

Daftar Isi

Daftar Isi.....	ii
Bab I. Pendahuluan	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan.....	3
1.4 Luaran yang Diharapkan	3
1.5 Manfaat.....	4
Bab 2. Gambaran Umum Masyarakat Sasaran	5
2.1 Kondisi Masyarakat Sasaran	5
2.2 Permasalahan Masyarakat	5
Bab 3. Metode Pelaksanaan	6
3.1 Observasi Lapangan dan Pengumpulan Data Sekunder.....	6
3.2 Persiapan	6
3.3 Pelaksanaan Program	7
3.4 Evaluasi	8
Bab 4. Biaya dan Jadwal Kegiatan.....	9
4.1 Perencanaan Biaya	9
4.2 Jadwal Kegiatan	9
Daftar Pustaka	10
LAMPIRAN.....	11
Lampiran 1. Biodata Ketua, Anggota dan Dosen Pendamping.....	11
Lampiran 2. Justifikasi Anggaran Kegiatan	21
Lampiran 3. Susunan Organisasi Tim Kegiatan dan Pembagian Tugas	22
Lampiran 4. Surat Pernyataan Ketua Peneliti.....	23
Lampiran 5. Surat Pernyataan Kesediaan dari Mitra.....	24
Lampiran 6. Denah Detail Lokasi Mitra Kerja.....	25

Daftar Tabel

Tabel 1 Ringkasan Anggaran Biaya.....	9
Tabel 2 Jadwal Kegiatan Program	9

Bab I. Pendahuluan

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak (Pareek & Hafiz, 2015). Batas kadar Hb remaja putri untuk mendiagnosis anemia yaitu apabila kadar Hb kurang 12 gr/dl. Penyebab paling umum dari anemia di seluruh dunia adalah kekurangan zat besi, yang dihasilkan dari keseimbangan zat besi negatif yang berkepanjangan, yang disebabkan oleh asupan atau penyerapan zat besi yang tidak memadai, peningkatan kebutuhan zat besi selama masa kehamilan atau masa pertumbuhan, dan peningkatan kehilangan zat besi akibat menstruasi. Penyebab penting anemia lainnya di seluruh dunia termasuk infeksi, kekurangan zat gizi (terutama folat dan vitamin B12, A dan C) dan kondisi genetik (seperti thalassemia) dan malaria berat dan mungkin terkait dengan infeksi bakteri sekunder (Gonete *et al*, 2018). Anemia selama masa remaja merupakan permasalahan gizi yang memiliki efek negatif yang tidak dapat diubah pada pertumbuhan dan kognitif (Mengistu *et al*, 2019). Selain itu, anemia akan berdampak pada menurunnya produktivitas kerja dan peningkatan risiko komplikasi kehamilan termasuk prematuritas dan retardasi pertumbuhan (More *et al*, 2013).

Prevalensi anemia di dunia menurut WHO (2013) berkisar 40-88%. Sedangkan pada negara berkembang, kejadian anemia lebih besar daripada negara maju dengan prevalensi 42% pada anak usia 0-4 tahun, 53% pada anak usia 5-14 tahun, 43% pada wanita tidak hamil, dan 55% pada wanita hamil di negara berkembang. Di Indonesia, prevalensi nasional anemia mencapai 21,7% dan 18,4% pada kelompok remaja usia 15-24 tahun (Risikesdas, 2013). Penelitian Anggraeni (2007) menyatakan prevalensi anemia pada remaja putri di Jakarta mencapai 44,6%. Penelitian lain yang dilakukan oleh Indriantika dan Soekarti (2009); Tambunan (1995); dan Yunawan (2014) juga menyatakan bahwa prevalensi anemia pada siswi di salah satu SMA di Jakarta Pusat, Jakarta Timur, dan Jakarta Selatan secara berturut-turut sebesar 20%; 24,3%; dan 28,8%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Assyfa (2019) didapatkan bahwa prevalensi anemia pada siswi di SMAN 34 Jakarta mencapai 54,9%.

Terdapat beberapa program yang telah dilakukan dalam mencegah anemia, salah satunya adalah pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Program pemberian suplementasi zat besi (TTD) pada remaja putri diharapkan dapat berkontribusi memutus lingkaran malnutrisi antargenerasi (WHO, 2005). Pemerintah Indonesia sejak tahun 1997 telah menjalankan program pencegahan dan penanggulangan anemia gizi pada Wanita Usia Subur (WUS) dengan mengintervensi WUS lebih dini lagi, yaitu sejak usia remaja. Program ini bertujuan untuk mendukung upaya penurunan angka kematian ibu dengan menurunkan risiko terjadinya perdarahan akibat anemia pada ibu hamil. Menurut PMK RI Nomor 88 Tahun 2014 Tentang Standar Tablet Darah Bagi Wanita Usia Subur dan Ibu Hamil, TTD yang diberikan pada remaja putri yaitu 1 tablet/minggu dan 1 tablet/hari selama 10 hari ketika menstruasi. Program suplementasi zat besi telah diatur dalam buku Pedoman Penanggulangan Anemia Gizi untuk Remaja Putri dan WUS dari Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2016. Meskipun sudah cukup jelas, program tersebut masih mengalami banyak kendala terutama dalam hal kepatuhan (Kemenkes RI, 2016).

Kepatuhan merupakan salah satu faktor yang dianggap paling berpengaruh dalam keberhasilan program suplementasi besi (Nuradhiani *et al*, 2017). Kepatuhan mengonsumsi TTD diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi dan frekuensi mengonsumsi tablet. Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa sebesar 80,9% remaja putri mendapatkan TTD, namun 98,6% di antaranya tidak patuh dan tidak mengonsumsi TTD sesuai anjuran, hanya 1,4% remaja putri yang hanya mengonsumsi TTD dengan anjuran. Salah satu upaya untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD remaja putri dalam pelaksanaannya memerlukan bantuan dari pihak luar, seperti guru.

Pada tahun 2017, SMAN 34 Jakarta menjalankan program dari Dinas Kesehatan yaitu pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) untuk peserta didik baru. Program ini dikelola oleh anggota Palang Merah Remaja (PMR) SMAN 34 Jakarta. Tidak seluruh peserta didik baru mengikuti program ini karena terdapat siswi yang tidak menyetujui mengikuti program TTD. Pemberian TTD dilakukan setiap hari Jumat selama satu semester dimana setiap anak mendapatkan 2 buah tablet. Akan tetapi, pelaksanaan program ini tidak berjalan hingga waktu yang ditentukan, karena banyak siswi yang tidak datang pada waktu pembagian TTD sehingga masih banyak tablet yang tersisa di ruang UKS SMAN 34 Jakarta. Hal ini membuat kami mengangkat masalah anemia pada remaja putri dalam program “SEHATI (Sekolah Sehat Tanpa Anemia)”. Melalui program ini, kami memberikan sistem pendistribusian TTD yang lebih baik guna meningkatkan cakupan konsumsi TTD di kalangan siswi

SMAN 34 Jakarta. Selain itu, dilakukan juga intervensi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai anemia dan memberdayakan peran Palang Merah Remaja (PMR) untuk membantu meningkatkan kemandirian dalam menyelesaikan permasalahan kesehatan di sekolah.

1.2 Rumusan Masalah

- 1 Anemia dapat memberikan dampak bagi produktivitas remaja putri, sehingga topik ini perlu diedukasikan.
- 2 Masih rendahnya pengetahuan remaja mengenai kesadaran, penanganan, dan pencegahan anemia pada remaja.
- 3 Remaja masih belum memiliki panduan informatif dan praktis tentang penanganan dan pencegahan anemia dari pemberian TTD, asupan makanan dan lainnya.
- 4 Masih kurangnya cakupan konsumsi TTD pada remaja.

1.3 Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Program ini bertujuan untuk meningkatkan cakupan konsumsi TTD serta meningkatkan kesadaran dan kepedulian terhadap masalah anemia pada remaja di sekolah.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Meningkatkan cakupan konsumsi TTD
2. Meningkatkan peran PMR dalam menangani permasalahan kesehatan di sekolah
3. Meningkatkan kesadaran dan kepedulian siswa terhadap masalah anemia
4. Meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa mengenai anemia

1.4 Luaran yang Diharapkan

1.4.1 Peningkatan cakupan konsumsi TTD

Melalui program ini, diharapkan dapat meningkatkan cakupan konsumsi TTD siswi SMAN 34 Jakarta dengan diadakannya hari minum TTD dan buku harian TTD.

1.4.2 Peningkatan pengetahuan mengenai anemia

Peningkatan pengetahuan dilakukan dengan penyuluhan awal dan pemasangan poster yang berisi materi di tempat-tempat strategis di sekolah. Pemasangan ini disertai dengan Teka-Teki Silang (TTS) berhadiah untuk meningkatkan antusiasme siswa.

1.4.3 Peningkatan peran PMR terhadap permasalahan kesehatan di sekolah

PMR akan diberikan pelatihan di awal kegiatan. Pengurus PMR juga akan diberikan arahan mengenai program yang akan dijalankan, diharapkan PMR dapat mengawal berjalannya program dan untuk selanjutnya PMR dapat menjalankan program ini secara mandiri.

1.5 Manfaat

1. Meningkatkan cakupan konsumsi TTD pada siswi SMAN 34 Jakarta.
2. Meningkatkan pengetahuan dan sikap siswi usia remaja mengenai anemia, kepatuhan konsumsi TTD dan dampak positif terkait TTD.
3. Pemberdayaan anggota PMR di SMAN 34 Jakarta.

Bab 2. Gambaran Umum Masyarakat Sasaran

Siswi Sekolah Menengah Atas yang akan menjadi sasaran kami adalah siswi kelas X dan XI. Pertimbangan tidak mengikutsertakan siswi kelas XII karena siswi kelas XII kemungkinan memiliki jadwal pelajaran yang lebih padat untuk mempersiapkan Ujian Akhir Sekolah.

Selain siswa, sasaran kami yang lainnya adalah pengurus PMR. Pengurus PMR diberikan pengetahuan dasar mengenai anemia dan gambaran umum tentang program. Diharapkan, PMR berperan aktif dalam mengawal seluruh kegiatan pada program yang akan dilaksanakan. Sehingga, setelah program ini selesai, pihak sekolah dapat menjalankan program ini secara mandiri melalui peran PMR.

2.1 Kondisi Masyarakat Sasaran

Anemia masih merupakan masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi pada remaja putri usia 13-18 tahun sebesar 22,7% (Riskesdas, 2013). Dari hasil penelitian yang telah ada, prevalensi anemia pada remaja siswi di wilayah Jakarta Selatan sudah melebihi prevalensi nasional dan sudah termasuk ke dalam permasalahan kesehatan masyarakat, yaitu sebesar 28,8%. (Yunawan, 2014). Sampai pada hasil Riskesdas tahun 2018, didapatkan proporsi remaja putri yang tidak mendapat TTD masih tergolong tinggi sebesar 23,8%. SMAN 34 menjadi sasaran program ini karena sudah pernah diadakan program pemberian TTD kepada siswinya tetapi tidak berjalan optimal. Selain itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Assyfa tahun 2019, didapatkan bahwa prevalensi anemia pada siswi di SMAN 34 Jakarta mencapai 54,9%.

2.2 Permasalahan Masyarakat

Pada tahun 2017, SMAN 34 Jakarta menjalankan program dari Dinas Kesehatan yaitu pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) untuk peserta didik baru. Program ini dikelola oleh anggota Palang Merah Remaja (PMR) SMAN 34 Jakarta. Akan tetapi, pelaksanaan program ini tidak berjalan hingga waktu yang ditentukan, karena banyak siswi yang tidak datang pada waktu pembagian TTD. Hal ini dikarenakan tidak adanya sistem pendistribusian TTD yang efektif dan rendahnya pengetahuan siswi terhadap urgensi konsumsi TTD.

Bab 3. Metode Pelaksanaan

3.1 Observasi Lapangan dan Pengumpulan Data Sekunder

Pada tahap ini, kami mencari sekolah yang memiliki prevalensi anemia yang tinggi dan kepatuhan minum TTD yang rendah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Assyifa pada tahun 2019, didapatkan prevalensi anemia sebesar 54,9% pada SMAN 34 Jakarta. Oleh karena itu, kami menjadikan SMAN 34 Jakarta sebagai lokasi sasaran kami.

3.2 Persiapan

3.2.1. Perizinan

Setelah mendapatkan lokasi sasaran, kami melakukan perizinan pada mitra terkait serta mengajukan surat untuk melakukan kerja sama.

3.2.3. Pembuatan Media dan Materi

Pada tahap ini, kami melakukan pembuatan materi dan media untuk siswa SMAN 34 Jakarta mengenai program kepatuhan TTD dan anemia. Terdapat empat media yang kami buat, yaitu berupa PPT, leaflet, poster, Teka-teki Silang (TTS), buku harian TTD. Media PPT dan leaflet berisi materi mengenai pengertian, dampak, faktor penyebab, pencegahan anemia, makanan yang dapat meningkatkan dan menghambat penyerapan zat besi serta, pentingnya konsumsi TTD, serta penanggulangan efek samping konsumsi TTD. Media poster akan dipasang di tempat strategis di sekolah. Media TTS dikeluarkan bergilir bersamaan dengan media poster yang digunakan sebagai alat untuk mengevaluasi pengetahuan mengenai materi pada poster terkait. Selain itu, kami menggunakan media berupa buku harian TTD untuk memantau konsumsi TTD siswa.

3.2.3. Persiapan Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana yang dipersiapkan untuk program ini ialah:

- Mempersiapkan keperluan logistik untuk penyuluhan kepada siswa kelas.
- Mempersiapkan logistik untuk pelatihan kepada pengurus PMR.
- Mempersiapkan *stock* TTD di sekolah.

3.3 Pelaksanaan Program

3.3.1. Pelatihan Pengurus PMR

Pelatihan ini akan dilakukan satu kali pada awal kegiatan. Pengurus PMR akan diberikan edukasi singkat mengenai anemia dan kondisi terkait anemia yang terjadi di SMAN 34 Jakarta. Pengurus PMR juga akan diberikan arahan mengenai program yang akan dijalankan, diharapkan PMR dapat mengawal berjalannya program.

3.3.2. Penyuluhan Kepada Guru dan Siswa Terkait Anemia dan Pemberian TTD

Penyuluhan ini dilakukan satu kali pada awal kegiatan. Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan guru dan siswa mengenai anemia dan TTD. Pada kegiatan ini, akan dilakukan pemaparan materi yang telah dipersiapkan dengan media PPT dan leaflet yang akan memudahkan guru dan siswa untuk memahami materi yang diberikan. Sebelum melakukan penyuluhan akan terdapat *pre-test* dan juga akan diberikan *post-test* di akhir kegiatan penyuluhan untuk siswa.

3.3.3. Poster dan Teka-Teki Silang

Setelah diadakan penyuluhan di awal kegiatan, kami akan memasang poster di tempat-tempat strategis yang ada di sekolah. Poster tersebut akan berganti materi setiap dua minggu. Untuk meningkatkan minat siswa dalam membaca poster, kami juga menyertakan TTS berhadiah yang berisikan pertanyaan terkait materi di poster. Pemenang TTS akan diumumkan dua minggu sekali.

3.3.4. Hari Minum TTD

Hari minum TTD merupakan kegiatan dimana siswa akan meminum TTD secara bersamaan di hari yang telah ditentukan setiap minggunya. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan cakupan konsumsi TTD pada siswa. Selain itu, kegiatan ini juga dilengkapi dengan rapor harian TTD. Siswa akan mendapat tanda tangan dari guru sebagai tanda bahwa siswa tersebut sudah meminum TTD. Dengan rapor ini juga dapat dipantau kepatuhan siswa dalam menjalankan program. Hari Minum TTD akan dilaksanakan setiap hari jumat, karena pada hari ini terdapat program khusus yang dialankan oleh sekolah khusus untuk siswi, yaitu 'keputrian'. Diharapkan program keputrian dapat menjadi wadah untuk menjalankan hari minum TTD.

3.4 Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan berbagai *tools*, seperti kuesioner kebiasaan konsumsi TTD, buku harian TTD, retensi, *pre-test* dan *post-test*. Pada awal kegiatan, akan disebar kuesioner untuk mengetahui bagaimana kebiasaan konsumsi TTD pada siswa. Pada akhir kegiatan akan dilihat apakah ada perubahan kebiasaan konsumsi TTD dengan menggunakan rapor harian TTD yang berisi tanda tangan guru. Untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan siswa, kami menggunakan *pre-test* dan *post-test* pada saat penyuluhan. Selain itu, kami juga menggunakan retensi sebagai alat untuk mengevaluasi pengetahuan terkait materi pada poster yang ditempel di sekolah pada akhir kegiatan.

	Laporan																		
--	---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Daftar Pustaka

- Anggraeni, A. (2007). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Status Anemia pada Siswi SMU di Wilayah DKI Jakarta*. BKPI-LIPI.
- Gonete, K.A., Tariku, Amere., Wami, S.D., Derso, T. (2018). *Prevelance and Associated Factors of Anemia Among Adolescent Girls Attending High Schools in Dembia District, Northwest Ethiopia*. 76:79
- Indriantika, F. dan Soekarti, M. 2009. Hubungan Antara Kelebihan Berat Badan Dengan Status Hemoglobin Pada Siswi Sekolah Menengah Atas atau Sederajat di Jakarta. *Jurnal Gizi Indonesia*, 32(2). pp: 157-162.
- Ismah, Assyfa A. (2019). *Hubungan Antara Tingkat Literasi Gizi dan Faktor Lainnya dengan Status Anemia pada Siswi SMAN 34 Jakarta Tahun 2019*. Depok : Universitas Indonesia
- Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mengistu, G., Azage, M., and Gutema,H. (2019). *Iron Deficiency Anemia among In-School Adolescent Girls in Rural Area of Bahir Dar City Administration, North West Ethiopia*. 76:79
- More, S., Shivkumar, V.B., Gangane, N., Shende, S. (2013). *Effects of Iron Deficiency on Cognitive Function in School Going Adolescent Females in Rural Area of Central India*. Hindawi Publishing Corporation.
- Nuradhiani, A., Briawan, D., and Dwiriani,M.C. (2017). *Dukungan Guru Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Kota Bogor*. *J. Gizi Pangan* 12(3):153-160
- Pareek, P and Hafiz, A. (2015). *A Study on Anemia Related Knowledge Among Adolescent Girls*. *International Journal of Nutrition and Food Sciences* 4(3):273-276.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 88 Tahun 2014 Tentang Standar Tablet Darah Bagi Wanita Usia Subur dan Ibu Hamil
- Tambunan, V. (1995). *Hubungan Antara Anemia Defisiensi Besi Dengan Status Riboflavin Siswa Wanita SMAN 71 Jakarta*. Depok : Universitas Indonesia.
- World Health Organization. (2005). *Nutrition in adolescent: issues and challenges for the health sector: issues in adolescent health and development*. WHO discussion papers on adolescent.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Biodata Ketua, Anggota dan Dosen Pendamping

A. Biodata Ketua Pelaksana

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Inaya Zafira
2.	Jenis Kelamin	Perempuan
3.	Program Studi	S1 Reguler Gizi 2016
4.	NPM	1606917191
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Jakarta, 3 Oktober 1998
6.	Alamat E-mail	inayazafira@gmail.com
7.	No. Telepon/HP	085772386280

B. Kegiatan Kemahasiswaan Yang Sedang/Pernah Diikuti

No.	Jenis Kegiatan	Status dalam Kegiatan	Waktu dan Tempat
1.	MPM IM FKM UI	Staff Kaderisasi dan Suksesi	Fakultas Kesehatan Masyarakat UI Periode 2017
2.	Trotoar IM FKM UI	Staff Inventaris	Fakultas Kesehatan Masyarakat UI Periode 2018
3.	FKM UI Peduli 14	Staff Kreatif dan PJ Konsumsi Dusun 3	Desa Rawabelut, Cianjur tahun 2018
4.	Ikatan Lembaga Mahasiswa Gizi Indonesia	Staff Isu dan Advokasi	2018
5.	Ikatan Lembaga Mahasiswa Gizi Indonesia	Staff Ahli Isu dan Advokasi	2019
6.	Nutrition Expo 8	<i>Project Officer</i> Nutritionist Wanna Be	Fakultas Teknik UI dan Fakultas Ekonomi dan Bisnis UI tahun 2018

7.	Gizi Peduli Indonesia	Delegasi UI	Dusun Krangkeng, Desa Batur, Semarang tahun 2019.
----	-----------------------	-------------	---

C. Penghargaan Yang Pernah Diterima

No.	Jenis Penghargaan	Pihak Pemberi Penghargaan	Tahun
1.	Juara I Lomba Dietetik NUTRIFEST 2019	Universitas Diponegoro	2019
2.	Juara III Lomba Poster Nutrition Expo 2018	Universitas Indonesia	2018

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 PKM-M.

Depok, 1 November 2019
Pengusul,



Inaya Zafira
NPM. 1606917191

B. Biodata Anggota ke-1

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Fitra Sistia
2.	Jenis Kelamin	Perempuan
3.	Program Studi	S1 Reguler Gizi 2016
4.	NPM	1606893506
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Surabaya, 18 Agustus 1998
6.	Alamat E-mail	fitrasistia@gmail.com
7.	No. Telepon/HP	081617420034

B. Kegiatan Kemahasiswaan Yang Sedang/Pernah Diikuti

No.	Jenis Kegiatan	Status dalam Kegiatan	Waktu dan Tempat
1.	Asosiasi Keluarga Gizi IM FKM UI	Bendahara I	Fakultas Kesehatan Masyarakat UI Periode 2019
2.	Asosiasi Keluarga Gizi IM FKM UI	Manager Entrepreneurship	Fakultas Kesehatan Masyarakat UI Periode 2018
3.	OKK IM FKM UI	Fasilitator	Fakultas Kesehatan Masyarakat UI Periode 2018
4.	FKM UI Peduli	Vice Project Officer	Fakultas Kesehatan Masyarakat UI Periode 2018
5.	Bakti Sosial Pas OKK	Bendahara	Fakultas Kesehatan Masyarakat UI Periode 2017
6.	Asosiasi Keluarga Gizi IM FKM UI	Staff Entrepreneurship	Fakultas Kesehatan Masyarakat UI Periode 2017

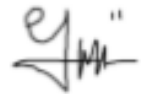
C. Penghargaan Yang Pernah Diterima

No.	Jenis Penghargaan	Pihak Pemberi Penghargaan	Tahun
1.	Juara 2 Lomba Karya Tulis Ilmiah Nasional	NutResearch Gizi UNAIR	2018
2.	Juara II Cerdas Cermat ACIPRAJA JAWA TIMUR	SMAN 19 Surabaya	2015
3.	Juara I Cerdas Cermat ACIPRAJA JAWA TIMUR	SMAN 19 Surabaya	2014

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

Depok, 1 November 2019

Pengusul,



Fitra Sistia

NPM. 1606893506

C. Biodata Anggota Ke-2

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Farah Ramadhani Putri Wicaksana
2.	Jenis Kelamin	Perempuan
3.	Program Studi	S1 Reguler Kesehatan Masyarakat
4.	NPM	1706040681
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Jakarta, 25 Desember 1998
6.	Email	farah_rpw@yahoo.com
7.	Nomor Telepon / HP	081398031467

A. Kegiatan Kemahasiswaan Yang Sedang/Pernah Diikuti

No	Jenis Kegiatan	Status dalam Kegiatan	Waktu dan tempat
1	BEM IM FKM UI	Kepala Departemen Pendidikan dan Keilmuan	Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia 2019
2	OKK IM FKM UI	Fasilitator	Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia 2019
3	Public Health Expo 11	Staff Public Lecturer	Fakultas Kesehatan Masyarakat 2019

B. Penghargaan Yang Pernah Diterima

No	Jenis Penghargaan	Pihak Pemberi Penghargaan	Tahun
1.	Juara 2 Lomba Poster Nasional	Epidemic Fakulras Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia	2019
2.	Best Essay	INS International Exchange Program	2019
3.	Juara 2 Lomba Poster Nasional	Fakulras Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia	2018
4.	Juara 2 Kompetisi Ratoeh Jaroh	SMA Negeri 5 Depok	2016

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

Depok, 1 November 2019
Pengusul,



(Farah Ramadhani Putri Wicaksana)
NPM. 1706040681

D. Biodata Anggota Ke-3

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Aljira Fitya Hapsari
2.	Jenis Kelamin	Perempuan
3.	Program Studi	S1 Reguler Kesehatan Masyarakat 2017
4.	NPM	1706040800
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Jakarta, 3 Juli 1998
6.	Alamat E-mail	aljira.fitya@gmail.com
7.	No. Telepon/HP	082211178698

B. Kegiatan Kemahasiswaan Yang Sedang/Pernah Diikuti

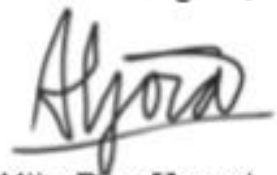
No.	Kegiatan	Status dalam Kegiatan	Waktu dan Tempat
1.	BEM IM FKM UI 2018	Staff kontrol internal	FKM UI 2018
2.	Rumah Belajar dan Kakak asuh	Kakak Asuh Remaja	Kampung Lio 2018
3.	Olimpiade FKM UI 2018	PJ Dana Usaha	FKM UI 2018
4.	FKM UI Peduli 14	Volunteer	Cianjur, Agustus 2018
5.	Jelajah Dewantara 2019	Volunteer	Tegal, Januari 2019
	BEM UI 2019	Staf Sosial Masyarakat	UI 2019
	FKM UI Peduli 15	Bendahara	Sindangkerta Agustus 2019

C. Penghargaan Yang Pernah Diterima

No.	Jenis Penghargaan	Pihak Pemberi Penghargaan	Tahun
1.			
2.			

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 PKM-M.

Depok, 1 November 2019
Pengusul,



Aljira Fitya Hapsari
NPM. 1706040800

E. Biodata Dosen Pendamping

A. Identitas diri

1.	Nama Lengkap (dengan gelar)	Triyanti,SKM,MSc
2.	Jenis Kelamin	Perempuan
3.	Program Studi	Gizi Kesehatan Masyarakat
4.	NIP/NIDN	197005051996032002
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Jakarta,5 Mei 1970
6.	Alamat E-mail	triyantigizi@gmail.com
7.	No. Telepon/HP	082233045047

B. Riwayat Pendidikan

	S1	S2	S3
Nama Institusi	Universitas Indonesia	SEAMEO UI	
Jurusan / Prodi	Ilmu Kesehatan Masyarakat	Community Nutrition	
Tahun masuk-lulus	1989	1998	

C. Rekam Jejak Tri Dharma PT

C.1. Pendidikan / Pengajaran

No	Nama Mata Kuliah	Wajib / Pilihan	SKS
	Semester Ganjil 2019-2020		
1.	Dasar Gizi Kesmas	Wajib Fakultas	2,25
2.	Ilmu Biomedik Dasar	Wajib Rumpun Kesehatan	2,3
3.	Dasar Kulinari	Wajib Prodi	0,875
4.	Dietetika Penyakit Infeksi dan Defisiensi	Wajib Prodi	0,6
5.	Dietetika Penyakit Tidak Menular	Wajib Prodi	0,6
6.	Zat gizi Makro	Wajib Prodi	1,5
7.	Zat Gizi Mikro	Wajib Prodi	1,5
8.	Gizi Kebugaran dan Olah Raga	Wajib Prodi	1
9.	Kewirausahaan	Wajib Prodi	0,4
	Semester Genap 2018-2019		
1.	MPKT B	Wajib Universitas	6
2.	Kolaborasi dan Kerjasama Tim	Wajib Rumpun	1

	Kesehatan	Ilmu Kesehatan	
3	Penegelolaan Bencana	Wajib Rumpun Ilmu Kesehatan	1
4	Metodologi Penelitian Kesehatan	Wajib Fakultas	1
5.	Promosi Gizi	Wajib Prodi	0,4

C.2. Penelitian


No	Judul Penelitian	Penyandang Dana	Tahun
1	Validity and Realibility Study of a Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (FFQ) for Measuring Calsium Intake in Young Adult Women	Mandiri	2018
2.	Factors Associated with Eating Out in Adolescent	Mandiri	2018
3.	Kontribusi Produk Susu Terhadap Asupan Kalsium pada Mahasiswi	Mandiri	2019
4.	Riwayat Hipertensi Keluarga Sebagai Factor Dominan Hipertensi pada Remaja	Mandiri	2017

C.1. Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Penyandang Dana	Tahun
	Pelatihan MPASI pada kader di Depok	Kemenkes	2017

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi

Depok, 4 November 2019
Dosen Pendamping,


(Triyanti SKM,MSc)

Lampiran 2. Justifikasi Anggaran Kegiatan

1.Jenis Perlengkapan	Volume	Harga Satuan (Rp)	Nilai (Rp)
- Media Poster	18	10.000	180.000
- Media TTS	18	10.000	180.000
- Media Buku Harian TTD	350	10.000	3.500.000
- SUB TOTAL (Rp)			3.860.000
2.Bahan Habis	Volume	Harga Satuan (Rp)	Nilai (Rp)
- ATK	350	5.000	1.750.000
- Lembar Kuesioner	350	1.000	350.000
- Lembar <i>Pre-test</i>	350	500	175.000
- Lembar <i>Post-test</i>	350	500	175.000
- Lembar Retensi	350	500	175.000
SUB TOTAL (Rp)			2.625.000
3.Perjalanan	Volume	Harga Satuan (Rp)	Nilai (Rp)
- Keperluan pembelian bahan	5	63.000	315.000
- Keperluan pelaksanaan program	20	60.000	1.200.000
SUB TOTAL (Rp)			1.515.000
TOTAL 1+2+3+4 (Rp)			8.000.000
(Terbilang Delapan Juta Rupiah)			

Lampiran 3. Susunan Organisasi Tim Kegiatan dan Pembagian Tugas

No	Nama / NIM	Program Studi	Bidang Ilmu	Alokasi Waktu (jam / minggu)	Uraian Tugas
1.	Inaya Zafira/ 1606917191	Gizi	Ketua, Sekretaris	20 jam/ minggu	Memandu rapat dan memantau serta mengevaluasi kerja mingguan, menjaga motivasi anggota Membuat notulensi, dan kesekretariatan
2.	Fitra Sistia/ 1606893506	Gizi	Koordinator Lapangan, Hubungan Masyarakat	20 jam/ minggu	Mengatur pelaksanaan acara, memantau jalannya acara, menghubungi sekolah mitra dan pihak lain terkait
3.	Farah Ramadhani Putri Wicaksana/ 1706040681	Kesehatan Masyarakat	Koordinator Acara	20 jam/ minggu	Membentuk acara dan program terkait penyuluhan, memantau kesiapan acara, evaluasi acara dan program yang berlangsung
4.	Aljira Fitya H./ 1706040800	Kesehatan Masyarakat	Transportasi dan Logistik	20 jam/ minggu	Mempersiapkan segala transportasi dan logistik selama acara.

Lampiran 4. Surat Pernyataan Ketua Pelaksana



UNIVERSITAS INDONESIA
Veritas, Probitas, Iustitia

Kampus Salemba Jl. Salemba Raya No 4, Jakarta
 Kampus Depok Kampus Universitas Indonesia Depok
 Tel. 62.21. 7867 222/7884 1818 Fax. 62.21. 7867 222
 Email pusadmui@ui.ac.id | www.ui.ac.id

SURAT PERNYATAAN KETUA TIM PELAKSANA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Inaya Zafira
 NIM : 1606917191
 Program Studi : Ilmu Gizi
 Fakultas : Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dengan ini menyatakan bahwa proposal PKM-M saya dengan judul **Program "SEHATI" sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri** yang diusulkan untuk tahun anggaran 2020 adalah asli karya kami dan belum pernah dibiayai oleh lembaga atau sumber dana lain.

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan mengembalikan seluruh biaya yang sudah diterima ke kas negara.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Depok, 6 November 2019

Dosen Pendamping,

(Triyanti, SKM, MSc)
 NIDN. 0005057002

Yang menyatakan,



(Inaya Zafira)
 NIM. 1606917191

Mengetahui,

Direktur Kemahasiswaan
Universitas Indonesia

Dr. Arman Nefi, S.H., M.M.
 NUK. 0508050277

Lampiran 5. Surat Pernyataan Kesediaan dari Mitra

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN KERJA SAMA DARI MITRA

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Hadi Siswanto, M.Pd
 Pimpinan Mitra : Dra. Hj. Umi Harini, M.M
 Bidang Kegiatan : PKM-Pengabdian kepada Masyarakat
 Alamat : Jl. Margasatwa Raya No. 1 Pondok Labu, Cilandak, Jakarta Selatan

Dengan ini menyatakan Bersedia untuk Bekerjasama dengan Pelaksana Kegiatan PKM Pengabdian Masyarakat "SEHATI".

Nama Ketua Tim Pengusul : Inaya Zafira
 Nomor Induk Mahasiswa : 1606917191
 Program Studi : S1 Reguler Gizi 2016
 Nama Dosen pendamping : Triyanti, SKM, MSc
 Perguruan Tinggi : Universitas Indonesia

guna menerapkan dan/atau mengembangkan iptek pada tempat kami.

Bersama ini pula kami nyatakan dengan sebenarnya bahwa di antara pihak Mitra dan Pelaksana Program tidak terdapat ikatan kekeluargaan dan ikatan usaha dalam wujud apapun juga.

Demikian Surat Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 5 November 2019



Lampiran 6. Denah Detail Lokasi Mitra Kerja

