

**LAPORAN AKHIR  
PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)**



**AKSI *IPM-CENTING* SEBAGAI UPAYA JIHAD BEBAS  
STUNTING PADA REMAJA**

**TIM PENGUSUL:**

- Ketua Tim : Ihda Mauliyah, S.S.T, M.Kes (0724078501)  
Anggota Tim : Ratih Indah Kartikasari, SST., M.Kes (0725038702)  
: Elia Ika Rahmawati, SST.,M.Keb (0719039201)

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
D3 KEBIDANAN  
2023**

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul	Aksi IPM-Centing sebagai Upaya Jihad Bebas Stunting Kebidanan
Bidang PKM	
Ketua Tim	
a. Nama Lengkap	Ihda Mauliyah, SST, M Kes
b. NIDN	0724078501
c. Jabatan/Golongan	Lektor/IIIc
d. Fakultas/Prodi	Ilmu Kesehatan/Prodi D3 Kebidanan
e. Nomor Hp	085655208850
f. Alamat Email	<a href="mailto:ihdamauliyah7@gmail.com">ihdamauliyah7@gmail.com</a>
Anggota Tim (1)	
Nama Lengkap	Ratih Indah Kartikasari, SST, M Kes
NIDN	0725038702
Fakultas/Prodi	Ilmu Kesehatan/Prodi S1 Kebidanan
Anggota Tim (2)	
Nama Lengkap	Elia Ika Rahmawati, SST, M Keb
NIDN	0719039201
Fakultas/Prodi	Ilmu Kesehatan/Prodi S1 Kebidanan
Tahun Pelaksanaan	Tahun ke 1 dari rencana 1 tahun
Biaya Tahun Berjalan	Rp 2.500.000,-
Biaya Keseluruhan	Rp 2.500.000,-

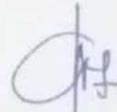
Lamongan, 28 Desember 2023

Mengetahui,  
Dekan



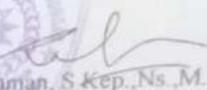
Dr. Virgianti Nur Faridah, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN 0712128301

Ketua



Ihda Mauliyah, SST, M.Kes  
NIDN 0724078501

Menyetujui,  
Kepala LPPM



Abdul Rokhman, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIK 19881020201211056

## IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

1. Judul Program Kemitraan Masyarakat : **Aksi IPM-CENTING Sebagai Upaya Jihad Bebas Stunting Pada Remaja**

2. Tim Pelaksana

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Instansi Asal	Alokasi Waktu (jam/minggu)
1	Ihda Mauliyah, SST.,M.Kes	Ketua	Kebidanan	UM Lamongan	10 jam/minggu
2	Ratih Indah Kartikasari, S.ST.,M.Kes	Anggota 1	Kebidanan	UM Lamongan	8 jam/minggu
3	Elia Ika Rahmawati, SST.,M.Keb	Anggota 2	Kebidanan	UM Lamongan	8 jam/minggu

3. Objek (*khalayak sasaran*) Program Kemitraan Masyarakat: Nasyiatul Aisyiyah
4. Masa Pelaksanaan  
Mulai : bulan: Januari tahun: 2023  
Berakhir : bulan: Desember tahun: 2023
5. Usulan Biaya UM Lamongan: Rp 2.500.000
6. Lokasi Program Kemitraan Masyarakat : SMK Muhammadiyah 12 Sekaran Lamongan
7. Mitra yang terlibat (*uraikan apa kontribusinya*) : Ikatan Pelajar Muhamamdiyah (IPM) Kontribusi yang diberikan adalah memberikan edukasi kepada NA Kebalan IPM SMK Muhammadiyah 12 Sekaran Lamongan dalam mengenali dan mendeteksi Stunting pada Remaja serta melakukan pencegahan.
8. Permasalahan yang ditemukan dan solusi yang ditawarkan:  
Permasalahan : Pengetahuan Remaja masih kurang mengenai gizi seimbang; b) Ditemukan kejadian Stunting pada remaja; c) Ditemukan kasus anemia pada remaja  
Solusi : Memberikan Pelatihan Gizi Seimbang pada Kader IPM-Centing, Kader NA-Centing, memberikan edukasi Gizi Seimbang pada Remaja, Memberikan pelatihan Deteksi dini stunting pada Kader IPM-Centing, Kader IPM-Centing Melakukan Pemeriksaan Hemoglobin bersama Tim Pengabdian Masyarakat, Kader IPM-Centing Melakukan pembagian tablet Fe.
9. Kontribusi mendasar pada khalayak sasaran (*uraikan tidak lebih dari 50 kata, tekankan pada manfaat yang diperoleh*)  
Kegiatan mulai dari tahap persiapan dengan melakukan koordinasi dengan tim pengabdian masyarakat dan mitra, tahap pelaksanaan dengan melakukan Mengoptimalkan Aksi jihad Nasyiatul Aisyiyah Cegah Stunting : 1) Edukasi Gizi Seimbang pada Remaja; 2) Deteksi Stunting pada Remaja 3) Pemeriksaan Hemoglobin; 4) Pembagian Tablet Fe. Tahap monitoring dan evaluasi Tahap monitoring dan Evaluasi dilakukan dengan cara menilai hasil pre test dan post test kader IPM-Centing mengenai Pengetahuan Gizi Seimbang Remaja selanjutnya mengevaluasi pemahaman remaja mengenai Gizi Seimbang. Selain itu monitoring dan evaluasi juga dilakukan pada kemampuan kader IPM-Centing mengenai deteksi Stunting pada Remaja serta bagaimana hasil deteksi stunting, pemeriksaan Hb dan pembagian Fe dilakukan monitoring secara berkala. Dengan adanya peran kader IPM-Centing dimaksudkan agar kejadian stunting pada remaja bisa dicegah.
10. Luaran berupa jasa, sistem, produk/barang, paten, atau luaran lainnya yang ditargetkan  
Jurnal berISSN, artikel media massa, video kegiatan ,booklet Remaja Centing, Pengurusan Haki

## DAFTAR ISI

Daftar isi.....	ii
Ringkasan.....	iii
Bab 1 Pendahuluan.....	1
Bab 2 Target dan Luaran.....	5
Bab 3 Metode Pelaksanaan .....	6
Bab 4 Kelayakan Program .....	9
Bab 5 Hasil dan Pembahasan .....	11
Bab 6 Kesimpulan dan Saran .....	14
Daftar Pustaka	
Lampiran	

## RINGKASAN

Masalah gizi, terutama stunting pada balita memiliki dampak negatif yang akan berlangsung dalam kehidupan selanjutnya. Dampak jangka pendek dari stunting dapat menyebabkan mortalitas, morbiditas dan disabilitas pada anak. Sedangkan dampak jangka panjang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan pada saat dewasa, perkembangan kemampuan kognitif, produktivitas ekonomi, penampilan reproduksi, penyakit metabolik dan kardiovaskuler. Seiring dengan peningkatan populasi remaja di Indonesia, masalah gizi remaja perlu mendapat perhatian khusus. Masalah gizi pada masa remaja dapat terjadi yaitu gizi kurang, gizi lebih dan obesitas. Selain itu, kasus anemia pada remaja putri masih sangat tinggi.

Penanganan masalah stunting ini tidak dapat dilakukan hanya dengan sektor kesehatan saja tetapi memerlukan kepedulian dari sektor di luar kesehatan. Ikatan Pelajar Muhammadiyah (IPM) merupakan aksentuator gerakan dakwah amar ma'ruf nahi mungkar di kalangan pelajar. Kedua, IPM sebagai lembaga kaderisasi Muhammadiyah yang dapat membawa misi Muhammadiyah. IPM mengajak agar gerakan bebas stunting adalah jihad bersama sebagai bentuk kepedulian akan generasi penerus bangsa. Peduli dan mencegah stunting sama dengan membangun generasi yang baik untuk pemimpin masa depan.

Kegiatan mulai dari tahap persiapan dengan melakukan koordinasi dengan tim pengabdian masyarakat dan mitra, tahap pelaksanaan dengan melakukan mengoptimalkan aksi IPM cegah stunting : 1) Edukasi Gizi Seimbang pada Remaja; 2) Deteksi Stunting pada Remaja 3) Pemeriksaan Hemoglobin; 4) Pembagian tablet Fe. Tahap monitoring dan evaluasi Tahap monitoring dan Evaluasi dilakukan dengan cara menilai hasil pre test dan post test kader IPM-Centing mengenai Pengetahuan Gizi Seimbang Remaja selanjutnya mengevaluasi pemahaman remaja mengenai Gizi Seimbang. Selain itu monitoring dan evaluasi juga dilakukan pada kemampuan kader IPM-Centing mengenai deteksi stunting pada remaja serta bagaimana hasil deteksi stunting, pemeriksaan Hb dan pembagian tablet Fe, serta dilakukan monitoring secara berkala. Selanjutnya semua kegiatan dievaluasi keberhasilannya. Ada peningkatan pengetahuan pada kader IPM-Centing setelah diberikan edukasi. Kadar Hb siswa sesudah pemberian Tablet Fe oleh kader IPM-Centing mengalami peningkatan. Diharapkan kegiatan ini bisa dilakukan berkelanjutan oleh Kader IPM-Centing.

*Keyword : Aksi IPM-Centing, Stunting*

## **BAB 1 PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Remaja menurut WHO merupakan kelompok umur yang diklasifikasikan dalam rentang usia 10-19 tahun. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Fenomena pertumbuhan pada masa remaja menuntut kebutuhan nutrisi yang tinggi agar tercapai pertumbuhan secara maksimal karena nutrisi dan pertumbuhan merupakan hubungan integral, sehingga tidak terpenuhinya kebutuhan nutrisi pada masa ini dapat berakibat terlambatnya pematangan seksual dan hambatan pertumbuhan linear (IDAI, 2013). Kekurangan gizi pada awal kehidupan berpengaruh terjadinya obesitas di usia remaja. Penelitian lain juga menyebutkan terjadinya status gizi kurang secara kronis dan mengalami stunted dapat berhubungan dengan terjadinya remaja gemuk. Berdasarkan hipotesa Barker, gangguan pertumbuhan juga mencerminkan berkurangnya jumlah dan kualitas sel serta jaringan organ internal anak, diantaranya berupa gangguan sistem endokrin. Gangguan sistem endokrin tersebut mempengaruhi proses oksidasi lemak sehingga berakibat pada penumpukan jaringan adipose.

Prevalensi stunting di Indonesia menurun dari 30,8 persen pada tahun 2018 menjadi 24,8% pada tahun 2021, namun angka tersebut belum mencapai target nasional yakni sebesar 14 persen pada tahun 2024. Artinya, masih ada tugas untuk menurunkan prevalensi sebesar 10,4 persen dalam 2,5 tahun ke depan. Masalah gizi, terutama stunting pada balita memiliki dampak negatif yang akan berlangsung dalam kehidupan selanjutnya. Dampak jangka pendek dari stunting dapat menyebabkan mortalitas, morbiditas dan disabilitas pada anak. Sedangkan dampak jangka panjang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan pada saat dewasa, perkembangan kemampuan kognitif, produktivitas ekonomi, penampilan reproduksi, penyakit metabolik dan kardiovaskuler (UNCEF 2017).

Seiring dengan peningkatan populasi remaja di Indonesia, masalah gizi remaja perlu mendapat perhatian khusus Masalah gizi pada masa remaja dapat terjadi yaitu gizi kurang, gizi lebih dan obesitas (Irdiana & Nindya, 2017). Data

Riskesmas 2018 menunjukkan 25,7% remaja usia 13–15 tahun mengalami stunting dan 26,9% remaja stunting berusia 16–18 tahun. Selain itu, kasus anemia pada remaja putri masih sangat tinggi. Hasil penelitian (Aditianti et al., 2016) menunjukkan bahwa perilaku mengkonsumsi makanan beraneka ragam yang mengkonsumsi hewani, sayur, dan buah lebih dari 5 hari dalam seminggu masih rendah yaitu 17,5% dari rata-rata provinsi. Mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam akan menjamin terpenuhinya kecukupan sumber zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur. Sebuah penelitian dalam *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2012 yang berjudul *Differences in Lifestyle Behavior, Dietary Habits and Familial Factor Among Normal-Weight, Overweight and Obese Chinese Children and Adolescent* menunjukkan terjadi perubahan gaya hidup pada remaja saat ini. Perubahan gaya hidup seperti perubahan tingkat aktivitas fisik, dan konsumsi makanan yang dulunya remaja mengkonsumsi makanan tradisional atau dikenal dengan “*Traditional Lifestyle*” kaya akan sayuran dan buah – buah beralih pada kebiasaan remaja mengkonsumsi makanan tinggi lemak rendah serat dan mengikuti diet “*Western*”. Perubahan pola konsumsi makanan dan tingkat aktivitas fisik yang rendah dipengaruhi oleh perubahan ekonomi, urbanisasi, globalisasi dan perubahan teknologi dan informasi.

Menurut penelitian dengan judul “Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan” menunjukkan bahwa total pengaruh langsung dan tidak langsung yang paling dominan terhadap kejadian stunting adalah pengetahuan gizi ibu sebesar 0,31 atau sebesar 9,61%. Faktor pengetahuan dapat menjadi salah satu pendekatan yang dapat dilakukan untuk mendukung pencegahan stunting (Budiastutik & Rahfiludin, 2019; Uliyanti et al., 2017). Faktor asupan gizi menunjukkan bahwa 32% remaja putri di Indonesia pada tahun 2017 berisiko kekurangan energi kronik (KEK). Sekitar 15 provinsi memiliki persentase di atas rata-rata nasional. Jika gizi remaja putri tidak diperbaiki, maka di masa yang akan datang akan semakin banyak calon ibu hamil yang memiliki postur tubuh pendek dan/atau kekurangan energi kronik. Hal ini akan berdampak pada meningkatnya prevalensi stunting di Indonesia (Islam et al., 2018).

Penanganan masalah stunting ini tidak dapat dilakukan hanya dengan sektor kesehatan saja tetapi memerlukan kepedulian dari sektor di luar kesehatan.

Ikatan Pelajar Muhammadiyah merupakan organisasi otonom Muhammadiyah, gerakan pelajar Islam yang bergerak di bidang kemasyarakatan dan keagamaan, Ikatan Pelajar Muhammadiyah mengajak agar gerakan bebas stunting adalah jihad bersama sebagai bentuk kepedulian akan generasi penerus bangsa. Peduli dan mencegah stunting sama dengan membangun generasi yang baik untuk pemimpin masa depan. Kabupaten Lamongan, tahun 2020 masih terdapat 31 desa lokus.

Sebagai upaya lanjutan percepatan penurunan stunting, yang menjadi sasaran bukan hanya pada keluarga dengan gizi buruk saja, remaja juga sebagai ujung tombak percepatan penurunan stunting karena merupakan mata rantai perputaran kehidupan sepanjang daur kehidupan wanita, remaja memegang andil penting. kegiatan dengan sasaran remaja dalam penurunan stunting di Kabupaten Lamongan masih sangat minim, hal ini disampaikan oleh Tim percepatan penurunan Stunting Majelis Kesehatan Pimpinan Daerah Aisyiyah Kabupaten Lamongan dalam Forum *Focus Grup Discussion* penurunan stunting pada tanggal 11 Agustus 2022. Sebagai upaya percepatan penurunan stunting kegiatan bukan hanya pada daerah saja namun berkembang terutama untuk cabang/ranting otonom Muhammadiyah serta amal usaha Muhammadiyah. Desa Kebalan Kulon Kecamatan Sekaran pada tahun 2020, terdapat 2 kasus balita stunting, tahun 2021 turun menjadi 1 kasus. Ibu hamil yang mengalami Kurang Energi Kronis (KEK) per-Juli 2021 ditemukan 3 kasus dan bayi/balita yang mengalami BB turun/tetap sebanyak 6 kasus, 2 remaja dengan Gizi kurang dan 3 remaja dengan anemia (PWS KIA Puskesmas Sekaran, 2021). Dengan ditemukannya kasus tersebut maka harus dilakukan intervensi untuk mencegahnya. Untuk itu tim pengabdian masyarakat bersama dengan Pimpinan Ranting Nasyiatul Aisyiyah Kebalan Kulon Sekaran Lamongan sebagai mitra melakukan kegiatan “Aksi IPM-Centing sebagai upaya Jihad Bebas Stunting.”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Dari analisis situasi diatas, didapatkan permasalahan kelompok mitra belum ada intervensi penurunan stunting dengan sasaran remaja dengan sub pokok masalah a) Pengetahuan remaja masih kurang mengenai gizi seimbang; b) Ditemukan kejadian Stunting pada remaja; c) Ditemukan kasus anemia pada remaja

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk Mengoptimalkan Aksi IPM Cegah Stunting dalam Upaya Jihad Bebas stunting pada Remaja.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengoptimalkan Aksi jihad IPM Cegah Stunting dengan Edukasi Gizi Seimbang pada Remaja
- b. Mengoptimalkan Aksi jihad IPM Cegah Stunting dalam mendeteksi Stunting pada Remaja
- c. Mengoptimalkan Aksi jihad IPM Cegah Stunting dalam Pemeriksaan Hemoglobin
- d. Mengoptimalkan Aksi jihad IPM Cegah Stunting dalam Pembagian Tablet Fe

## BAB 2 TARGET DAN LUARAN

### Luaran dan Target Capaian

Tabel 2.1 Luaran dan Target Capaian

No	Luaran	Tahun Capaian	Status Pencapaian
1	Artikel Ilmiah yang dipublikasikan dalam Jurnal Masyarakat Mandiri Sinta 3	2022	Published
2	Artikel pada media cetak/ elektronik	2022	Published
3	Video kegiatan	2022	Lengkap

Solusi yang ditawarkan berdasarkan permasalahan yang ada adalah sebagai berikut :

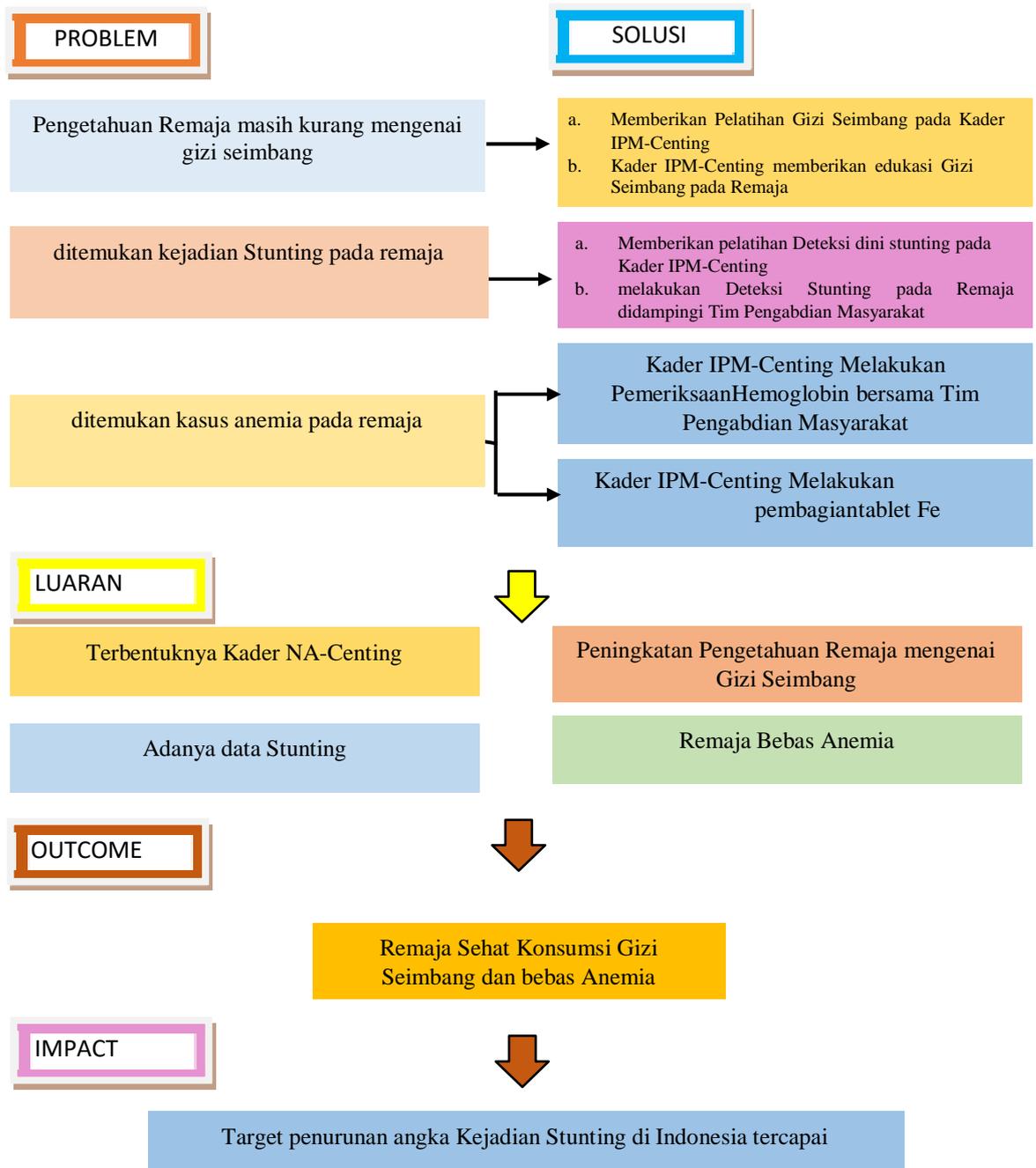
Tabel 2.2 Solusi dan Pemecahan masalah yang dilakukan pada mitra

Masalah	Sub Pokok Masalah	Solusi Pemecahan Masalah
Belum ada intervensi penurunan stunting dengan sasaran remaja	Pengetahuan Remaja masih kurang mengenai gizi seimbang	a. Memberikan Pelatihan Gizi Seimbang pada Kader IPM-Centing b. Kader IPM-Centing memberikan edukasi Gizi Seimbang pada Remaja
	Ditemukan kejadian Stunting pada remaja	a. Memberikan pelatihan Deteksi dini stunting pada Kader IPM-Centing b. melakukan Deteksi Stunting pada Remaja didampingi Tim Pengabdian Masyarakat
	Ditemukan kasus anemia pada remaja	a. Kader IPM-Centing Melakukan Pemeriksaan Hemoglobin bersama Tim Pengabdian Masyarakat b. Kader IPM-Centing Melakukan pembagian tablet Fe

### BAB 3 METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada Ikatan Pelajar Muhamamdiyah Sekaran Lamongan. Adapun kegiatan ini dilaksanakan sesuai *time schedule* yang sudah ditentukan dari LPPM.

Adapun diagram alir tahapan kegiatan pengabdian masyarakat dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3.1 Diagram Alir Tahapan kegiatan pengabdian Masyarakat

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan beberapa bentuk dan tahapan kegiatan diantaranya:

### 3.1 Tahap Persiapan

Tahap persiapan ini dilaksanakan dengan melakukan koordinasi dengan tim pengabdian masyarakat dan mahasiswa dengan memberikan arahan rencana dan strategi kegiatan pengabdian masyarakat mengenai persiapan materi, media, tempat, alat yang digunakan. Selanjutnya tim pengabdian masyarakat melakukan koordinasi dengan mitra mengenai pengurusan ijin, jadwal kegiatan, teknis pelaksanaan, dan pendataan serta nomor kontak remaja di Desa Kebalan Kulon Kecamatan Sekaran Lamongan.

### 3.2 Tahap Pelaksanaan

Tabel 3.1 Rencana Kegiatan Pengabdian Masyarakat Aksi IPM-Centing dalam Upaya Jihad Bebas Stunting

No	Uraian Kegiatan	Partisipasi mitra
1.	a. Pre test Kader IPM-Centing mengenai Gizi Seimbang b. Pelatihan Edukasi Gizi Seimbang Remaja pada kader IPM-Centing c. Post test Kader IPM-Centing mengenai Gizi Seimbang	Kader IPM-Centing mengikuti kegiatan
2.	Pelatihan Deteksi Stunting Remaja	Kader IPM-Centing mengikuti kegiatan
3.	Kader IPM-Centing melakukan Edukasi Gizi Seimbang pada Remaja didampingi Tim Pengabdian Masyarakat	Kader IPM-Centing melakukan Edukasi Gizi
4	Kader IPM-Centing melakukan Deteksi Stunting pada Remaja didampingi Tim Pengabdian Masyarakat	Kader IPM-Centing melakukan Deteksi Stunting
5	Melakukan Aksi Pemeriksaan Hemoglobin pada Remaja	Kader IPM-Centing melakukan Aksi Pemeriksaan Hb
6	Melakukan Aksi Pembagian tablet Fe pada Remaja	Kader IPM-Centing melakukan pembagian Tablet Fe

### 3.3 Tahap Monitoring dan Evaluasi

Tahap monitoring dan evaluasi dilakukan dengan cara menilai hasil pre test dan post test kader IPM-Centing mengenai pengetahuan gizi seimbang remaja selanjutnya mengevaluasi pemahaman remaja mengenai gizi seimbang. Selain itu monitoring dan evaluasi juga dilakukan pada kemampuan kader IPM-Centing mengenai deteksi stunting pada remaja serta bagaimana hasil deteksi stunting, pemeriksaan Hb dan pembagian Fe dilakukan monitoring secara berkala. Selanjutnya semua kegiatan dievaluasi keberhasilannya.

## **BAB 4 KELAYAKAN PROGRAM**

Universitas Muhammadiyah Lamongan memiliki lembaga yang mengorganisasikan penelitian dan pengabdian masyarakat yang dikenal dengan nama LPPM (Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat). LPPM Universitas Muhammadiyah Lamongan tersebut terbentuk dengan tujuan untuk mengakomodir agar penelitian dan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh dosen di lingkungan Universitas Muhammadiyah Lamongan memiliki roadmap yang jelas sesuai dengan ranah keilmuan masing – masing serta sesuai dengan roadmap yang telah dirancang oleh LPPM. LPPM Universitas Muhammadiyah Lamongan secara reguler memberikan sosialisasi kepada dosen berkaitan dengan informasi penelitian dan pengabdian yang dapat dilakukan oleh dosen, menyelenggarakan pelatihan metodologi dan teknik penulisan usul penelitian dan pengabdian bagi dosen dengan mengundang narasumber yang kompeten, melayani penetapan HAKI dan paten bagi dosen terhadap hasil karya dan penelitiannya. LPPM Universitas Muhammadiyah Lamongan memberikan kesempatan dan fasilitas bagi dosen untuk melakukan penelitian dan pengabdian secara reguler yang didanai oleh lembaga melalui anggaran dan pendapatan belanja Universitas. Pada bidang pengabdian, telah dilakukan pengabdian di berbagai bidang khususnya di kesehatan dengan mitra di kota Lamongan dan sekitarnya. Hadirnya program pengabdian ini diharapkan mampu membantu memecahkan masalah di masyarakat dalam upaya mencegah stunting pada remaja.

Berdasarkan dari permasalahan yang dialami oleh mitra, diperlukan kepakaran dari tim untuk membantu menyelesaikan permasalahan mitra. Adapun nama tim pengusul dan kepakaran dan tugas dari masing – masing dalam kegiatan Program Kegiatan Kemitraan Masyarakat ini adalah dosen Universitas Muhammadiyah Lamongan dengan kualifikasi pendidikan S2.

Tim pelaksana yang memiliki kompetensi di bidang kebidanan.

No	Nama	Tim Pengajar
1	Ihda Mauliyah, SST.,M.Kes	Ilmu Penyakit Anak Askeb Komunitas
2	Ratih Indah Kartikasari, SST.,M.Kes	Gizi dalam Kesehatan Reproduksi Asuhan Kebidanan pada Remaja dan Perimenopause
3	Elia Ika Rahmawati, SST.,M.Keb	Pengantar Asuhan Kebidanan Pengantar Praktik Kebidanan Ilmu Kesehatan Masyarakat

## **BAB 5**

### **HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI**

Dalam bab ini akan disajikan mengenai hasil yang dicapai pada program kemitraan masyarakat tentang “Aksi IPM-Centing sebagai Upaya Jihad bebas Stunting pada Remaja”

#### **5.1 Koordinasi Tim dengan LPPM**

Setelah mendapatkan informasi mengenai diterimanya usulan Program Pengabdian Masyarakat dosen pada grup WAG SIMLITABMAS, dilaksanakan koordinasi Tim dengan LPPM mengenai kontrak dan penjelasan teknis kegiatan. Selanjutnya kordinasi secara rutin dilaksanakan setiap bulan.

#### **5.2 Koordinasi dengan Anggota Tim**

Koordinasi dengan anggota tim dilakukan bersama tim pengabdian masyarakat dan mahasiswa untuk membuat rencana kegiatan. Setelah membuat rencana kegiatan Ketua tim Pengabdian Masyarakat membagi tugas kegiatan yang menjadi tugas Ketua dan anggota. Hal ini dimaksudkan agar terjadi kerjasama dan pembagian tugas yang jelas antara ketua dan anggota sehingga kegiatan dapat terlaksana sesuai jadwal. Selanjutnya koordinasi tim dilaksanakan setiap minggu untuk membahas kemajuan kegiatan disepakati hasil sebagai berikut :

<b>No</b>	<b>Uraian Kegiatan</b>	<b>Penanggung Jawab</b>	<b>Tanggal</b>
1.	a. Pre test Kader IPM-Centing mengenai GiziSeimbang b. Pelatihan Edukasi Stunting pada kader IPM-Centing c. Pelatihan Edukasi Gizi Seimbang pada kader IPM-Centing d. Pelatihan Edukasi Anemia pada kader IPM-Centing e. Post test Kader IPM-Centing mengenai GiziSeimbang	Mahasiswa  Ihda Mauliyah, SST.,M.Kes  Ratih Indah Kartikasari, SST.,M.Kes  Elia Ika Rahmawati, SST.,M.Keb  Mahasiswa	23-08-2023

2.	Pelatihan Deteksi Stunting Remaja	Seluruh TIM dan Mahasiswa	30-08-2023
3.	Kader IPM-Centing melakukan Edukasi Gizi Seimbang pada Remaja didampingi Tim Pengabdian Masyarakat	Seluruh TIM dan Mahasiswa	30-08-2023
4	Kader IPM-Centing melakukan Deteksi Stunting pada Remaja didampingi Tim Pengabdian Masyarakat	Seluruh TIM dan Mahasiswa	01-09-2023
5	Melakukan Aksi Pemeriksaan Hemoglobin pada Remaja	Seluruh TIM dan Mahasiswa	01-09-2023
6	Melakukan Aksi Pembagian tablet Fe pada Remaja	Seluruh TIM dan Mahasiswa	01-09-2023

Setelah membuat rencana kegiatan Ketua tim Pengabdian Masyarakat membagi tugas kegiatan yang menjadi tugas Ketua dan anggota. Hal ini dimaksudkan agar terjadi kerjasama dan pembagian tugas yang jelas antara ketua dan anggota sehingga kegiatan dapat terlaksana sesuai jadwal. Selanjutnya koordinasi tim dilaksanakan setiap minggu untuk membahas kemajuan kegiatan.

### 5.3 Belanja Bahan

Setelah dilakukan koordinasi tim mengenai rencana kegiatan dan pembagian tugas, selanjutnya untuk mendukung operasional kegiatan pengabdian masyarakat membutuhkan beberapa bahan yang harus dipersiapkan diantaranya Alat deteksi Hb dan stik Hb.

### 5.4 Penyusunan materi dan Bahan

Tim pengabdian masyarakat menyiapkan materi mengenai: 1) Stunting pada Remaja; 2) Gizi pada Remaja; 3) Anemia Remaja

### 5.5 Pengurusan Ijin

Pengurusan ijin Kegiatan dimulai dengan membuat surat ijin melalui LPPM, selanjutnya mengajukan ijin penelitian kepada Kepala Sekolah SMK Muhammadiyah 12 Sekaran Lamongan dan koordinasi dengan pihak Puskesmas melalui bidan Desa untuk mendapatkan ijin dan Tablet Fe.

## 5.6 Koordinasi Tim dengan melibatkan mahasiswa

Pada pelaksanaan kegiatan penelitian ini juga melibatkan mahasiswa dalam tim. Tujuannya yaitu untuk memberikan pendidikan kepada mahasiswa serta menyiapkan mahasiswa agar mengetahui dan memahami mengenai teknis penelitian, keterlibatan mahasiswa disini yaitu dalam pelaksanaan pengambilan data.

Koordinasi tim dengan melibatkan mahasiswa dilakukan agar dalam pelaksanaan kegiatan mahasiswa mengetahui teknis pelaksanaan kegiatan dan terjadi persamaan persepsi dalam melaksanakan kegiatan tersebut sehingga kesalahan-kesalahan dalam pengumpulan data dapat diminimalisir. Mahasiswa terlibat secara penuh dalam kegiatan ini mulai dari koordinasi dalam pra kegiatan mulai dari membantu menyiapkan peralatan yang digunakan dalam kegiatan Pengabdian masyarakat selain itu mahasiswa terlibat dalam Kegiatan diantaranya menyiapkan lembar pretest dan post test, menjadi moderator dalam kegiatan Seminar dan membantu pada saat kegiatan pendampingan pada IPM-Centing. Pada Pasca kegiatan pada tahapan Evaluasi mahasiswa juga terlibat penuh diantaranya dalam kegiatan penilaian kadar Hb pasca Intervensi.

## 5.7 Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pelatihan Edukasi Stunting pada kader IPM-Centing dilaksanakan pada minggu ke-4 bulan Agustus yaitu pada tanggal 23 Agustus 2023 sesuai dengan timeschedule pelaksanaan kegiatan, adapun materi yang disampaikan adalah mengenai 3 pokok bahasan 1) Stunting pada Remaja; 2) Gizi pada Remaja; 3) Anemia pada Remaja. Kegiatan ini diawali dengan pre test dan diakhiri dengan post test.

Kegiatan selanjutnya dilaksanakan pada tanggal 30 Agustus 2023 yaitu pemberian pelatihan kepada kader IPM-Centing bagaimana melakukan Deteksi Stunting dilihat dari status gizi dengan mengukur Tinggi Badan dan Berat Badan serta melakukan perhitungan Indeks masa Tubuh (IMT), dilanjutkan dengan memberikan pelatihan mengenai bagaimana melakukan pemeriksaan Hb dengan stick GC-Hb.

Agenda terakhir pada tanggal 01 September 2023 yaitu Kader IPM-Centing melakukan Deteksi Stunting pada Remaja, pemeriksaan kadar Hb, didampingi Tim Pengabdian Masyarakat



Gambar 1. Kegiatan Pelatihan Kader IPM-Centing dalam Pencegahan Stunting pada remaja

## 5.8 Evaluasi Kegiatan

Evaluasi ini diharapkan agar tim mengetahui sejauh mana efektivitas kegiatan yang telah dilakukan dan menilai bagaimana Pengetahuan mengenai stunting, Pengetahuan Anemia dan kadar Hb remaja setelah dilakukan kegiatan.

Hasil dari pretest dan post test edukasi mengenai stunting dapat dilihat pada table 1 berikut :

Tabel 1 Hasil Pre Test dan Post Test edukasi mengenai Stunting

Variabel	Nilai rata-rata	Nilai min-Max	Peningkatan (Point)
Pre-Test	34,5	30-65	
Post Test	75,5	70-95	41

Dari Tabel 1 terlihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan Kader IPM-Centing sebesar 41 point. Pada angka minimum dan maksimum juga mengalami peningkatan, sebelum dilakukan edukasi hasil pretest menunjukkan nilai 30 pada nilai terendah dan 65 pada nilai tertinggi, sedangkan pada nilai sesudah dilakukan edukasi mengalami peningkatan yaitu nilai 70 pada nilai terendah dan nilai 95 pada nilai tertinggi.

Tabel 2 Kadar Hemoglobin Siswa SMK Muhammadiyah 12 Sekaran

Kategori Kadar Hb	Pemberian Tablet Fe			
	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Anemia	9	18	2	4
TidakAnemia	41	82	48	96
	50	100	50	100

Dari tabel 2 dapat diketahui bahawa sebelum diberikan tablet Fe terdapat 9 (18%) siswa SMK Muhamamdiyah 12 yang mengalami Anemia, kemudian diberikan tablet Fe dan dilakukan monitoring serta evaluasi kadar Hb didapatkan dari 9 (18%) siswa yang mengalami anemia menjadi 2 (4%) siswa SMK Muhamamdiyah 12 Sekaran yang mengalami Anemia.

## 5.8 Luaran yang dicapai

Luaran yang dicapai dalam kegiatan Program Kemitraan Masyarakat berupa luaran wajib dan luaran tambahan. Berikut tabel 3 menunjukkan Luaran yang dicapai dalam Program Kemitraan Masyarakat.

Tabel 3 Luaran yang dicapai dalam Program Kemitraan Masyarakat

No	Kriteria Luaran	Jenis Luaran	Keterangan
1	Luaran Wajib	Artikel Ilmiah berISSN dan terakreditasi Sinta 5	Submit di Jurnal Pengabdian Kesehatan LPPM STIKes Cendekia Utama Kudus <a href="https://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/jpk/index">https://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/jpk/index</a>
2	Luaran Wajib	Video Kegiatan	PKM IPM Centing Link youtube <a href="https://www.youtube.com/shorts/29hyR_FX04c">https://www.youtube.com/shorts/29hyR_FX04c</a>
3	Luaran Wajib	Media Elektronik	Majalah Mata Hati
4	Luaran Tambahan	Booklet Remaja Centing (Cegah Stunting)	terlampir
5	Luaran Tambahan	HAKI	Proses Pengajuan

## **BAB 6**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Kesimpulan**

Kegiatan Program Kemitraan Masyarakat dengan Tema Aksi IPM Centing sebagai Upaya Jihad Bebas Stunting, dengan membentuk kader stunting di sekolah melalui Ikatan Pelajar Muhammadiyah (IPM) sebagai upaya dini pencegahan stunting pada remaja. Kegiatan yang dilaksanakan diantaranya pelatihan edukasi stunting, gizi remaja, dan anemia dilanjutkan dengan pelatihan pengukuran IMT dan pemeriksaan Hemoglobin. Kegiatan terakhir yaitu melakukan kegiatan deteksi stunting dengan pengukuran IMT, pemeriksaan Hb, dan pembagian tablet Fe. Kegiatan ini berjalan dengan baik dan mendapatkan support dari sekolah dan pihak puskesmas setempat melalui bidan desa.

#### **76s.2 Saran**

Aksi IPM centing sebagai upaya jihad bebas stunting ini merupakan upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting pada remaja yang merupakan bagian dari circle kejadian stunting. Diharapkan kegiatan ini bisa ada keberlanjutan dari kader IPM yang sudah dibentuk dan mendapat support penuh dari sekolah dan Puskesmas setempat

## DAFTAR PUSTAKA

- Aditianti, Prihatin S., & Hermina. (2016). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Individu tentang Makanan Beraneka Ragam sebagai Salah Satu Indikator Keluarga Sadar Gizi (KADARZI). Jakarta: Buletin Penelitian Kesehatan, Vol 44 , Hal: 117
- Atasasih, Hesti. "Sosialisasi "Isi Piringku" Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting." *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 6.1 (2022): 116-121.
- Febrianti, Dinda, et al. "GO RANTING: Ayo Berantas Stunting." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas* 1.3 (2022): 90-95.
- Guo X, Zheng L, Li Y, Yu S, Sun G, Yang H. Differences in Lifestyle Behavior, Dietary Habits and Familial Factor Among Normal-Weight, Overweight and Obese Chinese Children and Adolescent, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2012;9(1):120-8
- Ikatan Dokter Anak Indonesia, 2013. *Nutrisi pada Remaja* <https://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/nutrisi-pada-remaja> : Diakses pada 12 Agustus 2022
- Irdiana, Whenny, and Triska Susila Nindya. "Hubungan kebiasaan sarapan dan asupan zat gizi dengan status gizi siswi SMAN 3 Surabaya." *Amerta Nutrition* 1.3 (2017): 227-235.
- Mandriyarini, Retno, Muhammad Sulchan, and Choirun Nissa. "Sedentary lifestyle sebagai risiko kejadian obesitas pada remaja SMA stunted di Kota Semarang." *Journal of Nutrition College* 6.2 (2017): 149-155.
- Parinduri, Siti Khodijah. "Optimalisasi Potensi Remaja Putri dalam Pencegahan Stunting di Desa Wangunjaya Kecamatan Leuwisadeng Kabupaten Bogor." *PROMOTOR* 4.1 (2021): 23-29.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018 : <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesmas/>. Diakses pada 12 Agustus 2022
- United Nations Children's Fund Indonesia, 'SDG Baseline Report on Children in Indonesia' [Laporan Garis Dasar SDGS Tentang Anak di Indonesia], UNICEF Indonesia, Jakarta, 2017. <https://www.unicef.org/indonesia/media/3131/file/SDG-Baseline-Report-2017.pdf>
- WHO. 2014. Health for the World's Adolescents: A Second Chance in the Second Decade. Geneva, World Health Organization Departemen of Noncommunicable disease surveillance. (2014



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI LITBANG PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**  
SK. Menteri RISTEK DIKTI RI Nomor 880/KPT/1/2018  
**LEMBAGA PENELITIAN & PENGABDIAN MASYARAKAT**  
Website : [www.umla.ac.id](http://www.umla.ac.id) - Email : [lppm@umla.ac.id](mailto:lppm@umla.ac.id)  
Jl. Raya Plalangan - Plosowahyu KM 3, Telp./Fax. (0322) 322356 Lamongan 62251



### SURAT TUGAS

Nomor : 291 /TGS/III.3/AU/H/2023

Nama : Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.  
NIK : 19881020201211 056  
Jabatan : Kepala LPPM Universitas Muhammadiyah Lamongan  
Alamat : Jl. Raya Plalangan Plosowahyu KM. 03 Lamongan

Memberikan tugas kepada **Seluruh Dosen Program Studi Kebidanan** Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan (Nama - nama terlampir) untuk melaksanakan tugas **Pengabdian Masyarakat** terkait Tridharma Perguruan Tinggi pada **Semester Genap Tahun Ajaran 2022/2023**

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dilaksanakan dengan penuh amanah dan atas perhatiannya disampaikan terima kasih.

Lamongan, 22 Januari 2023  
Kepala LPPM  
Universitas Muhammadiyah Lamongan

  
**Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.**  
NPP. 19881020201211 056

Tembusan:

1. Wakil Rektor I, II, dan III Universitas Muhammadiyah Lamongan
2. Ketua BAAUKK Universitas Muhammadiyah Lamongan
3. Yang Bersangkutan



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI LITBANG PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

SK. Menteri RISTEK DIKTI RI Nomor 880/KPT/I/2018

**LEMBAGA PENELITIAN & PENGABDIAN MASYARAKAT**

Website : [www.umla.ac.id](http://www.umla.ac.id) - Email : [lppm@umla.ac.id](mailto:lppm@umla.ac.id)

Jl. Raya Plalangan - Plosowahyu KM 3, Telp./Fax. (0322) 322356 Lamongan 62251



Lampiran Surat Tugas  
Kepala LPPM Universitas Muhammadiyah Lamongan  
Nomor : 2411 / TGS/III.3/AU/H/2023  
Tanggal : 22 Januari 2023

**Daftar Nama Dosen Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Pelaksana Kegiatan Pengabdian Masyarakat  
Universitas Muhammadiyah Lamongan  
Tahun Ajaran 2022 / 2023 Semester Genap**

No	Nama	NIDN/NIK	Unit Kerja
1	Amirul Amalia, S.SiT., M.Kes.	0723018301	Kebidanan
2	Sulistiyowati, M.Kes.	0715128501	Kebidanan
3	Lilin Turlina, S.SiT., M.Kes.	0728027801	Kebidanan
4	Hj. Andri Tri Kusumaningrum, S.SiT, M.Kes.	0717078501	Kebidanan
5	Ihda Mauliyah, S.ST., M.Kes.	0724078501	Kebidanan
6	Ait'ul Impartina, S.ST., M.Kes.	0701098402	Kebidanan
7	Ponco Indah Aristasari, S.ST., M.Kes.	0710038501	Kebidanan
8	Ratih Indah Kartikasari, S.SiT.,M.Kes.	0725038702	Kebidanan
9	Dian Nurafifah, S.SiT.,M.Kes.	0714088505	Kebidanan
10	Amrina Nur Rohmah, S.Tr., M.Keb	0712049401	Kebidanan
11	Dwi Dianita Irawan, S.Keb, Bd., M.Keb	0712109201	Kebidanan
12	Elia Ika Rahmawati, S.ST., M.Keb	0719039201	Kebidanan
13	Faizatul Ummah, S.SiT.,M.Kes.	0715107702	Kebidanan
14	Risya Secha Primindari, S.Keb, Bd. M.Kes	0727019301	Kebidanan
16	Shinta Alifiana Rahmawati, S.ST., M.Keb.	0726069401	Kebidanan

Lamongan, 22 Januari 2023

Kepala LPPM

Universitas Muhammadiyah Lamongan

**Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep.**

NPP. 19881020201211 056



PIMPINAN RANTING IKATAN PELAJAR MUHAMMADIYAH  
SMK MUHAMMADIYAH 12 SEKARAN LAMONGAN

**SURAT KETERANGAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Nur Aisyah Azariah Wati  
Jabatan : Ketua IPM SMK Muhammadiyah 12 Sekaran

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : 1. Ihda Mauliyah, S.ST.,M.Kes  
2. Ratih Indah Kartikasari, S.ST.,M.Kes  
3. Elia Ika Rahmawati, SST.,M.Keb

Jabatan : Dosen

Instansi : Universitas Muhammadiyah Lamongan

Pelaksanaan : 23 Agustus 2023 s/d 01 September 2023

Telah melakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat "Aksi IPM-Centing sebagai Upaya Jihad Bebas Stunting di SMK Muhammadiyah 12 Sekaran Lamongan

Demikian Surat ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamualaikum Wr. Wb

Lamongan, 05 September 2023

Ketua IPM  
SMK Muhammadiyah 12 Sekaran



Nur Aisyah Azariah Wati

## Biodata Ketua dan Anggota Tim Pengusul yang telah ditandatangani

### A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Ihda Mauliyah, SST.,M.Kes
2	Jenis Kelamin	♀/P
3	Jabatan Fungsional	Lektor
4	NIP/ NIK	19850724200809041
5	NIDN	0724078501
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Lamongan, 24 Juli 1985
7	E-mail	Ihdamauliyah2@gmail.com
8	Nomor Telepon/ HP	085655208850
9	Alamat Kantor	Jl. Raya Plalangan Plosowahyu KM 2, Kabupaten Lamongan, Jawa Timur
10	Nomor Telepon/ Fax	(0322) 323457
11	Lulusan yang Telah Dihilangkan	S1: -      S2: -      S3: -
12	Mata Kuliah yang Diampu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Keterampilan Dasar Praktek Klinik</li> <li>2. Anatomi Fisiologi</li> <li>3. Askeb Nifas dan Menyusui</li> <li>4. Ilmu Penyakit Anak</li> <li>5. Askeb Komunitas</li> <li>6. Keterampilan Dasar kebidanan</li> <li>7. Profesionalisme Kebidanan</li> <li>8. Pengantar Askeb</li> </ol>

### B. Riwayat Pendidikan

	D4	S2
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Kadiri Kediri	Universitas Sebelas Maret
Bidang Ilmu	DIV Bidan Pendidik	S2 Magister Kesehatan
Tahun Masuk-Lulus	2008-2009	2009-2010
Judul Skripsi/ Tesis/ Disertasi	Hubungan Perawatan Payudara dengan Pengeluaran ASI pada ibu nifas	Pengaruh Metode Pemberian Tugas terhadap Minat dan Prestasi Belajar Mata Kuliah Biologi Reproduksi.
Nama Pembimbing/ Promotor	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hasan Nidhoni, S.Psi.,M.Kes</li> <li>2. Hamidah, SST.,M.Kes</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dr. Nunuk Suryani, M.Pd</li> <li>2. dr. Muhammad Arif Taufiqurrahman</li> </ol>

### C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir (Bukan Skripsi, Tesis, dan Disertasi)

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah (Rp)

1	2015	Pengaruh <i>Storytelling</i> menggunakan <i>Finger Puppet</i> terhadap Higienitas kuku pada anak usia prasekolah	Hibah Dikti	Rp. 20.000.000,-
2	2016	Perkembangan Mental Emosional Anak usia 3-5 tahun ditinjau dari sikap orang tua dalam mengasuh anak	Hibah Internal	Rp. 4.500.000,-
3	2017	Efektifitas Pemberian Pisang Dan Diit Rendah Garam Dalam Menurunkan Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi	Hibah Dikti	Rp. 20.000.000,-
4	2018	Metode Bermain Yang Tepat Untuk Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini	Hibah Dikti	Rp 20.000.000
5	2019	Optimalisasi Peran Mubalighot Motivator Kesehatan Aisyiyah dalam <i>Early Breasfeeding Self Efficacy</i> pada Ibu Hamil dan Ibu Ibu Menyusui di Cabang Aisyiyah Sekaran Lamongan	Risetmu Batch III	Rp 16.000.000
6	2020	Alat Permainan Edukatif (APE) Anak Berbasis Multiple Intelligences (MI) Di Masa Pandemi Covid 19	Hibah Internal	Rp 4.500.000
7	2021	Intervensi Pencegahan Stunting 1000 HPK Terhadap Tingkat Kemandirian Keluarga Di Desa Binaan Qoryah Thoyyibah	Risetmu Batch IV	Rp 10.000.000
8	2022	pemberian sertifikat ASI eksklusif untuk meningkatkan motivasi ibu untuk ASI eksklusi	Pribadi	Rp 4.500.000
9	2023	Penerapan Metode Loci terhadap Kepatuhan Ibu Mengkonsumsi Pil KB	Pribadi	Rp. 4.500.000

#### D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Pengabdian kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah (Rp)
1	2020	Zero Waste Community dengan Pemanfaatan Limbah plastic menjadi Produk Berdaya Guna	Hibah Internal	Rp. 1.500.000,-
2	2021	Penyuluhan Kesehatan mengenai Pencegahan Diare	Pribadi	Rp. 500.000,-

3	2021	Penyuluhan Kesehatan mengenai Gizi Seimbang pada Balita	Pribadi	Rp. 500.000,-
4	2021	Pentingnya JKN bagi Masyarakat	Pribadi	Rp. 500.000,-
5	2021	Pendidikan Kesehatan tentang Pencegahan Stunting pada 1000 HPK	Pribadi	Rp. 500.000,-
6	2021	Pendidikan Kesehatan tentang Pelecehan Seksual	Pribadi	Rp. 500.000,-
7	2022	Intelligence Box sebagai Kreasi Alat Permainan Edukatif Anak di Masa Pandemi Covid 19	Hibah Internal	Rp. 1.500.000,-

#### E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/ Nomor/ Tahun
1	The Effect of Story Telling Using Finger Puppet Toward Fingernail Hygiene of Preschoolers	Universitas Aisyiyah Yogyakarta/ Proceeding International Conference :	Maternal Child, and Family Health 2016
2	Perkembangan Mental Emosional pada Anak umur 3-5 tahun ditinjau dari Sikap Orang Tua	Jurnal Riset Kebidanan Indonesia	Volume 1 no 2 Desember 2017
3	Efektivitas Pemberian Pisang dan Diit Rendah Garam dalam menurunkan Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi	Universitas Islam Lamongan/ Proceeding dalam Seminar Nasional <i>Call For Paper</i> "Peningkatan Kualitas Penelitian dan Abdimas Berpotensi HKI"	Volume 1/ No 1/ 2018
4	<i>Warm Compresses to decrease dysmenorrhea among adolescent</i>	Journal of Health Technology Assessment in Midwifery	Volume 3/ No 2/ 2020
5	<i>Optimization The Rule of "Mubalighot Motivator Kesehatan Aisyiyah" in Breastfeeding self efficacy</i>	Jurnal Kesehatan Prima (Penulis kedua, Sinta 3)	Vol 14 No 2 (2020)
6	Pengaruh Tehnik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Peningkatan	Jurnal Surya	Vol 13 no 3 tahun 2021

	Kuantitas Tidur Ibu Hamil Trimester III di BPS Ny. Tasmini Desa Selorejo Kecamatan Baureno Bojonegoro		
7	Granting Exclusive Breastfeeding Certificate to Increase Maternal Motivation for Exclusive Breastfeeding	Journal of Health Science	Vol 15 No 01 Tahun 2022
8	Penerapan Metode Loci terhadap Kepatuhan Ibu Mengonsumsi Pil KB	Journal Of Health Care	Vol 3 No 3 Tahun 2022

#### **F. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation) dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Nama Temu Ilmiah/ Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1.	Webinar Nasional Kebidanan	Bidan Preneur-Bisnis Mindset “Menuju Bidan yang Mandiri, Akademis dan Berjiwa Entrepreneur”	2021

#### **G. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit

#### **H. Perolehan HKI dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Judul/ Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ ID
1	Buku Panduan Praktek Kerja Lapangan Kebidanan Komunitas	2019	Buku	EC075714
2	BukuPetunjuk ASI	2020	Buku	EC00202010716

#### **I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/ Rekayasa Sosial Lainnya dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Judul/ Tema/ Jenis Rekayasa Sosial Lainnya yang Telah Diterapkan	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat
1	-	-	-	-

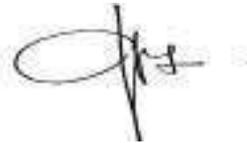
**J. Penghargaan dalam 5 Tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)**

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1	Sertifikat Juara II Lomba Inovasi Strategi Pembelajaran Rakernas “Peningkatan Kualitas Pendidikan Kebidanan di Era Revolusi 4.0”	Asosiasi Institusi Pendidikan Kebidanan Muhammadiyah ‘Aisyiyah	2019

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidak-sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Penugasan Program Kemitraan Masyarakat.

Lamongan, 14 Februari 2023

Ketua Pengusul



(Ihda Mauliyah, S.ST., M.Kes)

## BIODATA ANGGOTA TIM PENGUSUL

### A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Ratih Indah Kartikasari, S.ST.,M.Kes
2	Jenis Kelamin	L/P
3	Jabatan Fungsional	Lektor
4	NIP/ NIK	19870325201211055
5	NIDN	0725038702
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Lamongan, 25 Maret 1987
7	E-mail	ratih.umla@gmail.com
8	Nomor Telepon/ HP	081949607210
9	Alamat Kantor	Jl. Raya Plalangan Plosowahyu KM 2, Kabupaten Lamongan, Jawa Timur
10	Nomor Telepon/ Fax	(0322) 323457
11	Lulusan yang Telah Dihasilkan	S1: - S2: - S3: -
12	Mata Kuliah yang Diampu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gizi dalam Kesehatan Reproduksi</li> <li>2. Asuhan Kebidanan</li> <li>3. Asuhan Kebidanan pada Remaja dan Perimenopause</li> <li>4. Pengantar Praktik Kebidanan</li> <li>5. Etika dan Hukum Kesehatan</li> <li>6. Anatomi dan Fisiologi</li> <li>7. Pendidikan dan Promosi Kesehatan</li> <li>8. Komunikasi Kesehatan</li> </ol>

### B. Riwayat Pendidikan

	<b>D-4</b>	<b>S-2</b>
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Sebelas Maret Surakarta	Universitas Sebelas Maret Surakarta
Bidang Ilmu	Kebidanan	Kedokteran Keluarga
Tahun Masuk-Lulus	2009-2010	2010-2012
Judul Skripsi/ Tesis/ Disertasi	Hubungan Faktor Risiko Multiparitas dengan Persalinan Preterm	Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Mahasiswa D-3 Kebidanan
Nama Pembimbing/ Promotor	H. Tri Budi Wiryanto.dr.,SpOG (K) dan M. Nur Dewi K.,SST.,M.Kes	Prof. Dr. Sri Anitah, M.Pd dan Jarot Subandono, dr.,M.Kes

### C. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (juta Rp)
1	2017	Aromaterapi Pappermint untuk Menurunkan Mual dan Muntah pada Ibu hamil	STIKES Muhammadiyah Lamongan	2
2	2017	Pengaruh Fe-Folat dengan Air Jeruk terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di BPM Siti Khalimah Lamongan	Pribadi	1
3	2017	Efektifitas Pemberian Pisang Dan Diit Rendah Garam Dalam Menurunkan Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi	DIKTI	20
4	2018	Metode Bermain Yang Tepat Untuk Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini	DIKTI	20
5	2019	Optimalisasi Peran Mubalighot Mativator Kesehatan Aisyiyah Dalam <i>Early Breastfeeding Self Efficacy</i>	Hibah Penelitian Tentang Muhammadiyah Angkatan ke-3	16
6	2020	Hubungan Ketuban Pecah Dini Dengan Kejadian Asfiksia Pada Bayi Baru Lahir Di Kamar Bersalin Rsud Dr. Soegiri Lamongan	Hibah Internal LPPM UM Lamongan	2,5
7	2021	Intervensi Pencegahan Stunting 1000 HPK Terhadap Tingkat Kemandirian Keluarga Di Desa Binaan Qoryah Thoyyibah	Hibah Riset Muhammadiyah Batch V	10
8	2022	Hubungan Peran Orang Tua Dengan Kejadian Kehamilan Remaja Di Desa Blimbing Kecamatan Paciran Kabupaten Lamongan	Pribadi	1

**D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir**

Tahun	Judul Pengabdian kepada Masyarakat	Pendanaan	
		Sumber*	Jumlah (Rp.)
2017	Pendidikan kesehatan tentang "Dampak Rokok bagi Kesehatan" di Dusun Tlogo Desa Tlogorejo	Pribadi	500.000
2017	Pendidikan kesehatan tentang "Jajanan Sehat" di Dusun Tlogo Desa Tlogorejo	Pribadi	500.000
2018	Pendidikan Kesehatan tentang "Imunisasi Difteri" di UPT Puskesmas Glagah	Pribadi	500.000
2018	Pendidikan Kesehatan tentang "Kebutuhan Zat Besi Pada Remaja" di SLTP N 1 Glagah	Pribadi	500.000
2019	Pendidikan kesehatan tentang "Pijat Oksitosin" di Poli Obgyn RS Islam Muhammadiyah Sumberejo, Bojonegoro	Pribadi	500.000
2019	Pendidikan kesehatan tentang "Tanda Bahaya pada Bayi Baru Lahir" di Poli Obgyn RS Islam Muhammadiyah Sumberejo, Bojonegoro	Pribadi	500.000
2020	Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak Pra Sekolah dengan Pendekatan Keluarga di Wilayah Kabupaten Lamongan	Pribadi	500.000
2020	Pendidikan Kesehatan tentang "Keluarga Berencana" dengan Pendekatan Keluarga di Desa Ujung Pangkah Gresik	Pribadi	500.000
2020	Pemanfaatan Media Sosial untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Masa Pandemi Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)	Hibah Internal	1.500.000
2021	Pendidikan Kesehatan tentang "Stunting Pada Balita" di Puskesmas Deket Lamongan	Pribadi	500.000
2021	Pendidikan Kesehatan "Gizi Seimbang untuk Anak" di Ruang Anak RSUD Dr. Sugiri Lamongan	Pribadi	500.000
2022	Pendidikan Kesehatan "Nutrisi Pada Ibu Menyusui & Teknik	Pribadi	500.000

	Menyusui yang Baik Dan Benar” di RSIM Sumberejo Bojonegoro		
2022	Pendidikan Kesehatan “Tanda Bahaya Masa Nifas” di RSIM Sumberejo Bojonegoro	Pribadi	500.000

#### E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir

Tahun	Judul	Penerbit/Jurnal
Agustus 2016	Pengaruh <i>Health Education</i> tentang Pemberian Kolostrum pada 1 Jam Pertama Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu hamil	Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA STIKES Insan Cendekia Husada Bojonegoro (Penulis Tunggal, Sinta 5) Alamat URL Jurnal : <a href="http://jurnal.stikesicsada.ac.id/index.php/JMAK/IA/article/view/48/31">http://jurnal.stikesicsada.ac.id/index.php/JMAK/IA/article/view/48/31</a>
Oktober 2016	Efektifitas Buah Pisang Untuk Menurunkan Tekanan Darah Diastolik Pada Wanita Hamil yang Hipertensi	Jurnal Kebidanan Midwiferia Universitas Muhammadiyah Sidoarjo (Penulis Pertama, Sinta 4) Alamat URL Jurnal : <a href="http://ojs.umsida.ac.id/index.php/midwiferia/article/view/869">http://ojs.umsida.ac.id/index.php/midwiferia/article/view/869</a>
Desember 2018	Derajat Kecemasan Ibu Hamil Dengan Kejadian Mual Muntah Pada Trimester 1	Jurnal Riset Kebidanan Indonesia AIPKEMA (Asosiasi Institusi Pendidikan Kebidanan Muhammadiyah dan Aisyiyah Indonesia) (Penulis Tunggal, Sinta 4) Alamat URL : <a href="http://www.ejournal-aipkema.or.id/aipkema/index.php/jrki/article/view/27/pdf">http://www.ejournal-aipkema.or.id/aipkema/index.php/jrki/article/view/27/pdf</a>
11 Maret 2019	Pengaruh Aromaterapi Ginger Oil Terhadap Penurunan Emesis Gravidarum Di Polindes Desa Centini Kecamatan Laren Kabupaten Lamongan	Prosiding Seminar Nasional “ <i>Maternal and Child Health</i> ” 11 Maret 2019 Hotel Pesona Malioboro pada Acara AIPKEMA (Asosiasi Institusi Pendidikan Kebidanan Muhammadiyah dan Aisyiyah Indonesia) (Penulis Pertama) Alamat URL : <a href="http://ejournal-aipkema.or.id/aipkema/index.php/prosiding/article/view/112">http://ejournal-aipkema.or.id/aipkema/index.php/prosiding/article/view/112</a>
Juni 2020	Peningkatan Self Efficacy Terhadap Kemampuan Mobilisasi Dini Pada Ibu	Jurnal MIDPRO Volume 12 No.1 Juni 2020 (Sinta 4) ISSN: 2086-2792 (Print) ISSN: 2684-6764 (Online)

	Pascasalin Post Sectio Caesaria	
Juni 2020	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Snow Balling Terhadap Breastfeeding Self Efficacy Pada Primigravida	Jurnal MIDPRO Volume 12 No.1 Juni 2020 (Sinta 4) ISSN: 2086-2792 (Print) ISSN: 2684-6764 (Online)
Juni 2021	Relationship Between Premature Rupture Of Membranes And The Incidence Of Asphyxia In Newborns At RSUD Dr. Soegiri Lamongan	JURNAL MIDPRO, Vol. 13 No. 01 (Sinta 4) E-ISSN: 2684-6764
Februari 2022	Granting Exclusive Breastfeeding Certificate to Increase Maternal Motivation for Exclusive Breastfeeding	Jurnal Of Health Science Volume 15 Nomor 01 (2022) (Sinta 4) E-ISSN: 2477-3948

**F. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation) dalam 5 Tahun Terakhir**

Tahun	Judul kegiatan	Penyelenggara	Panitia/Peserta/Pembicara
2016	<i>“The Effect of Story Telling Using Finger Puppet Toward Fingernail Hygiene of Preschoolers”</i>	Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta	Pembicara
2016	Pengaruh <i>Endorphin Massage</i> Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil	Temu Ilmiah Nasional Hasil-Hasil Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Kontribusi Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat dalam Program <i>Sustainable Development Goals</i> (SDGs)	Pembicara

2018	Seminar Nasional “Periode Emas Dan Tumbuh Kembang Anak dengan Hepatitis B dalam Penyesuaian 1000 Hari Pertama Kehidupan	STIKES Muhammadiyah Lamongan	Panitia
2018	Efektifitas Pemberian Pisang dan Diit Rendah Garam dalam Menurunkan Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi	Seminar Nasional <i>Call For Paper</i> ”Peningkatan Kualitas Penelitian dan Abdimas Berpotensi HKI”	Pembicara
2019	Pengaruh Aromaterapi <i>Ginger Oil</i> Terhadap Penurunan <i>Emesis Gravidarum</i> Di Polindes Desa Centini Kecamatan Laren Kabupaten Lamongan	RAKERNAS AIPKEMA (Asosiasi Institusi Pendidikan Kebidanan Muhammadiyah dan Aisyiyah Indonesia)	Pembicara

#### H. Perolehan HKI dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul/ Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor Pencatatan/ ID
1	Poster “Efektifitas Pemberian Pisang dan Diit Rendah Garam dalam Menurunkan Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi”	2018	Poster	EC00201826666
2	Buku Petunjuk ASI	2020	Buku Panduan/ Petunjuk	EC00202010716

#### J. Penghargaan dalam 5 Tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

Tahun	Bentuk Penghargaan	Pemberi
2019	Sertifikat Juara Harapan 1 Lomba Kreativitas Desain Bahan Ajar Rakernas Peningkatan Kualitas Pendidikan	AIPKEMA (Asosiasi Institusi Pendidikan Kebidanan Muhammadiyah Aisyiyah)

	Kebidanan Di Era Revolusi 4.0	
2020	Sertifikat Juara Harapan 3 Video Kreatif Lomba Video Metode Pembelajaran “Stunting & 8.000 Hari Pertama Kehidupan”	AIPKEMA (Asosiasi Institusi Pendidikan Kebidanan Muhammadiyah Aisyiyah)

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidak-sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Program Kemitraan Masyarakat.

Lamongan, 14 Februari 2023  
Anggota Pengusul,



(Ratih Indah Kartikasari, S.ST.,M.Kes)

## BIODATA ANGGOTA TIM PENGUSUL

### A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Elia Ika Rahmawati, S.ST., M.Keb
2	Jenis Kelamin	L/P
3	Jabatan Fungsional	Tenaga Pengajar
4	NIP/ NIK	19920319 202003 152
5	NIDN	0719039201
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Yogyakarta, 19 Maret 1992
7	E-mail	<a href="mailto:eeliaika@gmail.com">eeliaika@gmail.com</a> <a href="mailto:eliaika.rahmawati@gmail.com">eliaika.rahmawati@gmail.com</a>
8	Nomor Telepon/ HP	085655531038
9	Alamat Kantor	Jl. Raya Plalangan Plosowahyu KM 2, Kabupaten Lamongan, Jawa Timur
10	Nomor Telepon/ Fax	(0322) 323457
11	Lulusan yang Telah Dihasilkan	S1: - S2: - S3: -
12	Mata Kuliah yang Diampu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metode Penelitian dan Statistika Dasar</li> <li>2. Sosial dan Budaya</li> <li>3. Konsep Kebidanan</li> <li>4. Pengantar Asuhan Kebidanan</li> <li>5. Pengantar Praktik Kebidanan</li> <li>6. Anatomi dan Fisiologi</li> <li>7. Ilmu Kesehatan Masyarakat</li> <li>8. Patology Obsgyn dan Pediatri</li> </ol>

### B. Riwayat Pendidikan

	S1	S2
Nama Perguruan Tinggi	STIKes 'Aisyiyah Yogyakarta	Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Bidang Ilmu	DIV Bidan Pendidik	S2 Ilmu Kebidanan
Tahun Masuk-Lulus	2014-2015	2017-2019
Judul Skripsi/ Tesis/ Disertasi	Perbedaan Metode Pembelajaran Kooperatif <i>Numbered Heads Together</i> (NHT) dan Konvensional terhadap Hasil Belajar pada Mahasiswa DIII Kebidanan Semester IV Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang	Pengaruh Prenatal Yoga terhadap <i>Childbirth Self-Efficacy</i> pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Wilayah Kota Yogyakarta
Nama Pembimbing/ Promotor	Fathiyatur Rohmah, S.ST., M.Kes	1. Prof. dr. Ova Emilia, M.Med.Ed., Sp.OG (K), Ph.D

		2. Andari Wuri Astuti, S.SiT., MPH., Ph.D
--	--	--

**C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir (Bukan Skripsi, Tesis, dan Disertasi)**

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah (Rp)
1	2020	Hubungan Ketuban Pecah Dini dengan Kejadian Asfiksia pada Bayi Baru Lahir di Kamar Bersalin RSUD dr. Soegiri Lamongan	Hibah Internal	Rp. 4.500.000,-
2	2021	Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Penggunaan APD Level 2 pada Bidan Selama Pertolongan Persalinan di Masa Pandemi Covid 19	Pribadi	Rp. 4.500.000,-
3	2022	Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Primipara yang Diberikan dan Tidak Diberikan Prenatal Gentle Yoga	Pribadi	Rp. 4.500.000,-

**D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Tahun	Judul Pengabdian kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber*	Jumlah (Rp)
1	2020	Pemanfaatan Media Sosial untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Ibu Hamil di Masa Pandemi Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)	Hibah Internal	Rp. 1.500.000,-
2	2021	Penyuluhan tentang "Bahaya Merokok" di Dukuh Karanganyar, Dusun Landean, Desa Klotok, Kecamatan Plumpang, Kabupaten Tuban	Pribadi	Rp. 500.000,-
3	2021	Penyuluhan tentang "Pentingnya Jaminan Kesehatan Nasional (JKN)" di Dukuh Karanganyar, Dusun Landean, Desa Klotok, Kecamatan Plumpang, Kabupaten Tuban	Pribadi	Rp. 500.000,-
4	2021	Penyuluhan tentang "Dismenorea" di Dukuh Karanganyar, Dusun Landean,	Pribadi	Rp. 500.000,-

		Desa Klotok, Kecamatan Plumpang, Kabupaten Tuban		
5	2021	Pendidikan Kesehatan tentang "Tanda Bahaya pada Masa Nifas" di Ruang Nifas RSI Muhammadiyah Sumberrejo Kabupaten Bojonegoro	Pribadi	Rp. 500.000,-
6	2021	Pendidikan Kesehatan tentang "Perawatan Tali Pusat pada Bayi" di Ruang Nifas RSI Muhammadiyah Sumberrejo Kabupaten Bojonegoro	Pribadi	Rp. 500.000,-
7	2022	Pendidikan Kesehatan tentang "ASI Eksklusif" di Ruang Nifas RSI Muhammadiyah Sumberrejo Kabupaten Bojonegoro	Pribadi	Rp. 500.000,-
8	2022	Pendidikan Kesehatan tentang "ASI Eksklusif" di Ruang Bersalin RSI Muhammadiyah Sumberrejo Kabupaten Bojonegoro	Pribadi	Rp. 500.000,-
9	2022	Pendidikan Kesehatan tentang "Perawatan Tali Pusat pada Bayi" di Ruang Bersalin RSI Muhammadiyah Sumberrejo Kabupaten Bojonegoro	Pribadi	Rp. 500.000,-
10	2023	Pendidikan Kesehatan tentang "Perawatan Metode Kangguru" di Ruang NICU RS Muhammadiyah Lamongan	Pribadi	Rp. 500.000,-

#### E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/ Nomor/ Tahun
1	<i>Women's Knowledge and Participation in Early Detection of Cervical Cancer: a Cross Sectional Study</i>	<i>Journal of Health Technology Assessment in Midwifery</i>	Volume 3/ No 1/ 2020
2	<i>Relationship Between Premature Rupture of Membranes and The Incidence of Asphyxia in Newborns at RSUD Dr. Soegiri Lamongan</i>	Jurnal Midpro	Volume 13/ No 01/ 2021
3	Studi Kualitatif Penyebab Kehamilan Pranikah pada Remaja	Jurnal Kesehatan Kusuma Husada	Volume 13/ No 2/ 2022

4	<i>The Incident of Sibling Rivalry on Child with Mother Breastfeeding During Pregnancy</i>	Jurnal Midpro	Volume 14/ No 01/ 2022
---	--	---------------	------------------------

#### F. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation) dalam 5 Tahun Terakhir

No	Nama Temu Ilmiah/ Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	<i>Taiwan-Indonesia International Midwifery Conference</i>	<i>The Correlation Between Knowledge and Participation Early Detection of Cervical Cancer on Women of Childbearing Age at</i> Klebakan, Sentolo, Kulonprogo	26 April 2018 di <i>National Taipei University of Nursing and Health Sciences</i> (NTUNHS)

#### G. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1	Perkembangan Metode Kontrasepsi Masa Kini	2022	223	CV. Rena Cipta Mandiri

#### H. Perolehan HKI dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul/ Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ ID
1	Buku Pintar Kelompok Kader Keluarga Berencana	2019	Buku	000134270
2	Perkembangan Metode Kontrasepsi Masa Kini	2022	Buku	000400059

#### I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/ Rekayasa Sosial Lainnya dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul/ Tema/ Jenis Rekayasa Sosial Lainnya yang Telah Diterapkan	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat
1	-	-	-	-

**J. Penghargaan dalam 5 Tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)**

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1	Juara Harapan 3 Video Kreatif Lomba Video Metode Pembelajaran “Stunting & 8.000 Hari Pertama Kehidupan”	Asosiasi Institusi Pendidikan Kebidanan Muhammadiyah ‘Aisyiyah	2021

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidak-sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Penugasan Program Kemitraan Masyarakat.

Lamongan, 14 Februari 2023

Anggota Pengusul



(Elia Ika Rahmawati, S.ST., M.Keb)

**DAFTAR HADIR  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)**

Nama Kegiatan PKM :

Hari, Tanggal :

Waktu :

Tempat :

No	Nama	Kelas	No HP	Keterampilan				Tanda Tangan
				BB	TB	IMT	Hb	
1	AULIA NURMAYA . S	XII TKJ	0858-15340078					1 <i>Aulia</i>
2	NURU FARUKHATIN . NI	XII TPM	0857-9163-420					2 <i>[Signature]</i>
3	Alpina silda	XII TKJ	0857-4673-0979					3 <i>Cai</i>
4	MUTIARA CHINTYA A.	XI TPM	085731930759					4 <i>[Signature]</i>
5	INDAH AYU	XI TKJ	083830442225					5 <i>[Signature]</i>
6	Dwi Cahika F.t	XII TKJ	0858-5217-0161					6 <i>[Signature]</i>
7	NoFa Drafiska	XII TKJ	085 738 690212					7 <i>[Signature]</i>
8	Sheila Putri Dewanti	XI TKJ	0812-8141-9905					8 <i>[Signature]</i>
9	Travilah Praduecy	XII TPM	0850-50185802					9 <i>[Signature]</i>

10	Tristakhol Jannah	XIITKJ						10
11	Awaliya Romadhoni	XI TICJ						11 <i>[Signature]</i>
12	Ainul Laiditia							12 <i>[Signature]</i>
13	Syafira Romadhoni	XITKJ						13 <i>[Signature]</i>
14	Muaaisyah Azarrahwati	XITKJ						14 <i>[Signature]</i>
15	Maulidina Anisya	XITAM						15 <i>[Signature]</i>
16	Anggita Firnanda	XITAM						16 <i>[Signature]</i>
17								17
18								18
19								19
20								20

**DAFTAR HADIR  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)**

Nama Kegiatan PkM :

Hari, Tanggal :

Waktu :

Tempat :

No	Nama	Kelas	No HP	Keterampilan				Tanda Tangan
				BB	TB	IMT	Hb	
1	AULIA NURMAYA - S	XIITKj	0858-1534-0018					1 <i>Aulis</i>
2	Nuri FARIKHATIN - N	XII TPM	0857-9163-4210					2 <i>Nuri</i>
3	Ayina Saïda.	XII TKj	0857-9672-0575					3 <i>Ayina</i>
4	MULTIARA CHYNTIA A	XII TPM	0857-3193-0759					4 <i>M. A.</i>
5	Shella Putri Dewanti	XII TKj	0812-8111-2905					5 <i>Shella</i>
6	Dwi cantica F. t	XII TKj	0858-5217-0961					6 <i>Dwi</i>
7	Nofa Prasiska	XII TKj	08573060212					7 <i>Nofa</i>
8	Indah Ayu	XII TKj	08383044255					8
9	Ranulidah Maslulky	XII TPM	0858 50185802					9 <i>Ranulida</i>

10	Mustakim Jannah	XITKJ	0882 3132 6512					10
11	Awalija Romadhoni	XITKJ	083852526159					11 <i>[Signature]</i>
12	Ainul laodilia	XITKJ	081327936512					12 <i>[Signature]</i>
13	Maulidino Anisyo	XITPM	0858597321789					13 <i>[Signature]</i>
14	Anggita Firmansa	XITPM	088991438125					14 <i>[Signature]</i>
15	Syafino Romadhoni	XITKJ	08500893307					15 <i>[Signature]</i>
16	Nur asyahaerah wati	XITKJ	082190550328					16 <i>[Signature]</i>
17								17
18								18
19								19
20								20

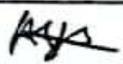
**DAFTAR HADIR  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)**

Nama Kegiatan PkM :

Hari, Tanggal :

Waktu :

Tempat :

No	Nama	Kelas	No HP	Tanda Tangan
1	Lailatul izza	10(X)TKJ	082177724037	1 
2	Lailatul Ulya	10(X)TKJ	082177724037	2 
3	Novi anggun Puspita	10(X)TKJ	0857-8556-0489	3 
4	Devita sari	10(X)TKJ	0852-2538-9799	4 
5	KARIM PUTRI NURAINI	10(X)TKR	0857-7404-5246	5 
6	Alinatus Wardaniah	11 TKJ	0858-5012-9991	6 
7	Dyah Ayu Lestari	11 TEJ	0812-4680-4826	7 
8	Eva selviaana	11 TKJ	0813-5810-5497	8 
9	Ferryhan Wulan Sari	11 TKJ	085591407514	9 

24	Sandra Angelia	10 TKJ	081227167004	24
25	SAFA NUR FAIZA	10 TKJ	082228219020	25
26	INDAH AYU LESTARI	XI TKJ	083830442275	26
27	Siska Sufastika Dikmah	10 TKJ	085815343240	27
28	Zahra Sabrina Wardah	10 TKJ	085815573566	28
29	Nur azzah khusno	10 tkj	083189594218	29
30	Lilya Rejha S.	10 TPM	082141272760	30
31	Anggita dian p.s	10 TPM	081216613349	31
32	Ayu Dia Ningsih	10 tkj	083184594444	32
33	Anju Angely	12 tkj	087886038576	33
34	ilma Hidayah	12 TKJ	083866200122	34
35	Hilla Kavita R.	12 TKJ	082143698497	35
36	Sinta Kurniawati	12 TKJ	081358256166	36
37	EUSA Nur Kumala	12 TPM	085749880704	37

38	N/A Romadhoni S.	(12TPM)	0877 65 30 8567	<i>[Signature]</i> 38
39	Misbahul Jannah	(11TKJ)	0882 3132 1512	39 <i>[Signature]</i>
40				40
41				41
42				42
43				43
44				44
45				45
46				46
47				47
48				48
49				49
50				50

LEMBAR OBSERVASI  
KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)

Nama Kegiatan PkM :  
Hari, Tanggal :  
Waktu :  
Tempat :

No	Nama	Pre Test						
		BB	TB	IMT	Status Gizi	Kadar Hb	Anemia	
							Ya	Tidak
1	Aga Aind	37.0	152	16	gizi kurang			
2	Safira	50.7	155.2	21.125				
3	Iuky	53	155.3	21.98				
4	Awal	40.7	153	17.39				
5	Firma	37.5	149	16.88				
6	Aisa	44.9	157	18.25				
7	ella sel	43.9	154	18.52				
8	Dina	61.5	154	25.99				

Pre-Post

9	Lina	40,8	149	18,37				
10	Putri	53,8	164	20,07				
11	Ayu	84,6	161	32,66				
12	Anju	55,7	160	21,75				
13	Siska	49	159	19,44				
14	Nabil	38,3	154,5	16,09				
15	Alfina	48,9	153,5	20,80				
16	Devi	40	154,5	16,806				
17	Aza	46,3	148	21,14				
18	Zakra	38	153	16,23				
19	Sandra	63,6	153,7	26,94				
20	Novi Anggun	42,6	154	17,97				
21	Saifa	65,8	156,7	26,85				
22	Mutiara	37	149	16,66				

23	Livia	56,2	154,5	23,61				
24	Ela Amalia	41,2	145	19,61				
25	Anggita	37,3	142,5	18,37				
26	Nazwa	40,8	147,8	18,71				
27	Lurina	64,1	151,6	27,99				
28	Ayu	34	147,6	15,60				
29	Amei	44,6	151,2	19,56				
30	Frista	38,4	157,1	15,60				
31	Anggun	45,5	145,2	21,66				
32	Anisa	48,1	152	18,55				
33	Zaima	45,3	154,5	19,03				
34	Uria	56	144	27,05				
35	Iajkwi	67,2	142	33,43				
36	lima	48,7	156,8	19,95				

37	Sinta	55	156	22,63			
38	Nova	35,7	143,5	16,00			
39	Mila	41,3	158,3	16,13			
40	Eisa	53	158	21,28			
41	Ledian	78,3	159	29,08			
42	Mega	80	153,2	38,03			
43	Era H	54,9	155,7	22,68			
44	Selo	41,1	151,6	17,94			
45	Indah	66,1	161,9	25,22			
46	Carissa	44,8	147,3	20,74			
47	Mista	68,1	158,5	27,10			
48	Rafia	41,5	155,9	17,07			
49	Ameri	51,5	153,3	21,91			
50	Mia	43,2	146,5	20,18			

51	Rika	57	147.5	26.26				
52								
53								
54								
55								
56								
57								
58								
59								
60								

**LEMBAR OBSERVASI  
KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)**

Nama Kegiatan PKM :

Hari, Tanggal :

Waktu :

Tempat :

No	Nama	Post Test					Anemia	
		BB	TB	IMT	Status Gizi	Kadar Hb	Ya	Ti
1	Alsa					12.5		
2	Alpina					9.5	✓	
3	Muhara					9.7	✓	
4	Nofo					13.5		
5	Cantika					12.9		
6	Maya					4.4		
7	Shela					8.8	✓	
8	Indah					11.4	✓	

9	EVA .S					12,0		
10	Una					11,8	✓	
11	Devi					13,2		
12	Nabil					15,1		
13	Sandra					12,2		
14	Anggun					13,8		
15	Safa					14,9		
16	Sisca					11,4	✓	
17	Nazwa					13,7		
18	Lupina					10,2	✓	
19	Amel					14,4		
20	Amer-A.					13,5		
21	Zahra					14,1		
22	Rika					12,7		

23	Lviya					16,7		
24	Anggita					15.0		
25	Ayu					12,9		
26	Nur Azzah					12,5		
27	Anju					12,8		
28	Zaima					12,7		
29	fristania					12,7		
30	Sovira anggun					13,2		
31	Anisa					16,2		
32	Amelia shofia					13,5		
33	ulya					16,9		
34	izzah					16,7		
35	ilma					11,4		
36	Sinta					12,7		

37	nila					19,9		
38	wulam					17,1		
39	nadya					12,8		
40	Elisa					12,8		
41	nia Ramadhani					16,6		
42	Dyah ayn					15,7		
43	Awaliya					13,3		
44	Eva Nurul					13,2		
45	Lulky					13,3		
46	ainul					11,6		
47	Syapina					12,0		
48	nista					13,6		
49	Aza					11,5		
50	firma					19,4		

Home > User > Author > **Active Submissions**

## Active Submissions

**ACTIVE** ARCHIVE

ID	MM-DD SUBMIT	SEC	AUTHORS	TITLE	STATUS
409	12-30	ART	Mauliyah	JPM-CENTING ACTION AS AN EFFORT TO PREVENT STUNTING IN...	Awaiting assignment

1 - 1 of 1 Items

### Start a New Submission

[CLICK HERE](#) to go to step one of the five-step submission process.

# AKSI IPM-CENTING SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA REMAJA

Ihda Mauliyah<sup>1</sup>, Ratih Indah Kartikasari<sup>2</sup>, Elia Ika Rahmawati<sup>2</sup>

<sup>1-3</sup>Universitas Muhammadiyah Lamongan

Email: ihdamauliyah2@gmail.com

## ABSTRAK

Masalah gizi, terutama stunting pada balita memiliki dampak negatif yang akan berlangsung dalam kehidupan selanjutnya. Stunting dapat menyebabkan mortalitas, morbiditas dan disabilitas pada anak. Sedangkan dampak jangka panjang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan pada saat dewasa, perkembangan kemampuan kognitif, produktivitas ekonomi, penampilan reproduksi, penyakit metabolik dan kardiovaskuler. Seiring dengan peningkatan populasi remaja di Indonesia, masalah gizi remaja perlu mendapat perhatian khusus. Masalah gizi pada masa remaja dapat terjadi yaitu gizi kurang, gizi lebih dan obesitas. Selain itu, kasus anemia pada remaja putri masih sangat tinggi.

Penanganan masalah stunting ini tidak dapat dilakukan hanya dengan sektor kesehatan saja tetapi memerlukan kepedulian dari sektor di luar kesehatan. Ikatan Pelajar Muhammadiyah (IPM) merupakan aksentuator gerakan dakwah amar ma'ruf nahi mungkar di kalangan pelajar. Kedua, IPM sebagai lembaga kaderisasi Muhammadiyah yang dapat membawa misi Muhammadiyah. IPM mengajak agar gerakan bebas stunting adalah jihad bersama sebagai bentuk kepedulian akan generasi penerus bangsa. Peduli dan mencegah stunting sama dengan membangun generasi yang baik untuk pemimpin masa depan.

Kegiatan mulai dari tahap persiapan dengan melakukan koordinasi dengan tim pengabdian masyarakat dan mitra, tahap pelaksanaan dengan melakukan mengoptimalkan aksi IPM cegah stunting : 1) Edukasi Gizi Seimbang pada Remaja; 2) Deteksi Stunting pada Remaja 3) Pemeriksaan Hemoglobin; 4) Pembagian tablet Fe. Tahap monitoring dan evaluasi Tahap monitoring dan Evaluasi dilakukan dengan cara menilai hasil pre test dan post test kader IPM-Centing mengenai Pengetahuan Gizi Seimbang Remaja selanjutnya mengevaluasi pemahaman remaja mengenai Gizi Seimbang. Selain itu monitoring dan evaluasi juga dilakukan pada kemampuan kader IPM-Centing mengenai deteksi stunting pada remaja serta bagaimana hasil deteksi stunting, pemeriksaan Hb dan pembagian tablet Fe, serta dilakukan monitoring secara berkala. Selanjutnya semua kegiatan dievaluasi keberhasilannya. Ada peningkatan pengetahuan pada kader IPM-Centing setelah diberikan edukasi. Kadar Hb siswa sesudah pemberian Tablet Fe oleh kader IPM-Centing mengalami peningkatan. Diharapkan kegiatan ini bisa dilakukan berkelanjutan oleh Kader IPM-Centing.

**Kata Kunci : Aksi IPM-Centing, Stunting**

**ABSTRACT**

*Nutritional problems, especially stunting in toddlers, have negative impacts that will occur in later life. Stunting can cause mortality, morbidity and disability in children. Meanwhile, the long-term impact can cause growth disorders in adulthood, development of cognitive abilities, economic productivity, reproductive performance, metabolic and cardiovascular diseases. Along with the increasing adolescent population in Indonesia, adolescent nutritional problems need special attention. Nutritional problems during adolescence can occur, namely undernutrition, overnutrition and obesity. Apart from that, cases of anemia in young women are still very high.*

*Addressing the stunting problem cannot be done only by the health sector but requires concern from sectors outside of health. The Muhammadiyah Student Association (IPM) is the accentuator of the amar ma'ruf nahi unkar da'wah movement among students. Second, IPM is a Muhammadiyah cadre organization that can carry out the Muhammadiyah mission. IPM invites the stunting-free movement to become a collective jihad as a form of concern for the nation's future generations. Caring for and preventing stunting is the same as building a good generation of future leaders.*

*Activities start from the preparation stage by coordinating with the community service team and partners, the implementation stage by optimizing IPM actions to prevent stunting: 1) Education on Balanced Nutrition for Adolescents; 2) Detection of Stunting in Adolescents 3) Hemoglobin examination; 4) Distribution of Fe tablets. Monitoring and evaluation stage The monitoring and evaluation stage is carried out by assessing the results of the pre-test and post-test of IPM-Centing cadres regarding Knowledge of Balanced Nutrition for Teens, then publishing teenagers' understanding of Balanced Nutrition. Apart from that, monitoring and evaluation is also carried out on the capabilities of IPM-Centing cadres regarding the detection of stunting in teenagers as well as the results of stunting detection, Hb examination and distribution of Fe tablets, and regular monitoring is carried out. Next, all activities are evaluated for their success. There is an increase in knowledge among IPM-Centing cadres after being given education. Students' Hb levels after giving Fe Tablets by IPM-Centing cadres increased. It is hoped that this activity can be carried out sustainably by IPM-Centing Cadres.*

**Keywords: IPM-Centring Action, Stunting**

## LATAR BELAKANG

Remaja menurut WHO merupakan kelompok umur yang diklasifikasikan dalam rentang usia 10-19 tahun. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Fenomena pertumbuhan pada masa remaja menuntut kebutuhan nutrisi yang tinggi agar tercapai pertumbuhan secara maksimal karena nutrisi dan pertumbuhan merupakan hubungan integral, sehingga tidak terpenuhinya kebutuhan nutrisi pada masa ini dapat berakibat terlambatnya pematangan seksual dan hambatan pertumbuhan linear (1). Kekurangan gizi pada awal kehidupan berpengaruh terjadinya obesitas di usia remaja. Penelitian lain juga menyebutkan terjadinya status gizi kurang secara kronis dan mengalami stunted dapat berhubungan dengan terjadinya remaja gemuk. Berdasarkan hipotesa Barker, gangguan pertumbuhan juga mencerminkan berkurangnya jumlah dan kualitas sel serta jaringan organ internal anak, diantaranya berupa gangguan sistem endokrin. Gangguan sistem endokrin tersebut mempengaruhi proses oksidasi lemak sehingga berakibat pada penumpukan jaringan adipose.

Prevalensi stunting di Indonesia menurun dari 30,8 persen pada tahun 2018 menjadi 24,8% pada tahun 2021, namun angka tersebut belum mencapai target nasional yakni sebesar 14 persen pada tahun 2024. Artinya, masih ada tugas untuk menurunkan prevalensi sebesar 10,4 persen dalam 2,5 tahun ke depan. Masalah gizi, terutama stunting pada balita memiliki dampak negatif yang akan berlangsung dalam kehidupan selanjutnya. Dampak jangka pendek dari stunting dapat menyebabkan mortalitas, morbiditas dan disabilitas pada anak. Sedangkan dampak jangka panjang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan pada saat dewasa, perkembangan kemampuan kognitif, produktivitas ekonomi, penampilan reproduksi, penyakit metabolik dan kardiovaskuler (2). Seiring dengan peningkatan populasi remaja di Indonesia, masalah gizi remaja perlu mendapat perhatian khusus. Masalah gizi pada masa remaja dapat terjadi yaitu gizi kurang, gizi lebih dan obesitas (3). Data Riskesdas 2018 menunjukkan 25,7% remaja usia 13–15 tahun mengalami stunting dan 26,9% remaja stunting berusia 16–18 tahun. Selain itu, kasus anemia pada remaja putri masih sangat tinggi. Hasil penelitian (4) menunjukkan bahwa perilaku mengkonsumsi makanan beraneka ragam yang mengkonsumsi hewani, sayur, dan buah lebih dari 5 hari dalam seminggu masih rendah yaitu 17,5% dari rata-rata provinsi. Mengkonsumsi makanan yang beraneka ragam akan menjamin terpenuhinya kecukupan sumber zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur. Sebuah penelitian dalam *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2012 yang berjudul *Differences in Lifestyle Behavior, Dietary Habits and Familial Factor Among Normal-Weight, Overweight and Obese Chinese Children and Adolescent* menunjukkan terjadi perubahan gaya hidup pada remaja saat ini. Perubahan gaya hidup seperti perubahantingkat aktivitas fisik, dan konsumsi makanan yang dulunya remaja mengkonsumsi makanan tradisional atau dikenal dengan “*Traditional Lifestyle*” kaya akan sayurandan buah – buah beralih

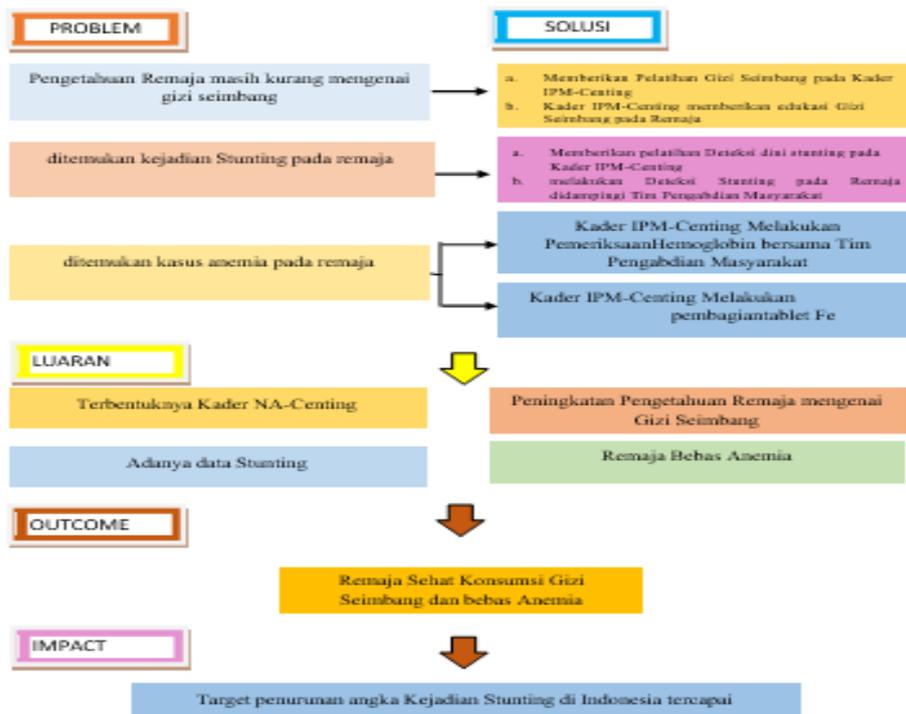
pada kebiasaan remaja mengkonsumsi makanan tinggi lemak rendah serat dan mengikuti diet "Western". Perubahan pola konsumsi makanan dan tingkat aktivitas fisik yang rendah dipengaruhi oleh perubahan ekonomi, urbanisasi, globalisasi dan perubahan teknologi dan informasi.

Menurut penelitian dengan judul "Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan" menunjukkan bahwa total pengaruh langsung dan tidak langsung yang paling dominan terhadap kejadian stunting adalah pengetahuan gizi ibu sebesar 0,31 atau sebesar 9,61%. Faktor pengetahuan dapat menjadi salah satu pendekatan yang dapat dilakukan untuk mendukung pencegahan stunting (5, 6). Faktor asupan gizi menunjukkan bahwa 32% remaja putri di Indonesia pada tahun 2017 berisiko kekurangan energi kronik (KEK). Sekitar 15 provinsi memiliki persentase di atas rata-rata nasional. Jika gizi remaja putri tidak diperbaiki, maka di masa yang akan datang akan semakin banyak calon ibu hamil yang memiliki postur tubuh pendek dan/atau kekurangan energi kronik. Hal ini akan berdampak pada meningkatnya prevalensi stunting di Indonesia (7).

Penanganan masalah stunting ini tidak dapat dilakukan hanya dengan sektor kesehatan saja tetapi memerlukan kepedulian dari sektor di luar kesehatan. Ikatan Pelajar Muhammadiyah merupakan organisasi otonom Muhammadiyah, gerakan pelajar Islam yang bergerak di bidang kemasyarakatan dan keagamaan, Ikatan Pelajar Muhammadiyah mengajak agar gerakan bebas stunting adalah jihad bersama sebagai bentuk kepedulian akan generasi penerus bangsa. Peduli dan mencegah stunting sama dengan membangun generasi yang baik untuk pemimpin masa depan. Kabupaten Lamongan, tahun 2020 masih terdapat 31 desa lokus. Sebagai upaya lanjutan percepatan penurunan stunting, yang menjadi sasaran bukan hanya pada keluarga dengan gizi buruk saja, remaja juga sebagai ujung tombak percepatan penurunan stunting karena merupakan mata rantai perputaran kehidupan sepanjang daur kehidupan wanita, remaja memegang andil penting. Kegiatan dengan sasaran remaja dalam penurunan stunting di Kabupaten Lamongan masih sangat minim, hal ini disampaikan oleh Tim percepatan penurunan Stunting Majelis Kesehatan Pimpinan Daerah Aisyiyah Kabupaten Lamongan dalam Forum *Focus Grup Discussion* penurunan stunting pada tanggal 11 Agustus 2022. Sebagai upaya percepatan penurunan stunting kegiatan bukan hanya pada daerah saja namun berkembang terutama untuk cabang/ranting otonom Muhammadiyah serta amal usaha Muhammadiyah. Desa Kebalan Kulon Kecamatan Sekaran pada tahun 2020, terdapat 2 kasus balita stunting, tahun 2021 turun menjadi 1 kasus. Ibu hamil yang mengalami Kurang Energi Kronis (KEK) per-Juli 2021 ditemukan 3 kasus dan bayi/balita yang mengalami BB turun/tetap sebanyak 6 kasus, 2 remaja dengan Gizi kurang dan 3 remaja dengan anemia (PWS KIA Puskesmas Sekaran, 2021). Dengan ditemukannya kasus tersebut maka harus dilakukan intervensi untuk mencegahnya. Untuk itu tim pengabdian masyarakat bersama dengan IPM Sekaran Lamongan sebagai mitra untuk melakukan kegiatan "Aksi IPM-Centing sebagai upaya Jihad Bebas Stunting."

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada Ikatan Pelajar Muhammadiyah Sekaran Lamongan. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan beberapa bentuk dan tahapan kegiatan diantaranya Tahap persiapan ini dilaksanakan dengan melakukan koordinasi dengan tim pengabdian masyarakat dan mahasiswa dengan memberikan arahan rencana dan strategi kegiatan pengabdian masyarakat mengenai persiapan materi, media, tempat, alat yang digunakan. Selanjutnya tim pengabdian masyarakat melakukan koordinasi dengan mitra mengenai pengurusan ijin, jadwal kegiatan, teknis pelaksanaan, dan pendataan serta nomor kontak seluruh remaja. Selanjutnya tahap pelaksanaan Kader IPM-Centing memperoleh Edukasi masalah Stunting, pelatihan deteksi dini stunting dan melakukan deteksi dini stunting. Tahap monitoring dan evaluasi dilakukan dengan cara menilai hasil pre test dan post test kader IPM-Centing mengenai pengetahuan gizi seimbang remaja selanjutnya mengevaluasi pemahaman remaja mengenai gizi seimbang. Selain itu monitoring dan evaluasi juga dilakukan pada kemampuan kader IPM-Centing mengenai deteksi stunting pada remaja serta bagaimana hasil deteksi stunting, pemeriksaan Hb dan pembagian Fe dilakukan monitoring secara berkala. Selanjutnya semua kegiatan dievaluasi keberhasilannya.



Gambar 2 Diagram Alir Tahapan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Koordinasi dengan anggota tim dilakukan bersama tim pengabdian masyarakat dan mahasiswa untuk membuat rencana kegiatan. Setelah membuat rencana kegiatan Ketua tim Pengabdian Masyarakat membagi tugas kegiatan yang menjadi tugas Ketua dan anggota. Hal ini dimaksudkan agar terjadi kerjasama dan pembagian tugas yang jelas antara ketua dan anggota sehingga kegiatan dapat terlaksana sesuai jadwal. Kegiatan Pelatihan Edukasi Stunting pada kader IPM-Centing dilaksanakan pada minggu ke-4 bulan Agustus yaitu pada tanggal 23 Agustus 2023 sesuai dengan timeschedule pelaksanaan kegiatan, adapun materi yang disampaikan adalah mengenai 3 pokok bahasan 1) Stunting pada Remaja; 2) Gizi pada Remaja; 3) Anemia pada Remaja. Kegiatan ini diawali dengan pre test dan diakhiri dengan post test. Kegiatan selanjutnya dilaksanakan pada tanggal 30 Agustus 2023 yaitu pemberian pelatihan kepada kader IPM-Centing bagaimana melakukan Deteksi Stunting dilihat dari status gizi dengan mengukur Tinggi Badan dan Berat Badan serta melakukan perhitungan Indeks masa Tubuh (IMT), dilanjutkan dengan memberikan pelatihan mengenai bagaimana melakukan pemeriksaan Hb dengan stick GC-Hb. Agenda terakhir pada tanggal 01 September 2023 yaitu Kader IPM-Centing melakukan Deteksi Stunting pada Remaja, pemeriksaan kadar Hb, didampingi Tim Pengabdian Masyarakat.



Gambar 1. Kegiatan Pelatihan Kader IPM-Centing dalam Pencegahan Stunting pada remaja

Hasil dari pretest dan post test edukasi mengenai stunting dapat dilihat pada table 1 berikut :

Tabel 1 Hasil Pre Test dan Post Test edukasi mengenai Stunting

Variabel	Nilai rata-rata	Nilai min-Max	Peningkatan (Point)
Pre-Test	34,5	30-65	
Post Test	75,5	70-95	41

Dari Tabel 1 terlihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan Kader IPM-Centing sebesar 41 point. Pada angka minimum dan maksimum juga mengalami peningkatan, sebelum dilakukan edukasi hasil pretest menunjukkan nilai 30 pada nilai terendah dan 65 pada nilai tertinggi, sedangkan pada nilai sesudah dilakukan edukasi mengalami peningkatan yaitu nilai 70 pada nilai terendah dan nilai 95 pada nilai tertinggi.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Kegiatan Program Kemitraan Masyarakat dengan Tema Aksi IPM Centing sebagai Upaya pencegahan Stunting, dengan membentuk kader stunting di sekolah melalui Ikatan Pelajar Muhammadiyah (IPM) sebagai upaya dini pencegahan stunting pada remaja. Kegiatan yang dilaksanakan diantaranya pelatihan edukasi stunting, gizi remaja, dan anemia dilanjutkan dengan pelatihan pengukuran IMT dan pemeriksaan Hemoglobin. Kegiatan terakhir yaitu melakukan kegiatan deteksi stunting dengan pengukuran IMT, pemeriksaan Hb, dan pembagian tablet Fe. Kegiatan ini berjalan dengan baik dan mendapatkan support dari IPM dan pihak puskesmas setempat melalui bidan desa.

### **Saran**

Aksi IPM centing sebagai upaya mencegah stunting ini merupakan upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting pada remaja yang merupakan bagian dari circle kejadian stunting. Diharapkan kegiatan ini bisa ada keberlanjutan dari kader IPM yang sudah dibentuk dan mendapat support penuh dari sekolah dan Puskesmas setempat.

### **UCAPAN TERIMAKASIH (Bila Ada)**

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Lamongan yang telah memberikan dana hibah Internal dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat ini, ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada Ikatan Pelajar Muhammadiyah Sekaran Lamongan yang bersedia menjadi mitra dalam kegiatan pengabdian Masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ikatan Dokter Anak Indonesia (2013). *Nutrisi pada Remaja* <https://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/nutrisi-pada-remaja> : Diakses pada 12 Agustus 2022
- [2] United Nations Children's Fund Indonesia (2017) 'SDG Baseline Report on Children in Indonesia' [Laporan Garis Dasar SDGS Tentang Anak di Indonesia], UNICEF Indonesia, Jakarta, 2017. <https://www.unicef.org/indonesia/media/3131/file/SDG-Baseline-Report-2017.pdf>
- [3] Irdiana, Whenny, and Triska Susila Nindya. (2017) "Hubungan kebiasaan sarapan dan asupan zat gizi dengan status gizi siswi SMAN 3 Surabaya." *Amerta Nutrition* 1.3 227-235.
- [4] Aditianti, Prihatin S., & Hermina. (2016). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Individu tentang Makanan Beraneka Ragam sebagai Salah Satu Indikator Keluarga Sadar Gizi (KADARZI). Jakarta: Buletin Penelitian Kesehatan, Vol 44 , Hal: 117
- [5] Febrianti, Dinda, et al. (2022)"GO RANTING: Ayo Berantas Stunting." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas* 1.3 90-95.
- [6] Atasasih, Hesti. (2022)"Sosialisasi "Isi Piringku" Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting." *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 6.1: 116-121.
- [7] Islam, M.M, et.al. (2018) Risk Factors of stunting among children living in an urban slum of Bangladesh : Findings of a Prospective cohort study, *BMC Public Health* 18 (1):pp 1-13. Doi 10.1186/s12889-018-5101-x



# REMAJA CENTING

*Cegah Stunting!*

Ihda Mauliyah, SST.,M.Kes  
Ratih Indah Kartikasari, S.ST.,M.Kes  
Elia Ika Rahmawati, S.ST.,M.Keb  
Aviza Lailatussyafa'ah  
Indah Nurfaizah  
Pujangga Brilian Aurora Qolbi

Desember, 2023

# \* Kata Pengantar \*

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan nikmat serta hidayah-Nya terutama nikmat kesempatan dan kesehatan sehingga saya dapat menyelesaikan booklet. Kemudian shalawat beserta salam kami sampaikan kepada Nabi besar kita Muhammad SAW.

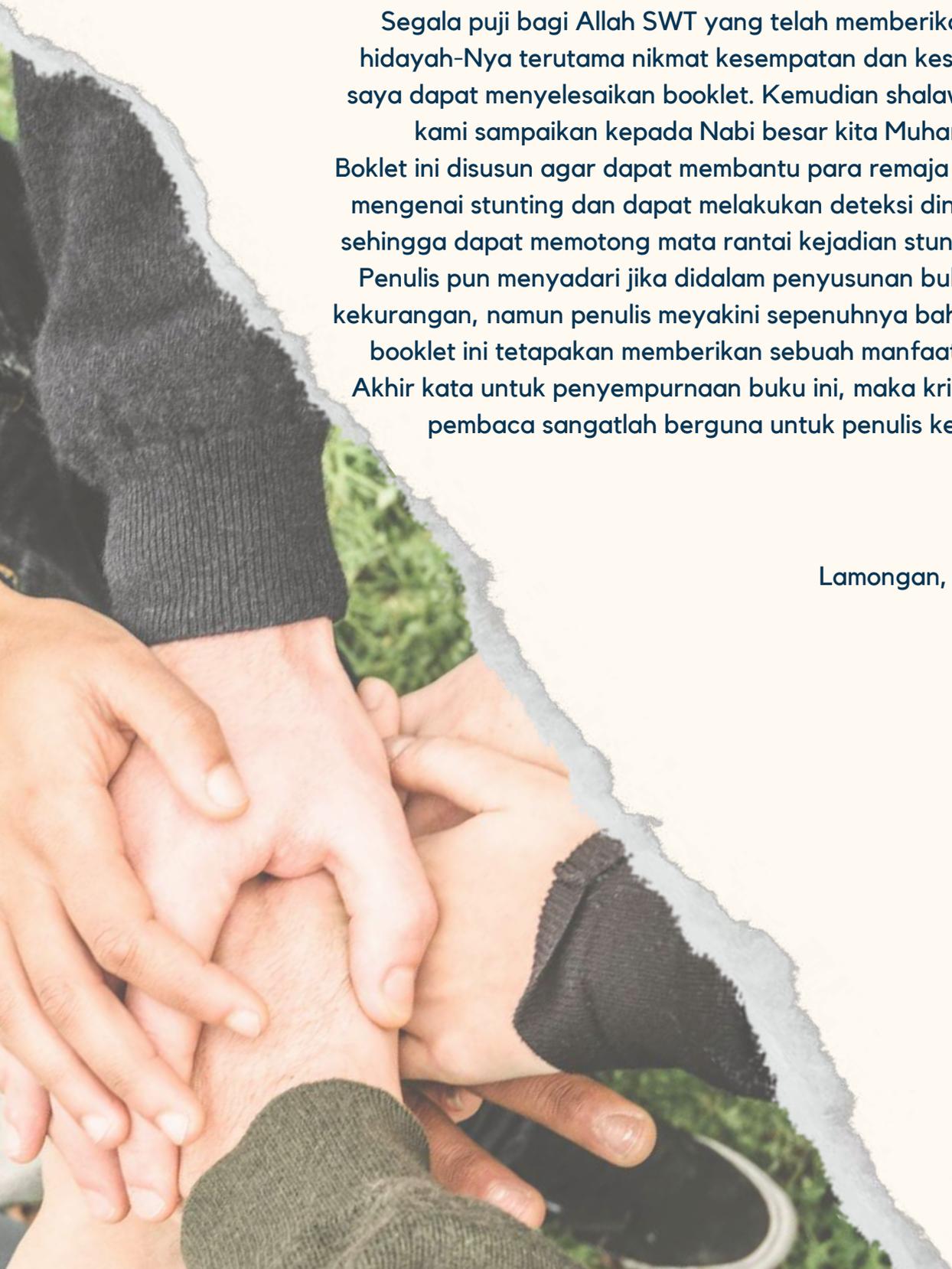
Boklet ini disusun agar dapat membantu para remaja dalam mempelajari mengenai stunting dan dapat melakukan deteksi dini adanya stunting sehingga dapat memotong mata rantai kejadian stunting di Indonesia. .

Penulis pun menyadari jika didalam penyusunan buku ini mempunyai kekurangan, namun penulis meyakini sepenuhnya bahwa sekecil apapun booklet ini tetapakan memberikan sebuah manfaat bagi pembaca.

Akhir kata untuk penyempurnaan buku ini, maka kritik dan saran dari pembaca sangatlah berguna untuk penulis kedepannya.

Lamongan, 29 Desember 2023

Penulis



# PENULIS



Ihda Mauliyah, SST., M.Kes  
Dosen Universitas Muhammadiyah  
Lamongan



Ratih Indah Kartikasari, S.ST., M.Kes  
Dosen Universitas Muhammadiyah  
Lamongan



Elia Ika Rahmawati, S.ST., M.Keb  
Dosen Universitas Muhammadiyah  
Lamongan

# DESAIN GRAFIS



Aviza Lailatussyafa'ah  
Mahasiswa Universitas  
Muhammadiyah Lamongan



Indah Nurfaizah  
Mahasiswa Universitas  
Muhammadiyah Lamongan



Pujangga Brilian Aurora Qolbi  
Mahasiswa Universitas  
Muhammadiyah Lamongan

# TABLE OF CONTENTS

01	Halaman Sampul.....	i
02	Kata Pengantar.....	ii
03	Penulis dan Desain Grafis.....	iii
04	Table of Contents.....	iv
05	Stunting.....	1
06	Edukasi Gizi Seimbang Pada Remaja.....	10
07	Anemia Pada Remaja Putri... ..	23
08	Penutup.....	36



# Stunting

## **Apa itu stunting ?**

Stunting merupakan kondisi dimana pertumbuhan anak terganggu, ditandai dengan tubuh pendek yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis



01

# \* Apa Penyebabnya ? \*

01

Kurangnya asupan gizi anak pada 1000 HPK

02

Gizi ibu dan praktik pemberian makanan yang buruk (Kurang pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi).

03

Masih terbatasnya layanan (ANC, PNC)

04

Masih kurangnya akses pada makanan bergizi

05

Kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi

# \*Ciri - ciri Stunting\*



01

Pertumbuhan melambat



02

Pertumbuhan gigi terhambat



03

Berat badan balita tidak naik, bahkan cenderung mengalami penurunan



04

Anak mudah terserang penyakit infeksi



05

Performa buruk pada kemampuan focus dan memori belajarnya

**\* Jika tinggi badan menurut usianya  
dibawah  $\lt -2$  SD dari median  
standar pertumbuhan anak \***

**Standar Panjang Badan menurut Umur (PB/U)  
Anak Laki-laki Umur 0-24 Bulan**

Umur (Bulan)	Panjang Badan (cm)						
	-3 SD	-2 SD	-1 SD	Median	1 SD	2 SD	3 SD
0	44.2	46.1	48.0	49.9	51.8	53.7	55.6
1	48.9	50.8	52.8	54.7	56.7	58.6	60.6
2	52.4	54.4	56.4	58.4	60.4	62.4	64.4
3	55.3	57.3	59.4	61.4	63.5	65.5	67.6
4	57.6	59.7	61.8	63.9	66.0	68.0	70.1
5	59.6	61.7	63.8	65.9	68.0	70.1	72.2
6	61.2	63.3	65.5	67.6	69.8	71.9	74.0
7	62.7	64.8	67.0	69.2	71.3	73.5	75.7
8	64.0	66.2	68.4	70.6	72.8	75.0	77.2
9	65.2	67.5	69.7	72.0	74.2	76.5	78.7
10	66.4	68.7	71.0	73.3	75.6	77.9	80.1
11	67.6	69.9	72.2	74.5	76.9	79.2	81.5
12	68.6	71.0	73.4	75.7	78.1	80.5	82.9



# \* Dampak Stunting \*



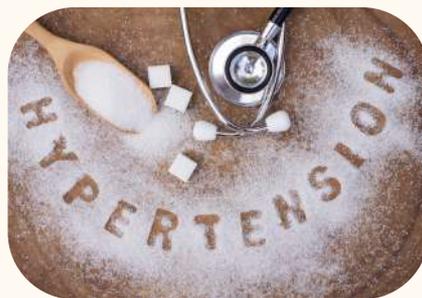
01

Tinggi badan di bawah rata-rata mengganggu metabolisme, pertumbuhan dan masa otot



02

Tingkat Kecerdasan anak dengan menurunnya daya serap yang berimbas pada produktivitasnya saat beranjak dewasa



03

Beresiko terkena penyakit degenerative seperti jantung dan hipertensi

# SIKLUS STUNTING



# Mengapa remaja masuk dalam siklus stunting?

## STUNTING SEBUAH SIKLUS!

sunday!

Hasil Riset Global School Health Survey 2015 mengungkap pola makan buruk pada remaja yang merupakan awal sebuah siklus stunting. Hindari yang dibawah ini!

75,2% Remaja sering mengonsumsi makanan tidak sehat dan gurih atau berpenyedap rasa



62,2% Remaja tidak selalu melakukan sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah



93,6% Remaja kurang mengonsumsi serat dari sayur dan buah sehingga kekurangan sumber zat besi



Asupan makanan tidak tepat menyebabkan anemia (kekurangan sel darah merah dalam tubuh) dan tubuh yang terlihat kurus

Ditambah kebiasaan kebiasaan seperti di samping ini :



### Malas Berjemur

Berjemur penting saat pandemi covid, selain itu dapat mencegah stunting karena masuknya vitamin D untuk kesehatan tulang dan penyerapan kalsium



### Diet Berkualitas Rendah

Remaja putri cenderung ingin menjaga bentuk badan, sehingga membatasi konsumsi makanan yang menyebabkan kurangnya asupan zat gizi di dalam tubuhnya

# \* Bagaimana mencegah stunting ? \*

## Peningkatan Kualitas Gizi Remaja Perempuan

Penerapan pola hidup bersih & sehat



Pencegahan Penyakit menular



Olahraga teratur



Pencegahan HIV dan AIDS

Tidak merokok dan minum alkohol



Memastikan remaja (khususnya Perempuan) mendapatkan vaksinasi wajib



Pencegahan Anemia pada remaja dengan makanan seimbang dan minum tablet tambah darah



Geser



[Sumber: Marche et al, 2018; WHO 2018]

# \* Bagaimana mencegah stunting ? \*



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA



GERMAS  
Gerakan Masyarakat  
Hidup Sehat

## Tips Aktivitas Fisik untuk Anak & Remaja Usia 5 s/d 17 tahun



Image by Freepik

Lakukan aktivitas  $\pm$  60 menit dengan intensitas sedang hingga cukup berat setiap hari

Beraktivitas > 60 menit memberikan manfaat tambahan bagi kesehatan

Lakukan latihan penguatan tulang & otot setidaknya 3 kali dalam seminggu



[www.p2ptm.kemkes.go.id](http://www.p2ptm.kemkes.go.id)



@p2ptmkemenkesRI



@p2ptmkemenkesRI



@p2ptmkemenkesRI

# Edukasi Gizi Seimbang Pada Remaja

## Mengapa penting ???

Remaja yang berstatus gizi baik menjadi aset dan investasi SDM bangsa, salah satu upaya pencegahan stunting dan penurunan angka kematian ibu dan anak.



02



# Latar Belakang



**Remaja** menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 adalah penduduk dalam rentang usia 10 – 18 tahun.

Saat seseorang memasuki masa remaja, anak akan mengalami masa **pubertas**. Pada fase tersebut, remaja akan mengalami pertumbuhan fisik yang disertai oleh perkembangan mental, kognitif, dan psikis. **Tidak terpenuhinya gizi pada masa ini dapat menyebabkan gangguan dan hambatan dalam pertumbuhan remaja.**



## Masalah asupan gizi pada remaja



### MASALAH ASUPAN GIZI PADA REMAJA

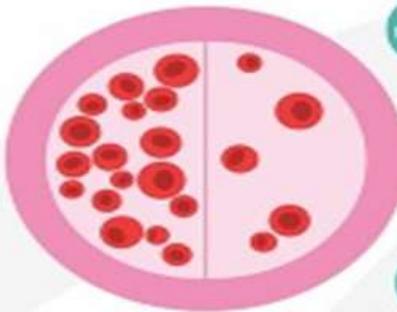


Gangguan Makan

Obesitas



Anemia



Gangguan Energi Kronis



# Masalah Asupan Gizi Pada Remaja

## Gangguan Makan

•Gangguan makan pada remaja biasanya terjadi karena obsesi untuk menguruskan badan. Ciri-ciri seseorang dengan gangguan makan ini adalah sangat mengontrol asupan makanannya, kehilangan berat badan secara drastis, dan tidak mengalami menstruasi karena gangguan hormonal.

## Obesitas

•Hal ini terjadi karena asupan gizimelebihi kebutuhan tubuhnya sehingga mengakibatkan obesitas. Hal yang dapat dilakukan untuk menurunkan dan menjaga berat badan adalah dengan aktif berolah raga dan menjaga pola makan secara teratur.

## Kurang Energi Kronik

•Pada umumnya terjadi karena makan terlalu sedikit dan tidak sesuai kebutuhan tubuh atau dibawah kebutuhan gizi hariannya.

## Anemia

•Anemia kekurangan zat besi banyak dijumpai terutama pada remaja perempuan. Agar hal ini tidak terjadi maka diperlukan asupan makanan berasal dari bahan makanan yang berkualitas tinggi, seperti daging, hati, ayam, dan juga yang tinggi vitamin C untuk membantu penyerapan zat besi.



# Gizi Seimbang



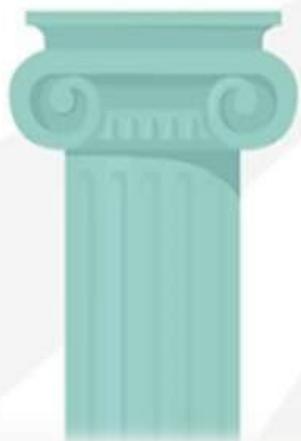
**Gizi Seimbang menurut Kemenkes RI 2014** merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan **kebutuhan tubuh**, dengan memperhatikan prinsip **keanekaragaman** pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memantau BB secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi & mempertahankan sistem imun dalam tubuh.

## \* 4 pilar gizi seimbang \*

### 4 PILAR GIZI SEIMBANG

1

Mengonsumsi makanan yang beraneka ragam.



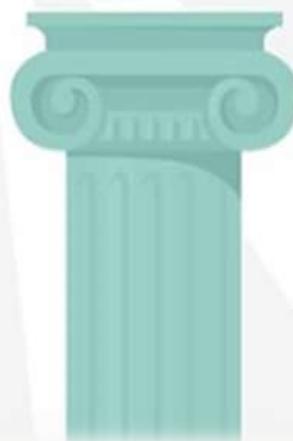
2

Menerapkan pola hidup bersih dan sehat.



3

Menjaga berat badan ideal.



4

Membiasakan aktif berolahraga.



## 4 Pilar Gizi Seimbang

Mengonsumsi makanan dengan beraneka ragam

Mengonsumsi menu makanan seimbang tidak hanya satu jenis, karena semakin beragam jenis makanan yang kita konsumsi semakin kebutuhan asupan gizi kita.

Menerapkan pola hidup bersih dan sehat

Perilaku hidup bersih sangat penting untuk menjauhkan diri dari penyakit, seperti infeksi kuman, bakteri, atau virus. Jika sistem imunitas tubuh Anda lemah, maka radikal bebas atau penyakit akan lebih mudah muncul.

Melakukan aktivitas fisik

Asupan gizi yang berlebihan harus diimbangi dengan aktivitas fisik agar tidak meningkatkan risiko obesitas, penyakit jantung, serta penyakit serius lainnya.

Menjaga berat badan ideal

Berat badan harus tetap dipantau agar tidak mengalami underweight atau bahkan obesitas yang dapat menimbulkan berbagai macam penyakit.

# \* Konsep Isi Piringku \*



Pemerintah Indonesia sendiri memiliki program gizi yang diberinama "Isi Piringku" , program ini menggantikan konsep makanan empat sehat lima sempurna yang selama ini sudah diketahui di kalangan masyarakat. Isi piringku memiliki tujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terkait gizi seimbang.



# Isi Piringku



MAKANAN POKOK

SAYUR-SAYURAN

LAUK-PAUK

LAUK PAUK



**MAKAN SERAT = BUAH-BUAHAN**

1/6 dari isi piring



**MAKAN PROTEIN = LAUK PAUK**

1/6 dari isi piring



**MAKAN KARBOHIDRAT = MAKANAN POKOK**

1/3 dari isi piring



**MAKAN SERAT = SAYUR-SAYURAN**

1/3 dari isi piring





# Isi Piringku



"Isi Piringku" adalah satu porsi ideal yang harus kita konsumsi untuk memenuhi kecukupan gizi kita dalam satu waktu. Porsi seimbang "Isi Piringku" dalam **satu piring** terdiri dari :

1.  $\frac{1}{6}$  piring makan berupa **buah** berbagai jenis dan warna.
2.  $\frac{1}{6}$  piring berupa **lauk pauk** protein baik hewani maupun nabati.
3.  $\frac{1}{3}$  piring berupa **makanan pokok** yang terdiri dari karbohidrat kompleks (biji-bijian/beras), artinya membatasi karbohidrat sederhana (gula, tepung-tepungan dan produk turunan dari tepung).
4.  $\frac{1}{3}$  piring makan berupa berbagai jenis **sayur-sayuran**.



Remaja membutuhkan zat gizi makro seperti karbohidrat, lemak, dan protein maupun zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral yang tertuang dalam "Isi Piringku" dalam memenuhi kebutuhan energi untuk melakukan aktivitas fisik sehari-hari.

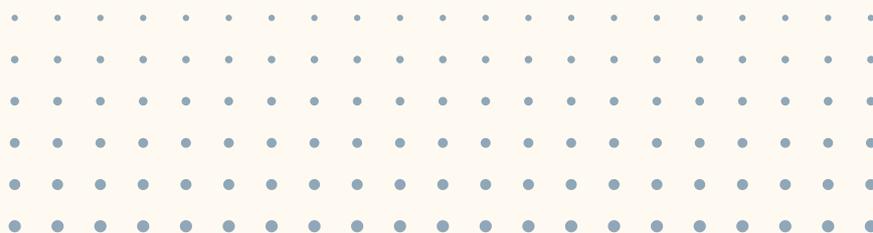
**Remaja perempuan yang nantinya menjadi calon ibu di masa depan diupayakan agar dapat melahirkan generasi emas bebas stunting**



## *Isi Piringku*



**Oleh sebab itu, harus dipersiapkan sedini mungkin dan semaksimal mungkin untuk melahirkan generasi yang sehat dan berprestasi dengan memperhatikan asupan gizi sekarang dan nanti.**



# \* Indeks Massa Tubuh \*



Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah metode yang mudah dan sederhana untuk menilai status gizi pada seorang individu, namun tidak dapat mengukur lemak tubuh secara langsung. Pengukuran dan penilaian menggunakan IMT berhubungan dengan kekurangan dan kelebihan status gizi.

## RUMUS IMT :

$$BB(kg)/TB^2(M)$$

keterangan :

BB = Berat badan (dalam kg)

TB = Tinggi badan (m)

## Interpretasi IMT

### CONTOH SOAL

Seorang remaja perempuan memiliki TB 155 cm dan BB 45 kg. Berapakah IMT remaja tersebut ?

### JAWABAN SOAL

IMT :  $BB/TB^2 \rightarrow 45/(1,55 \times 1,55) \rightarrow 45/2,4025$   
Hasilnya : **18,73**

### INTERPRETASI IMT

IMT	Status Gizi
< 18,5	Underweight
18,5 - 24,99	Normal range
25 - 29,99	Overweight
30 - 34,99	Obese class 1
35 - 39,99	Obese class 2
> 40	Obese class 3

# *Anemia Pada Remaja Putri*

## **Angka Kejadian Anemia**

**WHO dalam world health statistics tahun 2021:**

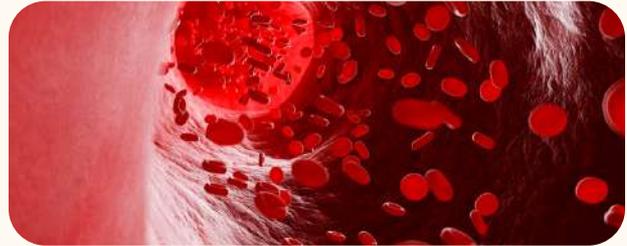
prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di dunia tahun 2019 berkisar sebanyak 29.9 %.

**Hasil Riskedas tahun 2018:**

Prevalensi anemia pada remaja putri berkisar sebesar 27.2 % pada kelompok usia 15-24 tahun.

**03**

# \* Apa Sih Anemia Itu? \*



## Anemia adalah.....

Keadaan dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin yang berfungsi untuk mengangkut oksigen berada dibawah nilai ambang batas normal.

*Apa anemia itu sama dengan darah rendah?*

**Anemia TIDAK SAMA DENGAN Tekanan Darah Rendah**

### *Klasifikasi Anemia menurut Kelompok Umur*

Populasi	Non Anemia (g/dL)	Anemia (g/dL)		
		Ringan	Sedang	Berat
Anak 6 – 59 bulan	11	10.0 – 10.9	7.0 – 9.9	< 7.0
Anak 5 – 11 tahun	11.5	11.0 – 11.4	8.0 – 10.9	< 8.0
Anak 12 – 14 tahun	12	11.0 – 11.9	8.0 – 10.9	< 8.0
Perempuan tidak hamil (≥ 15 tahun)	12	11.0 – 11.9	8.0 – 10.9	< 8.0
Ibu hamil	11	10.0 – 10.9	7.0 – 9.9	< 7.0
Laki-laki ≥ 15 tahun	13	11.0 – 12.9	8.0 – 10.9	< 8.0

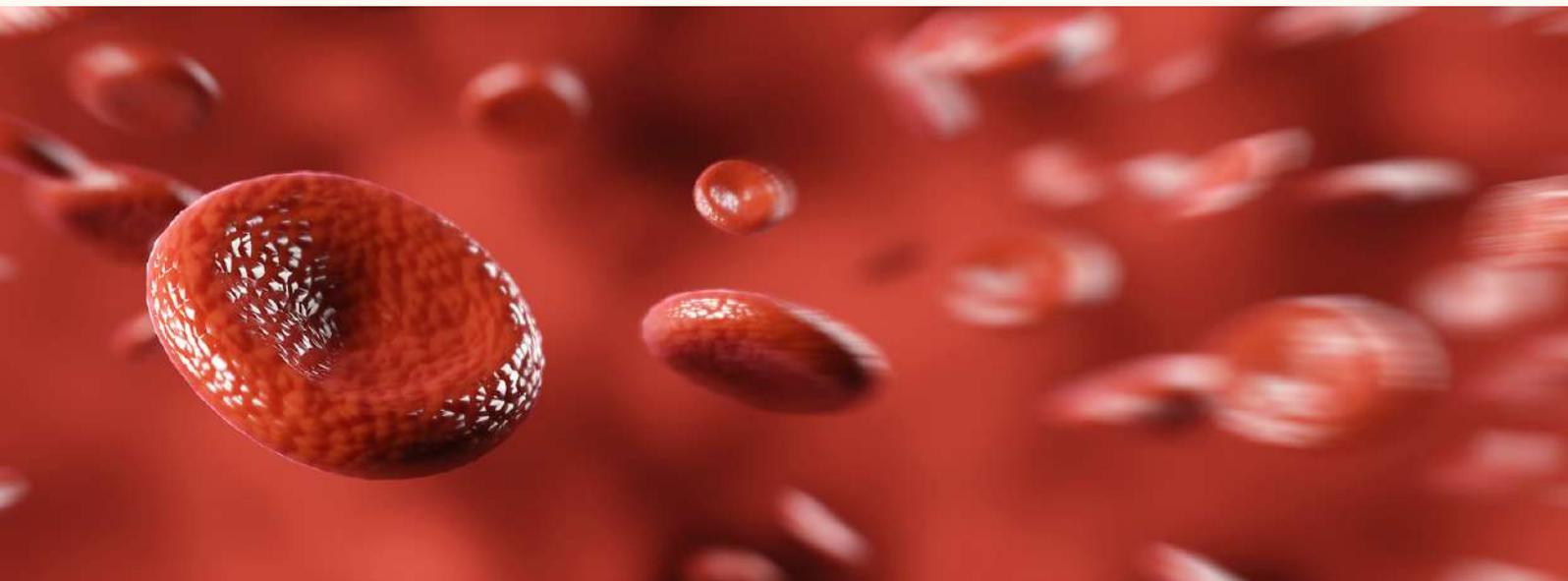
Sumber : WHO, 2011



# Hemoglobin



- Komponen sel darah merah/ eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan mengantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh
- Tersusun dari protein globin, protofirin, dan zat besi



**Jika jumlah atau bentuk hemoglobin mengalami kelainan, sel darah merah tidak dapat berfungsi dengan baik dalam mengangkut oksigen dan karbondioksida.**

# \* Klasifikasi Anemia \*

## Anemia hemoragik

Terjadi karena adanya perdarahan akut yang hebat

## Anemia karena gangguan pembentukan eritrosit

- Anemia defisiensi besi
- Anemia defisiensi vitamin B12
- Anemia defisiensi asam folat

## Anemia makrositik

Ukuran sel darah merah lebih besar dari normal (anemia megaloblastik)

## Anemia mikrositik

Ukuran sel darah merah menjadi lebih kecil dan konsentrasi hemoglobin kurang dari normal.

## Anemia normositik normokrom

Terjadi karena perdarahan akut, hemolisis, dan penyakit metastasi sumsum tulang.

# \*Ciri - ciri Stunting\*

## DEFISIENSI ZAT GIZI

Kekurangan zat gizi seperti besi (Fe), asam folat, dan vitamin B12 yang berperan dalam pembentukan hemoglobin

## PERDARAHAN

- Perdarahan karena cacingan, luka/trauma yang mengakibatkan kadar Hb menurun
- Perdarahan karena menstruasi yang lama dan berlebihan

## HEMOLITIK

- Yaitu rusaknya sel darah merah
- Penderita malaria kronis dan thalasemia akan mengalami hemolitik



Why??



## Mengapa remaja putri harus tau tentang anemia ?

### Mengapa remaja putri lebih rentan mengalami anemia ?

#### Menstruasi tiap bulan

Menyebabkan kehilangan banyak darah sehingga membutuhkan zat besi 3 kali lebih banyak.

#### Diet ketat

Diet ketat membuat asupan gizi yang masuk kurang dari kebutuhan dan tidak memperhatikan asupan zat besi.

#### Masa pertumbuhan

Kebutuhan gizinya yang meningkat. Kebutuhan absorpsi zat besi memuncak pada saat remaja putri berusia 14-15 tahun.

#### Menstruasi tiap bulan

Kebutuhan gizinya yang meningkat. Kebutuhan absorpsi zat besi memuncak pada saat remaja putri berusia 14-15 tahun.

## Tanda dan Gejala Anemia



**Sakit kepala, pusing, mudah mengantuk, dan sulit konsentrasi**



**Mata berkunang-kunang**



# Dampak Anemia



## GANGGUAN FUNGSI KOGNITIF

Dari hasil penelitian, 26 siswa dari 50 pelajar yang mengalami anemia, memiliki kemampuan kognitif yang buruk.

## BERISIKO MELAHIRKAN BAYI BBLR DAN STUNTING

Remaja putri adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan. Ibu dengan anemia berpotensi melahirkan bayi prematur dan berat bayilahirrendah (BBLR).

## DAYA KONSENTRASI MENURUN

Hemoglobin dalam sel darah merahnya tidak berfungsi dengan baik, yakni tidak bisa membawa oksigen ke otak.

## PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN TERHAMBAT

Adanya defisiensi zat gizi maka pertumbuhan dan perkembangan terhambat.

Disisi lain, kebutuhan zat gizi pada remaja meningkat.

## ANTIBODI MENURUN

Sel darah putih tidak dapat bekerja secara efektif dalam keadaan defisiensi besi, sehingga menyebabkan antibodi menurun pada penderita anemia.



## Cara Mencegah dan Mengobati Anemia



### Peningkatan asupan besi melalui makanan

Meningkatkan konsumsi besi dari sumber alami, terutama makanan sumber hewani yang mudah diserap.



### Suplementasi zat besi

Jika dikonsumsi selama jangka waktu tertentu untuk meningkatkan kadar hemoglobin penderita secara cepat.



### Mengonsumsi makanan yang meningkatkan penyerapan zat besi

Makan sayur-sayuran dan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C



### Menghindari makanan yang menghambat zat besi

tanin menghambat penyerapan dan kafein yang terkandung dalam teh dan kopi, akan dapat besi ke dalam tubuh.

# \* Suplementasi Zat Besi \*

## Dengan Tablet Tambah Darah (TTD)



- **TTD adalah tablet yang berisi besi dan folat**
- Setiap tablet berisi 200 mg ferro sulfat/ 60 mg besi elemental dan 0.25 mg asam folat
- Anjuran minum: 1 TTD dalam 1 minggu

### Manfaat:

- Mengobati wanita dan remaja putri yang menderita anemia
- Meningkatkan kemampuan belajar, kemampuan kerja, dan kualitas sumber daya manusia serta generasi penerus.

# \* Suplementasi Zat Besi \*

## **Cara mengonsumsi TTD dengan benar :**



- **Minum TTD dengan air putih**
- **Mengonsumsi TTD diantara 2 waktu makan**
- **Absorpsi besi terbaik adalah pada saat lambung kosong atau diantara 2 waktu makan**
- **Namun, mengonsumsi TTD diantara 2 waktu makan menimbulkan efek ke saluran cerna**
- **Cara mengatasi: konsumsi tablet tambah darah dapat dilakukan segera setelah makan. (akan mengurangi absorpsi obat sekitar 40-50%)**

# \* Waktu Tepat Konsumsi TTD \*

## MENINGKATKAN PENYERAPAN ZAT BESI

Sebaiknya TTD dikonsumsi bersama dengan:

- Buah-buahan sumber vitamin C
- Sumber protein hewani



## HINDARI KONSUMSI TTD DIBARENGI MAKANAN/MINUMAN SEBAGAI BERIKUT :

• Susu

• Teh dan kopi

• Obat sakit maag





# Gejala



yang didapatkan setelah  
mengkonsumsi TTD



**Muntah**

**Nyeri di  
daerah  
lambung**

**Mual**

**Sulit BAB**

Namun, dapat dicegah dengan mengonsumsi tablet  
tambah darah pada saat malam hari.  
Lebih baik bila setelah minum TTD disertai makan buah-  
buahan seperti pisang, pepaya, jeruk.

## **KATAKAN TIDAK PADA “ANEMIA”!!!**

**Untuk mewujudkan generasi sehat,  
cerdas, kompeten, bermanfaat untuk  
agama, keluarga, dan bangsa.**





# Penutup



Booklet Remaja Centing Cegah Stunting ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada para remaja mengenai Stunting dan bagaimana mendeteksi stunting.

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Lamongan yang telah memberikan support berupa hibah internal sehingga Booklet ini dapat tersusun dengan baik, tak lupa kami ucapkan terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penyusunan Booklet ini. Semoga Booklet ini dapat bermanfaat bagi Penulis dan Pembaca.

