

Peningkatan Keterampilan Pemeriksaan Kesehatan Pengukuran Tekanan Darah dan Kadar Hemoglobin pada Palang Merah Remaja untuk Pencegahan Stunting secara Peer Group

Resta Betaliani Wirata

Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum

Mei Rianita Elfrida Sinaga

Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum

Ratna Puspita Adiyasa

Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan anggota palang merah remaja (PMR) dalam melakukan pengukuran tekanan darah dan kadar hemoglobin dengan metode peer group. Pengabmas dilaksanakan pada bulan Oktober 2024 yang melibatkan 23 anggota PMR. Metode pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tahap sosialisasi, pelatihan, penerapan teknologi, pendampingan dan evaluasi, serta keberlanjutan program. Penerapan teknologi dalam pengabdian masyarakat ini dengan metode peer groups. Setelah kegiatan pelatihan ditemukan hasil 100% peserta mampu melakukan pengukuran tekanan darah dan 91.3% mampu melakukan pengukuran kadar Hb. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan kompetensi anggota PMR dalam melakukan screening atau deteksi dini teman sebaya. Implikasi dalam pencegahan hipertensi dan anemia yaitu untuk menghindari kejadian stunting oleh generasi penerus, memotivasi untuk menjadi pemimpin yang sehat dan bertanggung jawab. Rekomendasi berdasarkan temuan ini adalah untuk terus mengimplementasikan kegiatan screening kesehatan dengan pendekatan peer group.

Pencapaian Target Pembangunan Berkelanjutan/SDGs

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berfokus pada upaya pencegahan stunting di masa mendatang melalui skrining dan deteksi dini pada remaja dengan melibatkan kelompok remaja PMR melakukan peer group. Artikel ini berkontribusi terhadap tujuan TPB/SDGs ke 3 yaitu Menjamin Kehidupan yang Sehat dan Meningkatkan Kesejahteraan Seluruh Penduduk Semua Usia. Target yang dilingkupi adalah target 3.4 yaitu pada tahun 2030, mengurangi hingga sepertiga angka kematian dini akibat penyakit tidak menular, melalui pencegahan dan pengobatan, serta meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan.

Penulis Koresponden: Resta Betaliani Wirata(resta@stikesbethesda.ac.id)

Pendahuluan

Indonesia menjadi negara yang mengalami *double burden of malnutrition* karena kurang gizi dan kelebihan gizi memiliki prevalensi yang sama-sama tinggi (1). Salah satu masalah kurang gizi adalah *stunting*. *Stunting* adalah keadaan saat balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan usia dan jenis kelamin yang diukur dengan standar pertumbuhan anak dari *World Health Organization (WHO)*. Adanya *stunting* menunjukkan status gizi yang kurang (malnutrisi) dalam jangka waktu yang lama (kronis) (2).

WHO mengestimasi prevalensi balita *stunting* di seluruh dunia sebesar 22,3% atau sebanyak 148,1 juta jiwa pada 2022. Menurut laporan Studi Status Gizi Indonesia Kementerian Kesehatan, prevalensi *stunting* di Indonesia turun dari 27,7% pada tahun 2019, 24,4% pada tahun 2021, kemudian menjadi 21,6% pada tahun 2022 yang terjadi pada anak usia 3-4 tahun sebanyak 6%. Namun angka ini masih belum sesuai dengan standar WHO yang menargetkan kurang dari 20% (3). Pemerintah melakukan berbagai upaya penurunan angka *stunting* menjadi 17% pada tahun 2023, walaupun mengalami penurunan *stunting* masih menjadi *problem* yang perlu diatasi dan dicegah dengan berbagai strategi pada tahun 2024. Pencegahan *stunting* dapat dilakukan kepada ibu hamil dan sebelum hamil untuk mempersiapkan diri memaksimalkan tumbuh kembang janin dalam mengandung. Namun, upaya pencegahan *stunting* akan lebih efektif bila dilakukan intervensi secara spesifik sejak remaja (4).

Remaja merupakan peralihan masa anak-anak menjadi dewasa dengan berbagai perubahan baik secara fisik maupun psikologis (5). Masa pertumbuhan remaja inilah yang sangat penting dioptimalkan untuk dapat mencegah *stunting*. Salah satu program pencegahan *stunting* yang dilakukan di sekolah yaitu membentuk tim PMR yang didalamnya diberikan beberapa kegiatan peningkatan pengetahuan mengenai pencegahan *stunting*, seperti yang dilakukan di SMK N 1 Bantul. Terdapat tim PMR yang sudah terbentuk dan memiliki kegiatan rutin dalam menyelenggarakan kegiatan edukasi bersama.

SMK N 1 Bantul memiliki 4 program keahlian yaitu akuntansi dan keuangan, manajemen perkantoran, bisnis dan pemasaran, yang terakhir teknik komputer dan informatika. Struktur PMR yang telah terbentuk di SMK ini terdiri dari Ketua Umum, Ketua, Sekretaris, Bendahara dan Anggota dengan total 156 siswa-siswi yang bergerak menjalankan PMR ini yang diambil dari setiap perwakilan kelas. Kegiatan yang dilakukan oleh PMR di SMK ini terkait peningkatan pengetahuan seputar kesehatan termasuk pencegahan *stunting*, pentingnya mengontrol tekanan darah dan kadar *Hemoglobin (Hb)*. Namun, peningkatan keterampilan belum didapatkan oleh PMR. Anggota PMR belum mendapatkan tindak lanjut dari *transfer knowledge* yang sudah diterima. Hasil diskusi bersama tim PMR didapatkan 23 perwakilan PMR yang siap mengikuti pelatihan keterampilan dalam pengukuran tekanan darah dan pengecekan kadar Hb. Tim anggota PMR yang sudah mendapatkan pelatihan akan dapat melakukan pemeriksaan secara mandiri kepada teman-teman lainnya melalui metode *peer groups*. PMR yang ada di sekolah ini menjadi tempat yang tepat untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat agar PMR di sekolah ini dapat menjadi penggerak pencegahan *stunting* dan meningkatkan kualitas diri remaja menjadi penerus generasi yang sehat, berkualitas dan bebas *stunting*.

Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan ini merupakan bagian dari pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh dosen Jurusan Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang terangkai dengan pelatihan pengukuran tekanan darah dan Hb. Pengabmas dilaksanakan pada bulan Oktober 2024 dengan sasaran utama adalah anggota PMR di SMK N 1 Bantul dengan total peserta sebanyak 23 peserta.

Tahapan Sosialisasi

Pada tahap sosialisasi dilakukan persamaan persepsi tanggal 3 September 2024 dengan sekolah dan tim PMR untuk menentukan lokasi, waktu dan fasilitas pelaksanaan pelatihan.

Pelaksanaan Pelatihan

Pelatihan dilakukan pada tanggal 9 Oktober 2024 dengan memberikan secara langsung pelatihan pengukuran tekanan darah dan Hb kepada 23 anggota PMR di SMK N 1 Bantul. Pelatihan yang diberikan sesuai dengan Standar Prosedur Operasional (SPO) yang dimiliki oleh tim pengabdian. SPO mengenai pengukuran tekanan darah dan SPO pemeriksaan kadar Hb. Pelatihan dilakukan dengan memberikan penjelasan mengenai alat-alat yang digunakan dan SPO, dilanjutkan dengan demonstrasi pengukuran tekanan darah dan kadar Hb. Kemudian dilakukan *redemonstration* oleh anggota PMR. Setelah semua melakukan *redemonstration*, tim PKM melakukan penilaian atau evaluasi dari pelatihan tersebut dengan lembar observasi sesuai SPO.

Penerapan Teknologi

Pada tanggal 28 Oktober 2024 dilakukan kegiatan pemeriksaan pengukuran tekanan darah dan Hb kepada tim PMR sebanyak 108 remaja oleh anggota PMR yang sudah menerima pelatihan sebagai bentuk pelaksanaan teknologi yaitu secara *peer group*. *Peer group* diterapkan dengan cara seluruh tim (23 peserta) yang telah mengikuti pelatihan melakukan pemeriksaan kepada teman sebaya (108 remaja) di sekolah tersebut.

Pendampingan dan Evaluasi

Pendampingan dan evaluasi dilakukan langsung setelah pelatihan. Pada evaluasi dilakukan dengan *redemonstration* langsung oleh peserta melalui praktik pengukuran tekanan darah dan kadar Hb dengan hasil mampu atau tidak mampu sebagai analisis data dalam PKM ini. Tim PKM melakukan penilaian atau evaluasi dari pelatihan tersebut dengan lembar observasi sesuai SPO. Tim PKM akan mencentang setiap prosedur yang dilakukan. Penilaian disimpulkan mampu jika semua prosedur dilakukan tanpa terkecuali, sedangkan jika dalam *redemonstration* ada satu saja prosedur yang terlewat maka dikatakan tidak mampu. Pendampingan dilakukan dengan memfasilitasi asisten pada setiap anggota saat pemeriksaan tekanan darah dan Hb dilakukan oleh tim PMR.

Keberlanjutan Program

Keberlanjutan program dapat terus dilakukan dengan peralatan yang diberikan kepada PMR di SMK dan dilakukan *monitoring* pelaksanaan kegiatan secara rutin agar dapat berjalan secara mandiri.

Hasil dan Pembahasan

Keterangan Keterampilan	Jumlah (F=30)	Persentase (f=100%)
Pengukuran Tekanan Darah		
Mampu	23	100
Tidak Mampu	0	0
Total	23	100
Pengukuran Kadar Hemoglobin		
Mampu	21	91,3
Tidak Mampu	2	8,7
Total	23	100

Table 1. Hasil Pelaksanaan Pelatihan Pengukuran Tekanan Darah dan Kadar Hemoglobin

Hasil pelatihan pengukuran tekanan darah dan kadar hemoglobin ditemukan 100% peserta mampu

melakukan pengukuran tekanan darah secara digital dan 91.3% mampu melakukan pengukuran kadar Hb, sedangkan 8.7% tidak mampu melakukan pengukuran kadar Hb.



Figure 1. Pelaksanaan Pelatihan Pengukuran Tekanan Darah dan Kadar Hemoglobin

Pelatihan pengukuran tekanan darah dapat dilakukan secara lengkap oleh seluruh peserta dengan menggunakan tensimeter digital. Langkah-langkah pengukuran tekanan darah dapat dilakukan oleh peserta dengan urutan dan sesuai. Peserta sudah mendapatkan edukasi pentingnya mengontrol tekanan darah dan pemeriksaan oleh tenaga kesehatan secara rutin sehingga sudah memiliki pengalaman dalam pengenalan pengukuran tekanan darah.

Pelatihan pengukuran kadar Hb dapat dilakukan oleh 91.3% peserta dengan urutan dan benar. Hal ini dapat dilakukan karena peserta sebagian besar sudah siap dan berani dalam melakukan pengukuran kadar Hb baik dalam melakukan penusukan, pengecekan darah sampai dengan membuang sampah sesuai dengan aturan yang benar. Sedangkan, 8.7% peserta tidak mampu melakukan dikarenakan peserta tidak berani dalam melakukan penusukan dan takut walaupun merasa siap dari awal persepsi pelatihan ini.

Pelaksanaan selanjutnya dilakukan dengan terlibat langsung dalam pemeriksaan pengukuran tekanan darah dan kadar Hb oleh peserta yang sudah dilatih kepada anggota PMR lainnya yang berjumlah 108 remaja. Implementasi ini dilakukan secara *peer group*, sehingga remaja merasa lebih nyaman saat pengukuran dilakukan. *Peer group* merupakan sekumpulan orang yang saling berinteraksi yang mempunyai beberapa persamaan, baik usia, jenis kelamin, maupun pola pikir sehingga muncul perasaan selalu ingin bersama. Umumnya, *peer group* pada remaja mempunyai usia yang setingkat atau usia tidak setingkat tetapi memiliki tingkat kedewasaan atau kematangan yang relatif sama (6). *Peer group* cenderung selalu memberikan pengaruh yang baik terhadap remaja. *Peer group* yang baik akan saling mengisi, yang mungkin diwujudkan dalam bentuk persaingan yang sehat sehingga dapat menunjang motivasi dan keberhasilan belajar remaja (7). Sikap terbuka terhadap teman sebaya menjadikan metode pendidikan kesehatan melalui *peer group* adalah tindakan yang tepat digunakan untuk pendidikan kesehatan pada remaja (8).

Implikasi Praktis

Pelatihan pengukuran tekanan darah dan kadar Hb kepada anggota PMR dapat meningkatkan kompetensi anggota PMR. Anggota PMR yang terlatih dapat menjadi kader kesehatan yang handal dalam membantu *screening* atau deteksi dini teman sebaya untuk mencegah hipertensi dan anemia agar terhindar terjadinya *stunting* pada generasi penerus. Pelatihan ini mendorong generasi muda untuk lebih peduli terhadap kesehatan diri sendiri dan lingkungannya, sekaligus melatih mereka menjadi agen perubahan dan memotivasi dalam menjadi pemimpin yang sehat dan bertanggung jawab.

Daftar Pustaka

1. Kemenkes RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia. Direktorat Gizi Masyarakat, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. <https://gizi.kemkes.go.id/home/blogdetail/71/>
2. Kementerian Kesehatan. Mengenal Apa Itu *Stunting* [Internet]. 2022 [11 Maret 2024]. Tersedia dari: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1388/mengenal-apa-itu-stunting
3. Lestari, T.R.. (2023) '*Stunting* Di Indonesia: Akar Masalah dan Solusinya', Info Singkat: Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual dan Strategis, XV(14), pp. 21-25
4. Lina, Sukmadewi M, Kasad, Alchalidi, Helmi A. Upaya Pencegahan *Stunting* Secara Dini Pada Remaja Putri Di Desa Seulalah Baru Kecamatan Langsa Lama. J Kreat Pengabdian Kpd Masyarakat [Internet]. 2024;7(1):140-9. Available from: https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/12507/Download_Artikel
5. Wirata RB, Ballena NS. Effects of Health Education on Hygienic Self-Care Practices among Female Adolescent. J Heal Educ. 2021;25(1):57-60.
6. Andriani AD, Chotimah DH, Studi P, Komunikasi I, Putra U, Cianjur I, et al. Pendekatan Komunikasi Peer Group Dalam Interaksi Remaja Pada Program Kampung Keluarga. 2021; 591-605.
7. Pradanari, Wening Jiwandaru. (2014). Hubungan antara Parental Discipline dan Intensitas Komunikasi Peer group dengan Minat Belajar Anak. Skripsi. Semarang: Jurusan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro.
8. Putri, Eleonora Lintang Hapsoro. (2017). Hubungan Terpaan Iklan Rokok di Televisi dan Intensitas Komunikasi Peer group dengan Minat Merokok Remaja Perempuan. Skripsi. Semarang: Jurusan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro.

Catatan

Catatan Penerbit (*Publisher's Notes*)

Penerbit PT Karya Inovasi Berkelanjutan menyatakan tetap netral sehubungan dengan buah pikiran yang diterbitkan dan dari afiliasi institusional manapun. (*The publisher of PT Karya Inovasi Berkelanjutan states that it remains neutral with respect to the published ideas and from any institutional affiliation*).

Review Editor/Peer Reviewer

Ahmat Rediansya Putra (Poltekkes Kemenkes Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia)

Pendanaan (*Funding*)

Pengabdian masyarakat ini didanai oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi

tahun 2024 melalui Nomor Keputusan Manual.164/E5/DT.05.00/2024 dengan ruang lingkup pendanaan Pengabdian Dosen Pemula. Pemberi dana tidak memiliki peran dalam desain kegiatan, pengumpulan dan analisis data, keputusan untuk menerbitkan atau penyiapan naskah (*This community service is funded by the Ministry of Education, Culture, Research and Technology in 2024 through Decree Number Manual.164/E5/DT.05.00/2024 with the scope of funding for Beginner Lecturer Service. The funder had no role in study design, data collection and analysis, decision to publish, or preparation of the manuscript*).

Pernyataan Konflik Kepentingan (Statement of Conflict of Interest)

Para penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dengan pihak manapun. (*The authors stated that there was no conflict of interest with any party*).

Hak cipta 2025 Wirata et al. Artikel yang diterbitkan mendapatkan lisensi [Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\)](#), sehingga siapapun dan di manapun memiliki kesempatan yang sama untuk menggali khazanah ilmu pengetahuan dan meningkatkan kesempatan terhadap diskusi ilmiah. (*Copyright 2025 Wirata et al. This is an open access article distributed under the terms of the Attribution-ShareAlike 4.0 International license (CC BY-SA 4.0), thus anyone, anywhere has the same opportunity to explore the knowledge and enhance opportunities for scientific discussion*).