena mereka saling bertukar informasi yang baik disamping adanya dukungan orang tua dan guru yang memiliki peran penting sebagai contoh atau role model sekaligus mendidik anak. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa pemberdayaan Remaja Peduli Stunting berpengaruh terhadap

pengetahuan dan sikap remaja putri terkait suplementasi tablet Fe SMP SMA Asrol Ulum sebagai salah satu bentuk pencegahan stunting. Pendampingan Peer Group terhadap 30 remaja putri dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan remaja putri. Pihak sekolah bekerjasama dengan tenaga kesehatan perlu terus memberdayakan Peer Group untuk melakukan pendidikan kesehatan pentingnya perencanaan keluarga, pendewasaan usia perkawinan dan pencegahan anemia sebagai upaya pencegahan stunting. Institusi pendidikan perlu meningkatkan gerakan-gerakan pencegahan dan penanggulangan stunting melalui pengaktifan remaja di lingkungan sekolah, kampus dan masyarakat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada STIKes Ngudia Husada Madura yang telah memberikan dana penelitian ini, terima kasih kami ucapkan kepada kepala sekolah SMP dan SMA Asrol Ulum yang telah memfasilitasi responden penelitian kami.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, S. R. *et al.* (2019) 'Pemberdayaan Kelompok Sebaya Dan Konseling Di Smp Widya Sakti Untuk Meningkatkan Gerakan Sehat Reproduksi Remaja', *Jurnal Sewaka Bhakti*, 3(1), pp. 1–9. doi: 10.32795/jsb.v3i1.514.
- Herwandar, F. R. and Soviyati, E. (2020) 'Perbandingan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Premenarcho Dan Postmenarcho Di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan Tahun 2018', *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 11(1), pp. 71–82. doi: 10.34305/jikbh.v11i1.154.
- Lestari, M. A. and Santoso, M. B. (2020) 'Penguatan Karakter Pada Remaja Berhadapan Dengan Hukum Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (Lpka)', *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(3), p. 297. doi: 10.24198/jppm.v6i3.23026.
- Muchtar, F. *et al.* (2023) 'Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri', *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), pp. 138–144. doi: 10.34312/ljpmt.v2i2.21400.
- Munawaroh, H. *et al.* (2020) 'Pemberdayaan Masyarakat Dalam Rangka Pencegahan Stunting Sejak Dini di Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara', *Dimas: Jurnal Pemikiran Agama untuk Pemberdayaan*, 20(2), p. 231. doi: 10.21580/dms.2020.202.6654.

- Nasruddin, H., Faisal Syamsu, R. and Permatasari, D. (2021) 'Angka Kejadian Anemia Pada Remaja di Indonesia', *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), pp. 357–364. doi: 10.59141/cerdika.v1i4.66.
- Othman, N. A., Sangkot, H. S. and Mujito (2023) 'Pemberdayaan Remaja Peduli Stunting Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Suplementasi Tablet Fe di SMKN 12 Malang', *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(12), pp. 2516–2525. doi: 10.56338/mppki.v6i12.4080.
- Putu, N. *et al.* (2023) 'Status Gizi Remaja Putri Di Kecamatan Jembrana', 5(2), pp. 43–50.
- Rizkiana, E. (2022) 'Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Sebagai Pencegahan Stunting', *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), pp. 24–29. doi: 10.48092/jik.v9i1.183.
- Yulianti D. PROGRAM GENERASI BERENCANA (GenRe) DALAM RANGKA PEMBANGUNAN MANUSIA MENUJU PEMBANGUNAN NASIONAL BERKUALITAS. 2017;1(2):16.
- Mandagi IV, Salham M, Yusuf H. Pengetahuan Remaja Putri tentang Manfaat Tablet FE dalam Upaya Pencegahan Anemia di SMAN 6 Model Sigi. 2020;03:4.
- Ningtyias FW, Quraini DF, Rohmawati N. Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri di Jember, Indonesia. JPK [Internet]. 2020 Sep 24 [cited 2024 Feb 15];8(2):154. Available from: <https://ejournal.unair.ac.id/PROMKES/article/view/11738>
- Handayani N, Indraswari R, Shaluhiah Z, Kusumawati A. Pemberdayaan Kader Remaja SANTUN (Sehat Anti Stunting) di Kecamatan Guntur Kabupaten Demak. 2022;5.
- Lestari, M. A. and Santoso, M. B. (2020) 'Penguatan Karakter Pada Remaja Berhadapan Dengan Hukum Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (Lpka)', *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(3), p. 297. doi: 10.24198/jppm.v6i3.23026.
- Muchtar, F. *et al.* (2023) 'Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri', *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), pp. 138–144. doi: 10.34312/ljpmt.v2i2.21400.
- Munawaroh, H. *et al.* (2020) 'Pemberdayaan Masyarakat Dalam Rangka Pencegahan Stunting Sejak Dini di Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara', *Dimas: Jurnal Pemikiran Agama untuk Pemberdayaan*, 20(2), p. 231. doi: 10.21580/dms.2020.202.6654.

Nasruddin, H., Faisal Syamsu, R. and Permatasari, D. (2021) 'Angka Kejadian Anemia Pada Remaja di Indonesia', *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), pp. 357-364. doi: 10.59141/cerdika.v1i4.66.

Rizkiana, E. (2022) 'Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Sebagai Pencegahan Stunting', *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), pp. 24-29. doi: 10.48092/jik.v9i1.183.

Basith, A., Agustina, R. and Diani, N., 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri', *Dunia Keperawatan*, 5(1), pp. 1-10. 2021 Dec 30 [cited 2024 Feb 12];2(1):94-9. Available from doi: 10.20527/dk.v5i1.3634