

Pelatihan Konselor Sebaya Di SMP Negeri 5 Malang

**Rize Budi Amalia¹, Putri Utami Sukmawardani², Woro Setia Ningtyas³,
Restiningsih⁴**

^{1,2,3,4} Universitas Airlangga, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Rize Budi Amalia

E-mail: rizebudi.amalia@fk.unair.ac.id

Abstrak

Latar belakang : Anemia merupakan masalah kesehatan global yang signifikan, dengan prevalensi 29,9% pada wanita usia 15-49 tahun di seluruh dunia (WHO, 2021), dan 32% pada remaja Indonesia usia 15-24 tahun (RISKESDAS, 2018). Kejadian anemia pada remaja putri sering terkait dengan ketidakpatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), yang dipengaruhi oleh pola menstruasi, aktivitas fisik, dan asupan gizi. Pemerintah Indonesia telah melaksanakan Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB), namun tingkat kepatuhan konsumsi TTD masih rendah. Di Kota Malang, capaian TTD pada remaja putri baru mencapai 40% pada 2023. **Tujuan :** Meningkatkan pengetahuan dan kemampuan kader sebaya di SMP Negeri 5 Malang dalam memberikan konseling dan edukasi terkait anemia, guna mengoptimalkan pencegahan anemia pada remaja putri. **Metode :** Pengabdian Masyarakat ini menerapkan Pre test, post test, pemberian materi, praktek menjadi konselor dan peer teaching. **Kesimpulan :** Pelatihan konselor sebaya di SMP Negeri 5 Malang berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader sebaya dalam konseling dan edukasi anemia, terbukti dengan hasil post-test yang lebih tinggi dari pre-test. Praktik konseling dan peer teaching, didukung pendampingan Tim Pengabdian Masyarakat, juga memperkuat kemampuan kader dalam menyampaikan informasi secara efektif.

Kata kunci - Anemia, Konselor Sebaya, Tablet Tambah Darah (TTD), Pengabdian Masyarakat, Program Pencegahan Anemia

Abstract

Background: Anemia is a significant global health problem, with a prevalence of 29.9% in women aged 15-49 years worldwide (WHO, 2021), and 32% in Indonesian adolescents aged 15-24 years (RISKESDAS, 2018). The incidence of anemia in adolescent girls is often related to non-compliance in taking Blood Additive Tablets (TTD), which is influenced by menstrual patterns, physical activity, and nutritional intake. The Indonesian government has implemented the Prevention and Control of Iron Nutritional Anemia (PPAGB) Program, but the level of compliance with TTD consumption is still low. In Malang City, the achievement of TTD in adolescent girls will only reach 40% by 2023. **Objective:** to increase the knowledge and ability of peer cadres at SMP Negeri 5 Malang in providing counseling and education related to anemia, in order to optimize the prevention of anemia in adolescent girls. **Methods:** This community service applies Pre test, post test, material provision, practice being a counselor and peer teaching. **Conclusion:** Peer counselor training at SMP Negeri 5 Malang succeeded in increasing the knowledge and skills of peer cadres in anemia counseling and education, as evidenced by the post-test results which were higher than the pre-test. Counseling and peer teaching practices, supported by the assistance of the Community Service Team, also strengthened the ability of cadres to deliver information effectively.

Keywords - Anemia, Peer Counselor, Blood Addition Tablet (TTD), Community Service, Anemia Prevention Program

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak terjadi di seluruh dunia, baik pada negara maju maupun pada negara berkembang. Menurut WHO (*World Health Organisation*) (2021), prevalensi anemia tahun 2019 secara global adalah 29,9% pada wanita usia 15-49 tahun. Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, angka kejadian anemia di Indonesia pada kelompok usia remaja 15 – 24 tahun mengalami anemia sebanyak 32%. Itu artinya 3 dari 10 anak menderita anemia. Anemia dapat berdampak serius pada tubuh, antara lain dengan menurunnya daya tahan tubuh sehingga lebih rentan terhadap infeksi, serta terganggunya sirkulasi oksigen dalam darah yang berpengaruh pada kebugaran otot dan daya pikir. Kejadian anemia pada perempuan tercatat lebih tinggi dibandingkan laki-laki, yakni 23,9% berbanding 18,4% (Kemenkes RI, 2017; Kemenkes RI, 2013; Kemenkes RI, 2018).

Kejadian anemia pada remaja putri seringkali terkait dengan kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), di mana sekitar 8,3 juta dari 12,1 juta remaja putri tidak patuh, sementara faktor-faktor yang mempengaruhi antara lain pola menstruasi, aktivitas fisik, asupan nutrisi, status gizi, dan pendapatan orang tua, serta masa pubertas yang meningkatkan risiko anemia defisiensi besi akibat kehilangan zat besi, yang semakin memburuk jika asupan nutrisi kurang, padahal remaja putri memerlukan sekitar 30% lebih banyak zat besi dibandingkan ibu mereka untuk mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan pembentukan hemoglobin dalam tubuh (Kemenkes RI, 2018; Wijayanti, 2011; Briawan, D., 2014).

Pemerintah saat ini menggalakkan Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) bagi remaja putri, yang dilakukan dengan memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) satu tablet per minggu kepada remaja putri di tingkat SMP dan SMA. Dosis TTD yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan besi dalam tubuh. Melalui program ini, pemerintah Indonesia bertujuan untuk menurunkan angka kejadian anemia pada remaja. Meskipun program ini memberikan solusi yang cukup efektif dalam pencegahan anemia, masih banyak remaja yang tidak mematuhi anjuran untuk mengonsumsi TTD secara teratur (Kemenkes RI, 2016; Permatasari et al., 2018; Nurhasanah, 2022).

Target pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Indonesia pada tahun 2024 adalah 58%, sementara pada tahun 2022 tercatat sebesar 46,44%. Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) pada remaja putri telah dijalankan sejak 2014 dan diikuti oleh Dinas Kesehatan di seluruh provinsi Jawa Timur. Di Kota Malang, capaian pemberian TTD pada remaja putri dari Januari hingga November 2023 baru mencapai 40%, yang masih di bawah capaian nasional. Rendahnya tingkat konsumsi TTD di Kota Malang (PERPRES RI, 2021; BKKBN, 2022; Dinkes Kota Malang, 2024). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yulianto (2018), yaitu ketidakpatuhan dalam konsumsi Tablet Tambah Darah yang sangat tinggi (84%) karena merasa malas atau bosan (75%).

Kota Malang, dalam pelaksanaan PPAGB, masih belum memiliki sistem monitoring terpadu, sehingga perhitungan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) hanya didasarkan pada jumlah TTD yang telah diberikan dan diakuisisi sebagai konsumsi (Dinkes Kota Malang, 2024) Hal ini mendorong kami untuk melaksanakan Pengabdian Masyarakat di SMP Negeri 5 Malang sebagai upaya optimalisasi pencegahan anemia pada remaja putri melalui pendekatan kader sebaya. SMP Negeri 5 Malang merupakan salah satu sekolah yang mendapatkan program pemberian TTD, namun belum semua remaja putri mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan kader sebaya dalam memberikan konseling dan edukasi terkait anemia pada teman sebaya.

METODE

Metode kegiatan Pengabdian Masyarakat “Pelatihan Konselor Sebaya di SMP Negeri 5 Malang”, yaitu:

1. *Pre Test*

Pretest dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan awal yang dimiliki oleh kader sebelum mereka mengikuti pelatihan atau pemberian materi lebih lanjut mengenai topik anemia.

2. Pemberian materi

Materi yang diberikan meliputi :

- a. pengertian anemia
- b. klasifikasi anemia
- c. remaja putri rentan mengalami anemia
- d. dampak anemia
- e. gejala anemia
- f. pencegahan anemia
- g. gizi seimbang
- h. pemberian tablet tambah darah
- i. tatalaksana anemia pada remaja
- j. konsep konselor dan praktik menjadi konselor

3. *Post test*

Posttest dilakukan untuk mengukur sejauh mana pemahaman dan pengetahuan kader sebaya berkembang setelah mengikuti pelatihan. Selain itu, posttest juga bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas materi yang telah disampaikan serta memastikan apakah tujuan pembelajaran telah tercapai.

4. Praktek menjadi konselor dan *peer teaching*

Praktik menjadi konselor yang dilakukan oleh kader sebaya untuk memberikan edukasi dan dukungan kepada teman sebayanya terkait materi mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Kegiatan ini tidak hanya mengembangkan keterampilan komunikasi dan empati, tetapi juga memperkuat kemampuan kader sebaya dalam menyampaikan informasi secara efektif. Selain itu, *peer teaching*, atau pengajaran oleh teman sebaya, memungkinkan kader sebaya untuk mengajarkan pengetahuan yang telah mereka pelajari kepada teman sebayanya. Kader sebaya memperdalam pemahaman mereka sendiri tentang materi tersebut dan memperkuat keterampilan mereka dalam menyampaikan informasi secara jelas dan mudah dipahami

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SMP Negeri 5 Malang berupa pelatihan konselor sebaya, berlangsung selama dua hari dan diikuti oleh 17 kader sebaya. Dalam pelaksanaannya, Ketua dan anggota Tim Pengabdian Masyarakat bertindak sebagai pemateri dan dibantu oleh mahasiswa.



Gambar 1.

Pemberian Materi Konsep Anemia



Gambar 2.
Pemberian Materi Konsep Kounselor



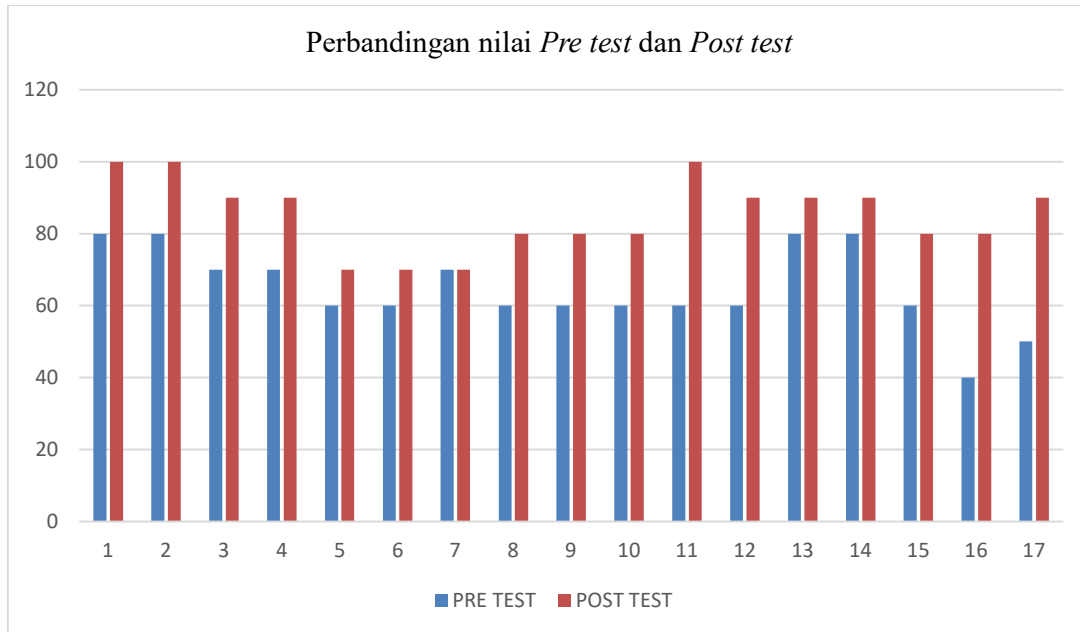
Gambar 3.
Role Play Menjadi Kounselor



Gambar 4.
Melakukan Rencana Tindak Lanjut Persiapan Hari Kedua

Sebagai upaya untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta serta menilai efektivitas materi yang disampaikan, kami menggunakan instrumen pre-test dan post-test. Pada hari pertama, kegiatan dimulai dengan pre-test untuk mengukur pemahaman awal peserta mengenai materi yang akan disampaikan. Kemudian, peserta diberikan materi pelatihan. Di akhir hari pertama, peserta kembali mengisi post-test untuk melihat sejauh mana pemahaman peserta meningkat.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



Gambar 5.

Diagram Perbandingan Nilai *Pre Test* dan *Post Test*

Hasil analisis data menunjukkan peningkatan pada skor post-test dibandingkan dengan pre-test, yang mengindikasikan keberhasilan intervensi pelatihan dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai konsep anemia. Hasil ini juga mengkonfirmasi bahwa materi pelatihan yang diberikan telah efektif dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Pada hari kedua, kegiatan pelatihan melibatkan kader sebaya yang dibagi menjadi dua kelompok untuk memfasilitasi pelaksanaan praktik konseling dan *peer teaching* secara lebih fokus dan efektif.



Gambar 6.

Kelompok Pertama melakukan Praktik Konseling



Gambar 7.

Kelompok Kedua melakukan *Peer Teaching*



Gambar 8.

Tim Pengabdian Masyarakat sebagai Pendamping

Kelompok pertama melakukan kegiatan konseling, sementara kelompok kedua melakukan kegiatan *peer teaching*, di mana mereka mengaplikasikan pengetahuan yang telah diperoleh sebelumnya melalui interaksi langsung dengan teman sebaya. Selama kegiatan ini, Tim Pengabdian Masyarakat bertindak sebagai pendamping yang memberikan arahan, bimbingan, dan umpan balik kepada setiap kelompok, memastikan bahwa praktik yang dilakukan sesuai dengan tujuan pelatihan. Pendampingan ini sangat penting untuk memperkuat keterampilan kader sebaya dalam memberikan edukasi kepada teman-temannya secara efektif.

KESIMPULAN

Pelatihan konselor sebaya di SMP Negeri 5 Malang berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader sebaya dalam memberikan konseling dan edukasi terkait anemia. Peningkatan pemahaman peserta terlihat dari hasil *post-test* lebih tinggi dari *pre-test*. Pembagian kelompok untuk praktik konseling dan *peer teaching* juga memperkuat kemampuan kader sebaya dalam menyampaikan informasi dengan lebih efektif, didukung oleh pendampingan dari Tim Pengabdian Masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pihak yang telah mendanai untuk penulisan artikel ini. Pengabdian Masyarakat ini terselenggara atas pendanaan RKAT Universitas Airlangga Tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. (2022). Laporan Percepatan Penurunan Stunting Nasional. BKKBN Indonesia.
- Briawan, D. (2014). Anemia Masalah Gizi Pada Remaja (1 ed.). EGC.
- Dinkes Kota Malang. (2024). Profil Kesehatan Kota Malang Tahun 2023. Dinkes Kota Malang.
- Kemenkes RI. (2013). Laporan Riskesdas. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kemenkes RI. (2016). Direktorat gizi masyarakat pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan WUS. Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2017). Profil penyakit tidak menular tahun 2016. Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2018). Laporan Riskesdas. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Nurhasanah, I. (2022). Edukasi Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah (Fe) Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia (JPKMI)*, 2(2), 204–210. <https://doi.org/10.55606/jpkmi.v2i2.291>
- Peraturan Presiden RI. (2021). Perpres Ri Nomor 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting. Republik Indonesia.
- Permatasari, T., Briawan, D., & Madanijah, S. (2018). Efektifitas Program Suplementasi Zat Besi pada Remaja Putri di Kota Bogor. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(1), 1–8. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i1.3705>
- WHO. (2021). Anaemia in women and children. https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children
- Wijayanti, Y. (2011). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Siswa SMK An Nuroniyah Kemadu Kec. Sulang Kab. Rembagng Tahun 2011 [Other, Universitas Negeri Semarang]. <http://lib.unnes.ac.id/11080/>
- Yulianto, K. (2018). Skripsi: Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Kelas XI SMA 2 Kota Malang. [Universitas Brawijaya]. Repositori UB. <https://repository.ub.ac.id/id/eprint/167777/1/Yulianto%20Kurniawan.pdf>