



Pembentukan Desa Sayang Remaja dan Ibu Hamil “SIJAMIL” Berbasis Kearifan lokal sebagai Upaya Pemberdayaan dan Kemandirian Kesehatan Ibu dan Anak Remaja serta Pencegahan Awal Stunting di Desa Dajan Peken Tabanan

Ni Nyoman Nuartini, Ida Ayu Putu Ary Widnyani, Ni Wayan Erviana Puspita Dewi
Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali
Jl. Tukad Balian no. 180, Renon, Denpasar, Bali

Corresponding author: Ni Nyoman Nuartini
Email: nuartini88@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu tujuan pembangunan kesehatan adalah untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Desa merupakan salah ujung tombak pembangunan kesehatan. Desa harus diperkuat dalam kemandirian kesehatan terutama desa sayang remaja dan ibu hamil. Keterampilan kader perlu terus ditingkatkan baik dalam pelayanan kesehatan dan pencegahan anemia serta dampaknya terhadap kasus stunting. Solusi yang ditawarkan adalah Pembentukan Desa Sayang Remaja dan Ibu Hamil “SIJAMIL” Berbasis Kearifan lokal sebagai upaya pemberdayaan dan kemandirian kesehatan ibu dan anak serta pencegahan awal stunting di Desa Dajan Peken Tabanan. Keegiatannya antara lain melatih kader tentang pemantauan kesehatan remaja dan ibu hamil khususnya pencegahan anemia dan stunting sejak dini. Pelatihan kader dalam melakukan manajemen posyandu yang lebih menarik dan bermanfaat sehingga motivasi remaja dan ibu hamil lebih meningkat untuk memanfaatkan pelayanan posyandu. Pelatihan kader dalam memanfaatkan sumber pangan lokal yang kaya nutrisi zat besi. Pendampingan kader dan evaluasi pelaksanaan pelayanan kesehatan posyandu remaja dan ibu hamil di Desa Dajan Peken Tabanan. Kegiatan ini diikuti oleh 16 orang kader yang dilakukan dengan metode sosialisasi, pelatihan dan praktik, pendampingan, monitoring dan evaluasi. Kegiatan dilaksanakan dari Bulan Juli sampai Agustus 2025 dengan 6 kali pertemuan. Secara umum hasil kegiatan ini terdapat peningkatan pengetahuan partisipan dari 63% kurang menjadi 88% baik. Peningkatan keterampilan kader dalam pelaksanaan pelayanan kesehatan terutama pemantauan tanda tanda anemia pada remaja, tanda tanda bahaya kehamilan. Upaya pemanfaatan sumber pangan lokal untuk pembuatan makanan bergizi untuk remaja dan ibu hamil.

Kata Kunci: Pengabdian Masyarakat, Desa SIJAMIL, Remaja, Ibu Hamil, Anemia, Stunting

ABSTRACT

One of the goals of health development is to improve maternal and child health. Villages are one of the spearheads of health development. Villages must be strengthened in health independence, especially villages that care for adolescents and pregnant women. The skills of cadres need to be continuously improved both in health services and prevention of anemia and its impact on stunting cases. The solution offered is the Establishment of a Village that Cares for Adolescents and Pregnant Women "SIJAMIL" Based on Local Wisdom as an effort to empower and independence in maternal and child health and early prevention of stunting in Dajan Peken Village, Tabanan. Activities include training cadres on monitoring the health of adolescents and pregnant women, especially the prevention of anemia and stunting from an early age. Training cadres on implementing more interesting and useful Posyandu management so that adolescents and pregnant women are more motivated to utilize Posyandu services. Training cadres on utilizing local food sources rich in iron nutrition. Assistance to cadres and evaluation of the implementation of Posyandu health services for adolescents and pregnant women in Dajan Peken Village, Tabanan. This activity was attended by 16 cadres and was carried out using socialization, training and practice, mentoring, monitoring and evaluation methods. The activity was carried out from July to August 2025 with six time meetings. Overall, the results of this activity showed an increase in participant knowledge from 63% poor to 88% good. Improved cadre skills in implementing health services, especially monitoring signs of anemia in adolescents and

signs of pregnancy danger. Efforts to utilize local food sources to produce nutritious food for adolescents and pregnant women.

Keyword: Community Service, SIJAMIL Village, Teenagers, Pregnant Women, Anemia, Stunting

PENDAHULUAN

Salah satu tujuan pembangunan *Sustainable Development Goals* (SDG's) adalah meningkatkan kesehatan ibu dan anak antara lain kesehatan anak remaja dan ibu hamil. Kelompok remaja dan ibu hamil merupakan kelompok yang rentan dalam permasalahan kesehatan. Salah satu masalah kesehatan yang sedang dialami oleh kaum remaja khususnya remaja putri dan ibu hamil adalah masalah resiko mengalami defisiensi zat besi yang secara langsung menyebabkan anemia. Pada ibu hamil kondisi anemia dapat mengancam pertumbuhan dan perkembangan janin yang secara tidak langsung dapat memicu tumbuh kembang bayi yang tidak optimal (stunting). Angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang masih sangat tinggi. Hal ini juga terjadi di Indonesia dimana angka kejadian anemia di Indonesia masih cukup tinggi. Data survei kesehatan Indonesia tahun 2023 menemukan bahwa jumlah remaja putri yang sudah menerima tablet besi sebanyak 74% namun masih ada remaja putri yang tidak meminumnya dengan alasan tidak perlu dan tidak bermanfaat, lupa dan rasa tablet besi tidak enak. Sedangkan data untuk ibu hamil penerima tablet besi sebanyak 96,4% namun masih ada sebagian kecil yang lupa minum tablet besi secara penuh (Kemenkes BKPK, 2023).

Kematian ibu terbanyak disebabkan oleh masalah non obstetric antara lain gangguan sistem peredaran darah, gangguan metabolik, permasalahan nutrisi dan defisiensi zat besi yang juga berdampak langsung pada tumbuh kembang bayinya. Data profil dinas kesehatan Kabupaten Tabanan tahun 2023 tentang cakupan konsumsi tablet besi pada ibu hamil dan remaja putri hampir mencapai 100% namun masih ditemukan sebagian kecil dari remaja putri dan ibu hamil yang kurang rutin mengkonsumsi tablet besi ini (Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan, 2023). Desa Dajan Peken terdiri dari 8 Banjar dinas di bawah wilayah kerja Puskesmas Tababan III.

Data laporan lintas sektoral Puskesmas bulan Januari-April Tahun 2025 menunjukkan bahwa Berdasarkan hasil wawancara dan observasi pada mitra sasaran didapatkan data bahwa memang para remaja putri dan ibu hamil sudah mendapatkan tablet besi yang cukup dari pemerintah namun saat dilakukan wawancara mendalam pada beberapa remaja putri dan ibu hamil ditemukan data bahwa masih ada yang sering lupa meminum tablet besi tersebut dan menganggap konsumsi tablet besi ini tidak terlalu penting.

Selain hal tersebut pihak desa juga menyampaikan motivasi para remaja dan ibu hamil untuk mengikuti kegiatan posyandu masih rendah. Belum ada kader khusus untuk kesehatan remaja dan ibu hamil serta kader posyandu yang ada di desa belum pernah mendapatkan pelatihan khusus tentang kesehatan remaja dan ibu hamil. Hal ini juga didukung dengan data yang ditemukan oleh tim pada PKM sebelumnya dimana pihak desa sangat berharap adanya kegiatan yang sasarannya adalah remaja dan ibu hamil, adanya bantuan menata lingkungan terutama contoh rumah sehat berdasarkan kearifan lokal budaya Bali (Nuartini et al., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh tim pada tahun 2021 juga menemukan bahwa para remaja putri masih sangat kurang dalam konsumsi tablet besi (Noviana. & Nuartini, 2021).

Penelitian lain yang dilakukan juga menemukan bahwa faktor pengetahuan berhubungan erat dengan motivasi dan sikap ibu hamil dan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet besi dan makanan bernutrisi. Secara langsung kekurangan sumber zat besi mengakibatkan anemia dan gangguan kesehatan pada ibu hamil dan janin serta menghambat produksi ASI yang dapat berhubungan dengan kejadian stunting pada bayi yang dilahirkan (Dewi & Ariani, 2021), (Dewi et al, 2024), (Dwijayanti et al., 2024).

Kader posyandu perlu memiliki keterampilan tambahan dalam pemantauan kesehatan remaja dan ibu hamil terutama dalam hal deteksi dini tanda anemia secara cepat dan upaya pencegahan anemia ini. Kegiatan yang iminasi adalah pelatihan pemantauan anemia, pengolahan bahan pangan yang bisa digunakan sebagai sumber nutrisi mencegah anemia, menyusun menu yang sesuai kebutuhan nutrisi remaja dan ibu hamil, pengelolaan posyandu yang menarik dan bermanfaat, menciptakan rumah sehat untuk remaja dan ibu hamil dengan sentuhan budaya Bali. Budaya bali terkenal dengan konsep tri hita karena yang mampu menciptakan keseimbangan antara lingkungan, manusia dan Tuhan. Hal ini juga tidak bisa dilepaskan dari upaya pengolahan sampah di rumah tangga dan sekitarnya (Nuartini et al., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh tim menunjukkan bahwa beras dan beberapa sumber bahan pangan dapat diolah dengan berbagai cara untuk mendapatkan nilai gizi yang optimal (Widnyani IAA, Wartini NM, 2023), (Sintyadewi & Widnyani, 2022).

Berdasarkan permasalahan mitra serta potensi yang dimiliki mitra maka kegiatan yang akan dilaksanakan adalah memberdayakan sumber daya manusia yang dimiliki desa berupa pembentukan desa sayang remaja dan ibu hamil (SIJAMIL) dengan membentuk dan melatih kader untuk membantu mengatasi permasalahan remaja dan ibu hamil. Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, keterampilan hidup sehat agar tercapai derajat kesehatan masyarakat yang optimal pada remaja dan ibu hamil dengan cara melatih kader tentang pemantauan kesehatan remaja dan ibu hamil khususnya pencegahan anemia dan stunting sejak dini. Melatih kader melakukan manajemen posyandu yang lebih menarik dan bermanfaat sehingga motivasi remaja dan ibu hamil lebih meningkat untuk datang ke posyandu. Melatih kader memanfaatkan sumber pangan lokal yang kaya nutrisi zat besi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memiliki relevansi dengan tujuan astacita 4, 6, 8.

Tujuan *Sustainable Development Goals* (SDG's) 3,5,12. Tujuan IKU 2 dan IKU 5. PKM ini juga melibatkan mahasiswa yang memberi mereka pengalaman belajar di luar kampus dan mengaplikasikan teori yang mereka dapat dengan merekognisi 6 SKS mata kuliah kesehatan reproduksi dan keperawatan anak sehat dan anak sakit. Luaran dari kegiatan ini berupa peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku sasaran dalam kemandirian menangani masalah kesehatan remaja dan ibu hamil, kader mampu mengelola pelayanan kesehatan untuk remaja dan ibu hamil lebih optimal.

METODE

Lokasi Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Desa Dajan Peken, Kecamatan Tabanan, Kabupaten Tabanan

Sasaran

Adapun sasaran dari kegiatan ini adalah kader sayang remaja dan ibu hamil (SIJAMIL) Desa Dajan Peken

Jenis kegiatan

1. Sosialisasi
 - a. Sosialisasi dan edukasi tentang anemia dan dampak anemia pada remaja, ibu hamil dan resiko tumbuh kembang janin dalam kandungan dan resiko stunting
 - b. Sosialisasi dan edukasi tentang sumber pangan yang kaya nutrisi dan zat besi bagi remaja dan ibu hamil

- c. Sosialisasi dan edukasi tentang penyusunan menu seimbang untuk remaja dan ibu hamil
 - d. Sosialisasi dan edukasi tentang lingkungan dan rumah sehat untuk remaja dan ibu hamil berbasis budaya dan kearifan lokal Tri hita karena
2. Pelatihan
 - a. Pelatihan pemantauan dan pemeriksaan tanda-tanda anemia pada remaja dan ibu hamil, pemantauan tumbuh kembang janin dan resiko masalah kesehatan remaja dan ibu hamil
 - b. Pelatihan pembuatan teh beras merah dengan berbagai varian rasa sebagai sajian satu sumber zat besi
 - c. Pelatihan penyusunan menu seimbang sesuai kebutuhan nutrisi remaja dan ibu hamil
 - d. Pelatihan pengelolaan manajemen posyandu yang menarik
 3. Penerapan teknologi
 - a. Penerapan teknologi pengolahan beras merah menjadi sediaan siap seduh menjadi teh kaya nutrisi zat besi
 - b. Penerapan inovasi penataan rumah sehat sayang remaja dan ibu hamil berbasis kearifan lokal budaya Bali
 - c. Pemanfaatan teknologi komunikasi WAG sebagai sarana pengingat minum tablet besi
 - d. Pembuatan Pojok sayang remaja dan ibu hamil
 4. Pendampingan dan evaluasi
 - a. Pendampingan kader ke masyarakat untuk menerapkan pemantauan tanda-tanda anemia pada remaja dan ibu hamil dan penyusunan menu seimbang untuk remaja dan ibu hamil
 - b. Pendampingan pembuatan teh beras merah ke masyarakat
 - c. Pendampingan dan evaluasi hasil pemeriksaan kesehatan remaja dan ibu hamil
 - d. Pendampingan dan evaluasi penataan rumah sehat sayang remaja dan ibu hamil
 - e. Pendampingan dan evaluasi pelaksanaan posyandu remaja dan ibu hamil
 5. Keberlanjutan program
 - a. Program ini akan dilanjutkan oleh desa dengan tetap mengaktifkan kader yang telah dibentuk untuk kegiatan pada tingkat banjar ataupun desa

- b. Menggunakan contoh rumah sehat sayang remaja dan ibu hamil sebagai percontohan rumah sehat di masing masing Banjar
- c. Melanjutkan produksi teh beras merah untuk konsumsi lokal masyarakat desa atau dikemas lebih menarik untuk komoditi bernilai ekonomi
- d. Desa akan tetap berkoordinasi dengan puskesmas dan tim pelaksana PKM jika ditemukan permasalahan setelah pelaksanaan PKM selesai.

Tahapan Kegiatan Tahapan Persiapan:

1. Melakukan koordinasi dengan mitra yaitu Desa Dajan Peken dalam pembentukan kader sayang remaja dan ibu hamil (SIJAMIL)
2. Permohonan ijin ke Dinas Kesehatan kabupaten Tabanan dan Puskesmas terkait rencana pelaksanaan PKM
3. *Focus Group Discussion* dengan Kepala Desa, Pengelola kader SIJAMIL, dan penanggung jawab program kesehatan remaja dan ibu hamil dari Puskesmas terkait kegiatan yang akan dilaksanakan selama pengabdian kepada masyarakat berlangsung.
4. Menyusun *Plan of Action* (POA) setiap kegiatan yang akan dilaksanakan pada mitra
5. Menyiapkan media terkait materi pencegahan anemia, sumber pangan kaya zat besi dan menu seimbang untuk remaja dan ibu hamil, rumah sehat menurut berbasis Tri Hita karena.
6. Berkoordinasi dengan tenaga pangan untuk memberikan materi pengolahan beras merah menjadi teh
7. Menyiapkan set masak pengolahan teh beras merah, alat pemantauan anemia, alat penataan rumah sehat, sediaan tablet besi dan makanan tambahan untuk remaja dan ibu hamil.

Tahap Pelaksanaan:

1. Sosialisasi dan edukasi tentang anemia dan dampak anemia pada remaja, ibu hamil dan resiko tumbuh kembang janin dalam kandungan dan resiko stunting
2. Sosialisasi dan edukasi tentang sumber pangan yang kaya nutrisi dan zat besi bagi remaja dan ibu hamil
3. Pelatihan pemantauan dan pemeriksaan tanda tanda anemia pada remaja dan ibu hamil, pemantauan tumbuh kembang janin dan resiko masalah kesehatan remaja dan ibu hamil

4. Pelatihan pembuatan teh beras merah dengan berbagai varian rasa sebagai sumber zat besi
5. Pelatihan penyusunan menu seimbang sesuai kebutuhan nutrisi remaja dan ibu hamil
6. Pelatihan pengelolaan manajemen posyandu yang menarik
7. Penerapan teknologi pengolahan beras merah menjadi sediaan siap seduh menjadi teh kaya nutrisi zat besi
8. Penerapan inovasi penataan rumah sehat sayang remaja dan ibu hamil berbasis keraifan lokal budaya Bali
9. Pemanfaatan teknologi komunikasi WAG sebagai sarana pengingat minum tablet besi
10. Pembuatan Pojok sayang remaja dan ibu hamil
11. Pendampingan kader ke masyarakat untuk menerapkan pemantauan tanda tanda anemia pada remaja dan ibu hamil
12. Pendampingan dan evaluasi hasil pemeriksaan kesehatan remaja dan ibu hamil
13. Pendampingan dan evaluasi penataan rumah sehat sayang remaja dan ibu hamil
14. Pendampingan dan evaluasi pelaksanaan posyandu remaja dan ibu hamil
15. Monitoring dan evaluasi kegiatan PKM dan keberlanjutan program

Partisipasi Mitra:

Peran mitra (Desa Dajan Peken)

1. Kepala Desa dan pengelola Kader SIJAMIL melakukan koordinasi kepada kader terkait pengabdian kepada masyarakat yang akan dilakukan
2. Menyiapkan ruang pertemuan dan segala kelengkapan untuk pelaksanaan kegiatan dan penyuluhan
3. Melakukan pembinaan lebih lanjut terkait manajemen pelayanan kesehatan remaja dan ibu hamil
4. Memfasilitasi kegiatan pendampingan kader terkait implementasi pemantauan tanda tanda anemia, resiko gangguan kesehatan remaja dan ibu hamil dan resiko stunting
5. Melakukan monitoring dan evaluasi secara terpadu bersama dengan kader terkait penerapan pelatihan yang sudah didapatkan
6. Memastikan keberlanjutan program kegiatan dalam setiap pelaksanaan posyandu remaja dan ibu hamil.

Peran kader Posyandu:

1. Mengikuti pelatihan dan penyuluhan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat
2. Kader menerapkan tehnik pemantauan tanda tanda anemia pada remaja dan ibu hamil, gangguan kesehatan remaja dan ibu hamil, gangguan tumbuh kembang janin dan resiko stunting, penyusunan menu seimbang untuk remaja dan ibu hamil, pembuatan teh beras merah, penataan rumah sehat dan pojok sayang remaja dan ibu hamil
3. Bersama-sama meningkatkan pengelolaan manajemen pelayanan posyandu remaja dan ibu hamil
4. Melaksanakan pencatatan dan pelaporan kegiatan yang dilaksanakan

Monitoring dan Evaluasi

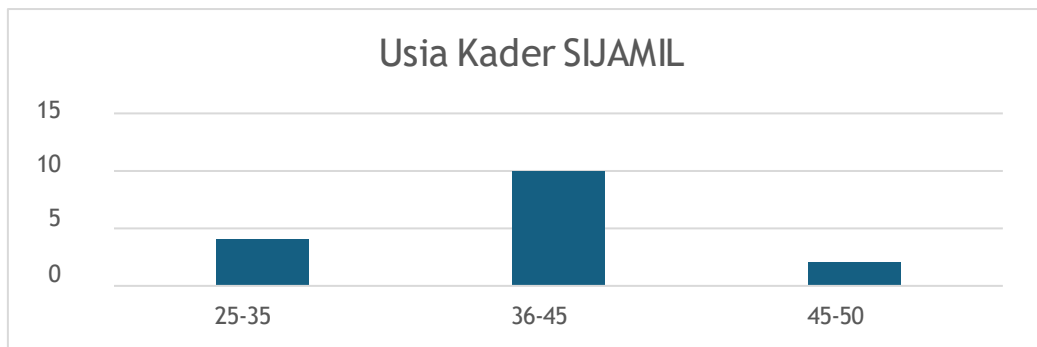
1. Keaktifan dan keikutsertaan kader selama kegiatan berlangsung kehadiran 80-100%
2. Berjalannya kegiatan sesuai dengan POA yang disusun
3. Ketersediaan sarana dan prasaran pendukung kegiatan (1 Pojok Sayang remaja, 1 WAG pemantauan minum tablet besi)
4. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam pemantauan tanda tanda anemia dari 50% kurang menjadi >75% Baik
5. Tercipta minimal 1 menu seimbang untuk remaja dan ibu hamil (1/4 nasi, 1/4 daging, 1/2 sayur dan buah, susu/teh beras merah)
6. Ada 3 varian teh beras merah (original, Jahe merah, madu kurma) pengolahan pangan sumber nutrisi zat besi,
7. Tercipta 1 rumah sehat sayang remaja dan ibu hamil berbasis kearifan lokal
8. Meningkatnya pengelolaan manajemen pelayanan posyandu yang menarik sesuai alur posyandu yang terstruktur
9. Meningkatnya mutu pelayanan kesehatan remaja dan ibu hamil di desa Dajan peken dengan peningkatan kehadiran peserta posyandu minimal 25%
10. Lembar evaluasi berupa kuis online tingkat pengetahuan pre dan post kegiatan, lembar observasi kegiatan pre dan post kegiatan

Keberlanjutan program pada mitra dapat dipastikan melalui kadertetap melaksanakan program seperti pada saat berlangsungnya PKM, pemberian sarana berupa peralatan pengolahan teh beras merah, sediaan bahan, tablet besi, dan sarana penataan rumah sehat digunakan oleh kader dan puskesmas dalam rangka keberlanjutan program. Selain dibekali dengan pengetahuan. Keberlanjutan program ini dapat dievaluasi melalui beberapa aspek yaitu:

1. Kader secara teratur dan mandiri mampu melakukan pendampingan dan pelaksanaan posyandu yang menarik dan terstruktur minimal 1 kali sebulan
2. Kader mampu membuat teh beras merah sebagai sumber nutrisi tambahan sumber zat besi yang diberikan kepada peserta posyandu remaja dan ibu hamil
3. Pihak desa, Pengelola kader posyandu dan pihak puskesmas melakukan monitoring setiap bulannya terhadap implementasi dan kegiatan yang dilaksanakan oleh kader SIJAMIL.
4. Kader berkoordinasi dengan pihak puskesmas untuk melakukan pemeriksaan kesehatan setiap bulannya untuk mengetahui perkembangan kesehatan remaja dan ibu hamil terkait resiko anemia dan tumbuh kembang bayi dalam kandungan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari perencanaan (*planning*), pengorganisasian (*organizing*), pelaksanaan (*actuating*) dan pengendalian (*controlling*). Hasil yang diharapkan dari kegiatan ini adalah terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader sayang remaja dan ibu hamil di Desa Dajan Peken Tabanan. Secara khusus hasil pelaksanaan PKM dijabarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Karakteristik peserta berdasarkan usia

Diagram di atas menunjukkan usia kader berkisar antara 25-50 tahun. Usia kader terbanyak berada pada rentang usia 36-45 tahun sekitar 62,5%. Hal ini menunjukkan para kader berada pada usia

yang cukup produktif dan matang sehingga masih memungkinkan untuk menyerap pengetahuan dan keterampilan yang diberikan dan diharapkan mampu menerapkan pelatihan yang didapat ke masyarakat.



Gambar 2. Gambar pelaksanaan FGD (Sumber: PKM 2025)

Pada Hari Selasa Tanggal 16 Juli 2025 bertempat di ruang pertemuan desa Dajan Peken Tabanan dilaksanakan kegiatan *focus group discussion (FGD)* yang dihadiri oleh tim PKM Dikti ITEKES Bali, Pihak desa, kader dari desa dan pihak puskesmas. Tema yang didiskusikan pada saat FGD adalah peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam pencegahan anemia pada ibu hamil dan remaja, peningkatan keterampilan dalam pengelolaan posyandu dan pemantauan tanda tanda anemia dan peningkatan kemampuan kader dalam mengolah pangan lokal beras merah menjadi minuman teh kaya zat besi.

Beberapa hasil yang telah disepakati yaitu dilakukannya pembentukan kader SIJAMIL, pelatihan, workshop, pendampingan dan monitoring serta evaluasi kegiatan terhadap kader dalam memberi pelayanan kesehatan pada remaja dan ibu hamil di desa Dajan peken Tabanan. Saat ini juga disusun *plan of action (POA)* kegiatan PKM. Pemilihan penanggung jawab kegiatan dan daftar peserta serta undangan pada saat pelatihan, workshop dan pendampingan.



Gambar 3. Gambar pelaksanaan pelatihan Kader SIJAMIL (Sumber: PKM 2025)

Pada hari Selasa Tanggal 22 Juli 2025 dilaksanakan kegiatan pembentukan dan pelatihan kader SIJAMIL. Kegiatan ini meliputi pemberian pre-test berupa kuisioner tentang kesehatan remaja dan ibu hamil serta pencegahan anemia dan stunting. Kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi tentang kesehatan umum dan

reproduksi remaja dan ibu hamil, pemantauan dan pencegahan resiko anemia dan stunting pada remaja dan ibu hamil, pengenalan makanan dan menu seimbang untuk remaja dan ibu hamil, pemberian edukasi tentang pentingnya nutrisi dan zat besi pada masa remaja dan kehamilan.



Gambar 4. Kegiatan workshop (Sumber: PKM 2025)

Pada Hari Rabu Tanggal 23 Juli 2025 dilaksanakan workshop pembuatan the beras merah yang kaya serat dan nutrisi penting termasuk zat besi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi ibu hamil dan remaja. Varian the yang dibuat antara lain varian asli (original), varian jahe merah, varian pandan wangi dan varian madu kurma. Teh ini juga dapat digunakan sebagai salah satu kudapan yang diberikan sebagai makanan tambahan pada saat

pelaksanaan posyandu remaja dan ibu hamil. Saat ini juga dikenalkan cara pengemasan baik yang siap saji maupun yang siap jual dan siap seduh. Ini dapat dijadikan salah satu produk unggulan desa sebagai komoditi yang bernilai ekonomi. Pada saat ini juga dilakukan pembuatan makanan sehat dan menu seimbang untuk remaja dan ibu hamil. Latihan pemantauan tanda tanda anemia pada remaja dan ibu hamil serta tanda bahaya kehamilan.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Kader “SIJAMIL” Sebelum dan Setelah Pelatihan

Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	f	%	f	%
Kurang	10	63	0	0
Cukup	4	25	2	12
Baik	2	12	14	88
Jumlah	16	100	16	100

Tabel di atas menunjukkan hasil analisis data terhadap tingkat pengetahuan kader sebelum dan sesudah diberikan pelatihan. Data pre-test didapatkan sebagian besar tingkat pengetahuan peserta dalam kategori kurang yaitu 63%. Setelah dilakukan post-test terjadi perubahan tingkat pengetahuan menjadi baik yaitu sebanyak 88%.

Tabel 2. Hasil uji perubahan Pengetahuan Kader “SIJAMIL” sebelum dan setelah diberikan Pelatihan

Variabel	<i>Asym. Sig (2 tailed)</i>
Tingkat Pengetahuan	0,001

Tabel di atas menunjukkan terdapat perubahan yang signifikan terhadap pengetahuan kader sebelum dan setelah diberikan pelatihan. Hasil p-value 0,001 ($p\text{-value} < \alpha 0,05$) menunjukkan adanya pengaruh pelatihan terhadap tingkat pengetahuan kader SIJAMIL di desa Dajan Peken Tabanan.



Gambar 5. Dokumentasi Kegiatan Pendampingan (Sumber: PKM 2025)

Pada Tanggal 16 Agustus 2025 dan Tanggal 23 Agustus 2025 dilaksanakan pendampingan kader SIJAMIL melaksanakan implementasi keterampilan yang sudah dilatih pada remaja dan ibu hamil. Saat ini para kader menerapkan keterampilan pemantauan tanda-tanda anemia pada remaja, tanda bahaya pada kehamilan dan resiko permasalahan nutrisi pada remaja dan ibu hamil yang dapat berdampak pada kesehatan reproduksi dan munculnya kasus stunting pada bayi yang dilahirkan nantinya. Pada saat ini juga diberikan makanan tambahan dengan menu seimbang yang telah dibuat oleh para kader serta mengenalkan teh beras merah sebagai minuman sehat kaya nutrisi dan zat besi.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang telah dilakukan secara umum berjalan lancar dan berdampak terhadap terbentuknya kader desa sayang remaja dan ibu hamil “SIJAMIL” di Desa Dajan Peken Tabanan. Setelah dilakukan pelatihan dan workshop didapatkan peningkatan pengetahuan kader tentang kesehatan remaja dan ibu hamil terutama pencegahan anemia dan dampaknya terhadap kejadian kasus stunting. Peningkatan keterampilan kader dalam pemeriksaan kesehatan sederhana, tanda-tanda anemia, tanda-tanda bahaya kehamilan dan resiko kekurangan nutrisi pada remaja dan ibu hamil.

Peningkatan pengetahuan dan kemandirian kader dalam manajemen posyandu remaja yang lebih menarik dan bermanfaat, peningkatan keterampilan kader dalam pengelolaan pemberian makanan tambahan sebagai sumber nutrisi seimbang bagi remaja dan ibu hamil. Terciptanya rumah sehat dan pojok sayang remaja dan ibu hamil di lingkungan desa Dajan Peken Tabanan. Saran diberikan kepada kader SIJAMIL dan pihak desa agar tetap melanjutkan program yang telah diberikan dengan berkoordinasi dengan pihak Puskesmas agar pelaksanaan posyandu remaja dan ibu hamil berjalan lebih optimal.

UCAPAN TERIMAKASIH

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada KEMDIKTISAINTEK untuk hibah pendanaan PKM Tahun 2025. Kepada pihak Puskesmas Tabanan III, Desa Dajan Peken Tabanan, Institusi ITEKES Bali dan semua pihak terkait yang sudah membantu kelancaran pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini. Semoga hasil pengabdian masyarakat ini dapat bermanfaat bagi peningkatan pelayanan kesehatan remaja dan ibu hamil secara umum.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, N. at all. (2024). Upaya Peningkatan Pengetahuan Dan Skrining Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Wus Usia 15-19 Tahun Di Sman I Semarang. *JAI: Jurnal Abdimas ITEKES Bali Institut Teknologi Dan Kesehatan (ITEKES) Bali*, 4(1), 76–82. <https://ejournal.itekes-bali.ac.id/jai>
- Dewi, N. W. E. P., & Ariani, N. K. S. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Menurunkan Resiko Stunting Pada Balita di Kabupaten Gianyar. *Jurnal Menara Medika*, 3(2), 148–154. https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/enara_medika/index
- Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Tabanan Tahun 2023*. <https://diskes.baliprov.go.id/download/profil-kesehatan-tabanan-2023/>
- Dwijayanti, Y., Nurtini, N. M., & Dewi, N. W. E.P. (2024). Hubungan Karakteristik Dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Uptd.Puskesmas Nusa Penida I. *Jurnal Medika Usada*, 7(1), 25–32. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v7i.218>
- Kemenkes BKPK. (2023). *SKI 2023 Dalam Angka*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>
- Nuartini, N. & K. S. (2021). Gambaran Kesehatan Reproduksi Siswa SMA di SMAN 1 Mengwi. *JRKN*. <https://ejournal.itekes-bali.ac.id/jrkn/article/view/339/154>
- Nuartini, N. N., Sutini, N. K., Dira, M. A., Bhandesa, A. M., & Krishna, I. K. (2024). *Pemberdayaan Kader Posyandu dan Komplementer Berbasis Akupresur dan Usada Bali Sebagai Upaya Optimalisasi Mutu Pelayanan Kesehatan di UPTD Puskesmas Tabanan III*. 6(1), 189–200.
- Nuartini, N., NLP, D. S., I Made, S., & Sutini, N. K. (2024). Community Behavior Factors in Environmental Health Care: An Exploratory Study. *Babali Nursing Research*, 5(2), 308–321. <https://doi.org/10.37363/bnr.2024.52367>
- Sintyadewi, P. R., & Widnyani, I. A. A. (2022). Penyuluhan Obesitas Dan Nutrition Facts Serta Pelatihan Pembacaan Label Kemasan dan Informasi Nilai Gizi Pada Makanan Kemasan Di SMA Negeri 1 Semarang, Klungkung. *Jurnal Widya Laksana*, 11(2), 291–296. <https://doi.org/10.23887/jwl.v11i2.712>
- Widnyani IAA, Wartini NM, W. N. (2023). *Karakteristik Fisikokimia Ekstrak Bekatul Beras Hitam Asal Desa Cengolo - Tabanan Sebagai Sumber Pewarna Fungsional*. 10(2), 68–74.