



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA
DINAS KESEHATAN

SUKU DINAS KESEHATAN
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA SELATAN

Jalan Radio I No. 8, RT.03 / RW.04, Kramat Pela, Kebayoran Baru,
Telp. 021-7395287, 7395344 Fax. 021-7251373

Website : sudinkes.jakselkota.net, Email : sudinkesjakartaselatan@gmail.com
J A K A R T A

Kode Pos : 12130

Nomor : 2544 / KS-03
Sifat : Penting
Lampiran : 1 (satu) lembar
Hal : Permohonan Narasumber

3) Mei 2023

Kepada

Yth. Kepala Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat
Sekolah Pasca Sarjana
Prof. DR. UHAMKA
di

J a k a r t a

Dalam rangka Peningkatan Cakupan Pemberian Tablet tambah Darah Remaja Putri dan Pencegahan Anemia di Wilayah Kota Administrasi Jakarta Selatan Tahun 2023, maka dengan ini kami melaksanakan Peningkatan Kapasitas Petugas Lintas Program dan Lintas Sektor Dalam Penatalaksanaan Peningkatan Kualitas Kesehatan Remaja Puteri, maka dengan ini kami memohon Bapak/Ibu dapat menugaskan Dr. Hermawan Saputra, SKM., MARS., CICS untuk menjadi narasumber pada

hari : Kamis

tanggal : 15 Juni 2023

waktu : 13.00 sd 15.00 WIB

tempat : Aula Lantai 4

Sudin Kesehatan Kota Administrasi Jakarta Selatan

acara : Peningkatan Kapasitas Petugas Linprog dan Lintor

Dalam Peningkatan Kualitas Kesehatan Remaja Puteri

materi : Strategi Komunikasi Perubahan Perilaku

Dalam Upaya Pencegahan Anemia Remaja di Sekolah

Mohon membawa kelengkapan administrasi berupa Surat Tugas, FC NPWP, FC Buku rekening. Untuk Konfirmasi kegiatan dapat menghubungi sdr/i Mega Damayanti Putri, S. Gz (081513208466), email : newiskesmas@gmail.com.

Atas perhatian dan kerjasama Bapak/ Ibu kami ucapkan terima kasih.

Kepala Suku Dinas Kesehatan
Kota Administrasi Jakarta Selatan



[Signature]
dr. Yudi Dimiyati, MKM
NIP. 197708262006041006



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA
DINAS KESEHATAN

**SUKU DINAS KESEHATAN
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA SELATAN**

Jalan Radio I No. 8, RT.03 / RW.04, Kramat Pela, Kebayoran Baru,
Telp. 021-7395287, 7395344 Fax. 021-7251373

Website : sudinkes.jakselkota.net, Email : sudinkesjakartaselatan@gmail.com

J A K A R T A

Kode Pos : 12130

**RUNDOWN ACARA PENINGKATAN KAPASITAS PETUGAS LINTAS PROGRAM &
LINTAS SEKTOR DALAM PENATALAKSANAAN PENINGKATAN KUALITAS
KESEHATAN REMAJA PUTRI TAHUN 2023
KAMIS, 15 JUNI 2023**

WAKTU	ACARA	KET
08.00 – 08.30	Registrasi peserta	Kemas Sudinkes
08.30 – 08.45	Pembukaan MC	Panitia
08.45 – 09.00	Sambutan dan Pembukaan Kasudin Kesehatan Jaksel	Kasudinkes jaksel
09.00 – 10.00	Materi : Efektivitas Program Gizi dan Kesehatan Berbasis Sekolah Sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi Remaja	Narasumber : Nursyifa Rahma Maulida, M. Gizi (Dosen FIKES UHAMKA)
10.00 – 10.45	Penerapan Program Gizi Untuk Prestasi di Sekolah : Praktik Baik di SMP Muhammadiyah 36 Jakarta	Narasumber : Mona Farida, SE., M.Pd (Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 36 Jakarta Selatan)
10.45 – 11.00	Diskusi Tanya jawab	Kemas Sudinkes
11.00 – 11.45	Best Practise : Inovasi SOBAT AMBIAR Dalam Upaya Pencegahan Anemia Remaja di Sekolah	Narasumber : Ismania Nur Rahmawati, A.Md. Gz (Ahli Gizi Puskesmas Kel. Manggarai & Juara I Tenaga Kesehatan Teladan Kategori Nutrisionis Tk. Jaksel Tahun 2023)
11.45 – 12.00	Diskusi Tanya Jawab	Kemas Sudinkes
12.00 – 13.00	ISHOMA	Panitia
13.00 – 14.30	Materi : Strategi Komunikasi Perubahan Perilaku Dalam Upaya Pencegahan Anemia Remaja Di Sekolah	Dr. Hermawan Saputra, MARS (Dosen Sekolah Pasca Sarjana UHAMKA)
14.30 - 14.45	Diskusi Tanya Jawab	Kemas Sudinkes
14.45 – 15.45	RTL	Kemas Sudinkes
15.45 – 16.00	Penutupan	Kemas Sudinkes



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
SEKOLAH PASCASARJANA

Jl. Warung Buncit Raya No. 17, Pancoran Jakarta Selatan 12790
Telp. (021) 79184063, 79184065 Fax. (021) 79184068
Email : sekolahpascasarjana@uhamka.ac.id, www.uhamka.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor : 636 /F.03.08/2023

Pimpinan Sekolah Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA memberikan tugas kepada :

- Nama : **Dr. Hermawan Saputra, SKM., MARS., CICS.**
- Tugas : Menjadi Narasumber Kegiatan Peningkatan Kapasitas Petugas Linprog dan Lintor Dalam Peningkatan Kualitas Kesehatan Remaja Puteri yang diselenggarakan oleh Suku Dinas Kesehatan Jakarta Selatan Pemrov. DKI Jakarta
- Hari, tanggal : Kamis, 15 Juni 2023
- Tempat : Aula Lantai Lantai 4 Kantor Suku Dinas Kesehatan Kota Administrasi Jakarta Selatan
- Catatan : 1. Setelah melaksanakan tugas diharapkan membuat laporan secara tertulis kepada yang memberi tugas
2. Semua biaya dan akomodasi selama kegiatan berlangsung ditanggung oleh instansi yang mengundang

Demikian surat tugas ini diberikan untuk dilaksanakan sebaik-baiknya sebagai amanah dan ibadah kepada Allah Subhanahu Wata'ala.

Jakarta, 19 Dzulqaidah 1444 H
8 Juni 2023 M

a.n. Direktur
Sekretaris Bidang II,



Dr. Hj. Ihsana El Khuluqo, M.Pd.

Tembusan:

Yth. Direktur SPs UHAMKA (sebagai laporan)



STRATEGI KOMUNIKASI PERUBAHAN PERILAKU DALAM UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA REMAJA DI SEKOLAH

Oleh: **Dr. HERMAWAN SAPUTRA, S.K.M., M.A.R.S., CICS.**

Lokasi: Suku Dinas Kesehatan Jakarta Selatan, 15 Juni 2023

Dr. HERMAWAN SAPUTRA, SKM., M.A.R.S., CICS.



Birth in Bima, 24 May 1983.

- Doctor in Public Health Science from Faculty of Public Health, University of Indonesia.
- Certified International Communication Specialist from American Academy.
- Coordinator PSQH (Problem Solving for Quality Hospital) P3M University of Indonesia.
- Lecturer Postgraduate Study in Public Health, UHAMKA Jakarta
- Consultant for Health Policy and Hospital Management.
- Health Communication Practitioner in various Media both National and International.
- President Elect of Indonesian Public Health Association (PP IAKMI)

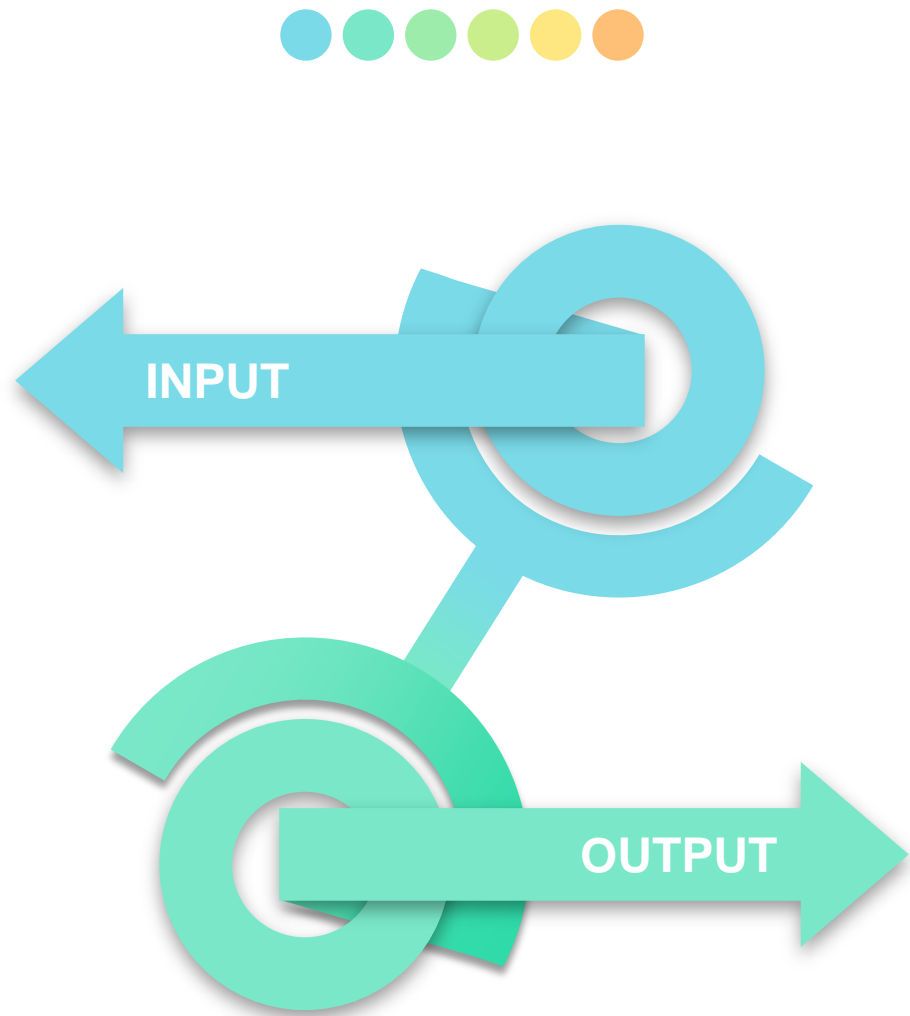






SEBAB

Masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa berkisar pada usia 10 tahun s.d 19 tahun. Dimana **rasa keingin tahuannya sangat besar terhadap sesuatu hal, jika mendapatkan informasi kesehatan yang salah, maka akan berakibat buruk terhadap kesehatan dirinya**



DAMPAK ANEMIA PADA REMAJA

TAHUKAH KAMU?

- 23% remaja perempuan
- 12% remaja laki-laki

di Indonesia mengalami anemia (kekurangan zat besi)

DAMPAK UMUM

- Penurunan imunitas
- konsentrasi
- prestasi belajar
- kebugaran & produktivitas

PADA REMAJA PUTRI

- Memperbesar risiko kematian ibu melahirkan
- bayi lahir prematur
- berat bayi rendah

CARA HINDARI ANEMIA

Konsumsi makanan tinggi zat besi, asam folat, vitamin (A, C), zink & pemberian tablet tambah darah

GERMAS
Gerakan Masyarakat Hidup Sehat

Sumber: Kementerian Kesehatan RI | Produksi 06-07-2018

IndonesiaBaik.id

AKIBAT

Penggunaan tembakau, penyalahgunaan napza, termasuk alkohol diawali pada usia ini. Kematian karena kecelakaan menempati urutan tertinggi pada golongan usia remaja. **Perilaku berisiko yang dilakukan pada masa remaja, sangat berpengaruh pada kejadian penyakit kronis dalam dekade berikutnya**

RISIKO ANEMIA REMAJA



01

POLA DIDIK

02

PROBLEM DIET

03

MENSTRUASI

04

GEDGET LIFE STYLE



WHO AM I?



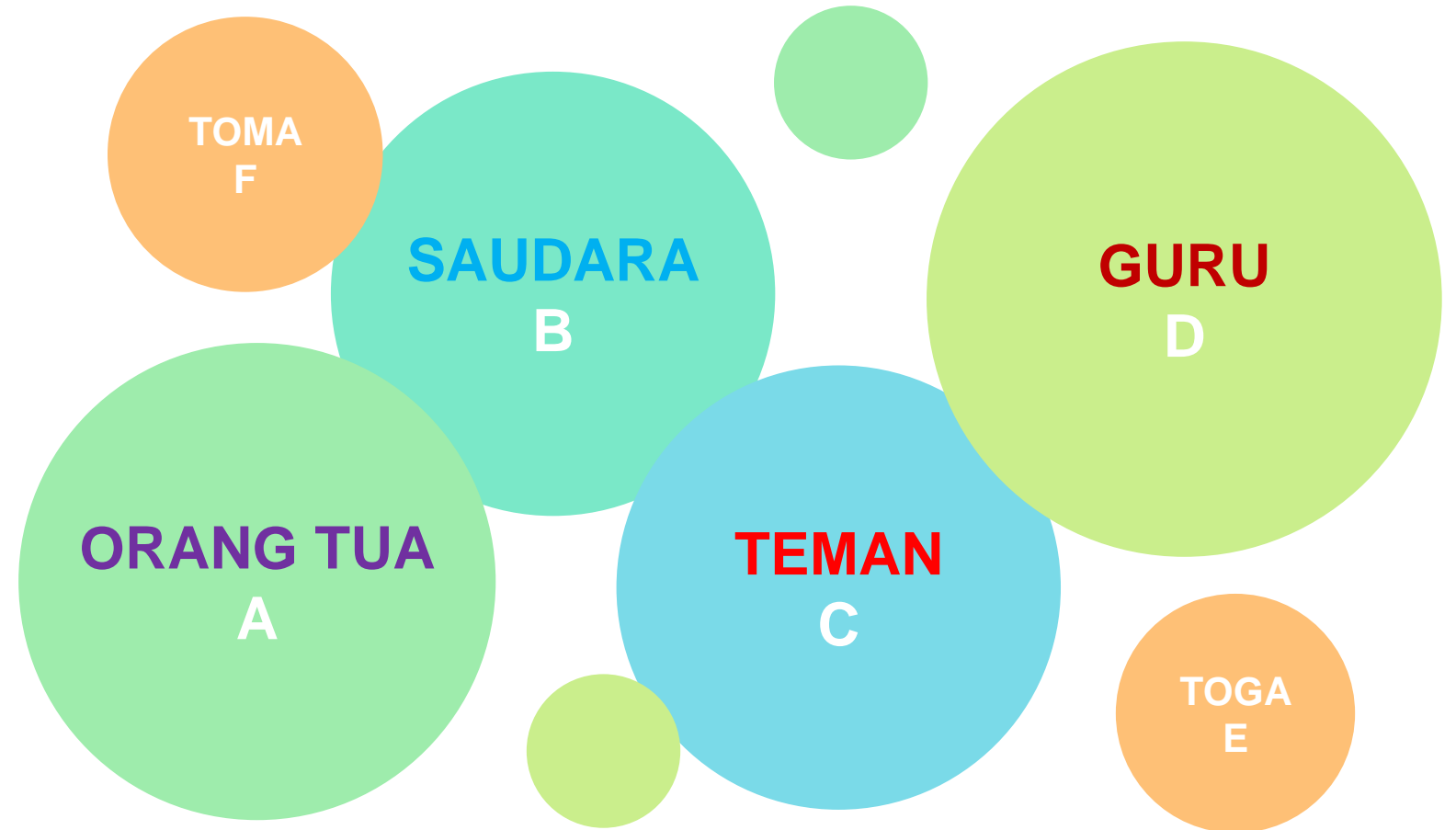
PERILAKU DI BENTUK LINGKUNGAN



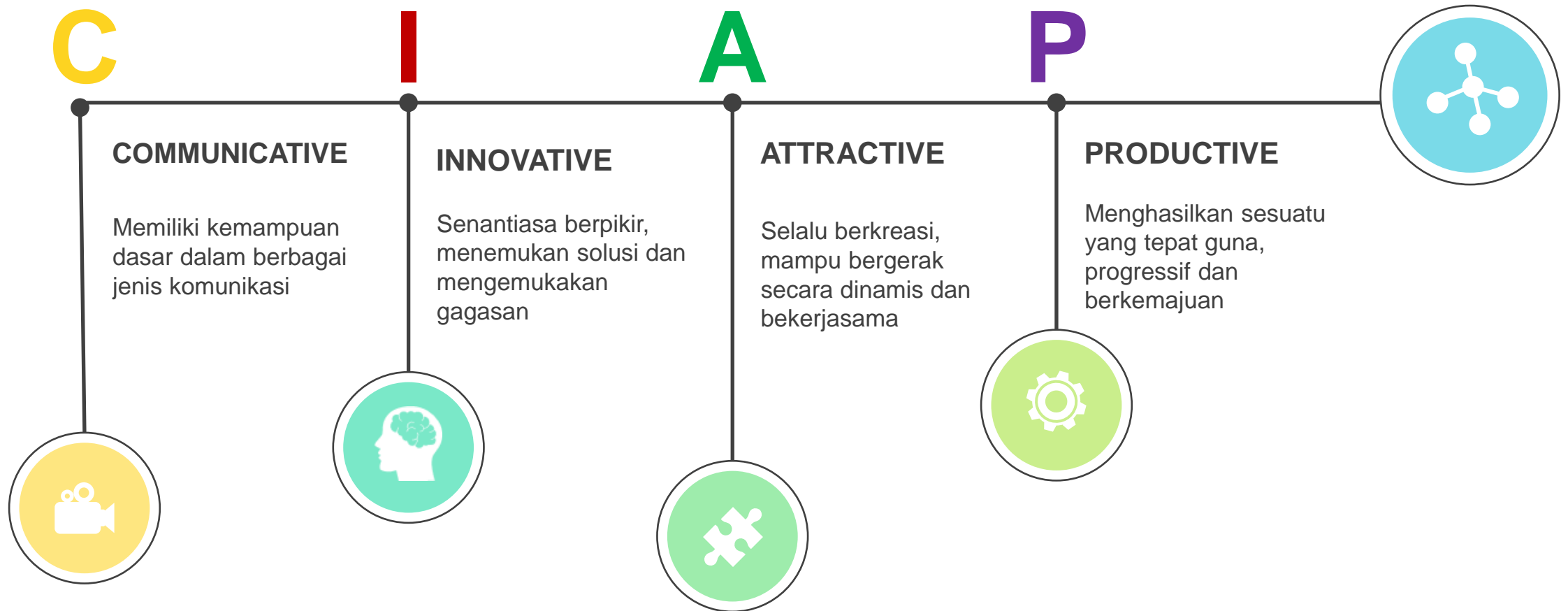
HUMANISM

أَرْبَعٌ إِذَا كُنَّ فِيكَ فَلَا عَلَيْكَ مَا فَاتَكَ مِنَ الدُّنْيَا: حِفْظُ أَمَانَةٍ، وَصِدْقٌ
حَدِيثٌ، وَحُسْنُ خُلُقٍ، وَعِفَّةٌ طُعْمَةٍ

"Empat hal jika dia ada dalam dirimu, engkau tidak merugi walupun kehilangan dunia: Menjaga amanah, berkata dengan jujur, berakhlak yang mulia dan menjaga makanan (dari yang haram)." (HR. Ahmad)



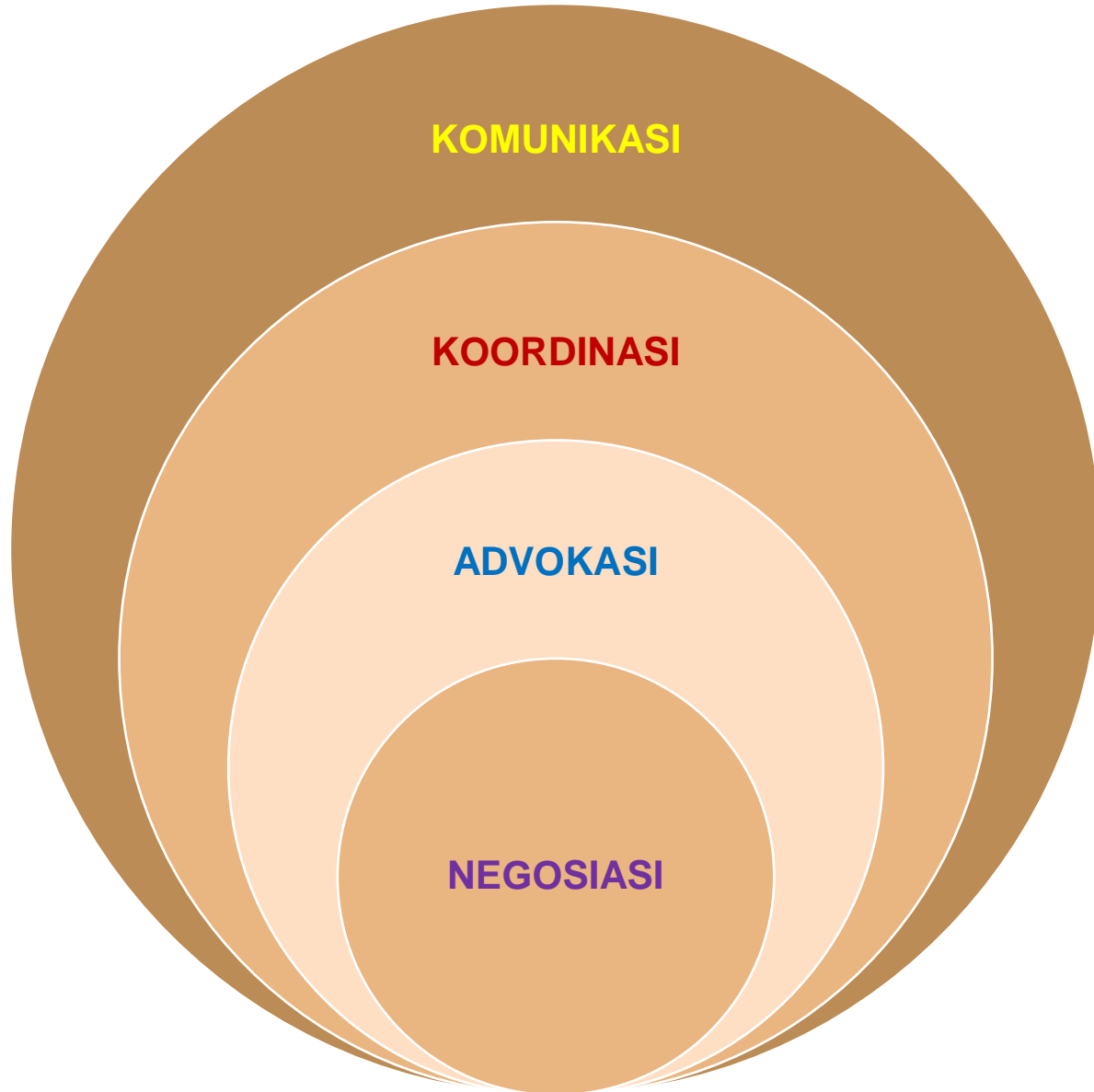
CO-ORIENTATION





GREAT LEADERS
COMMUNICATE
GREAT COMMUNICATORS
LEAD





komunikasi
Penentu Peristiwa



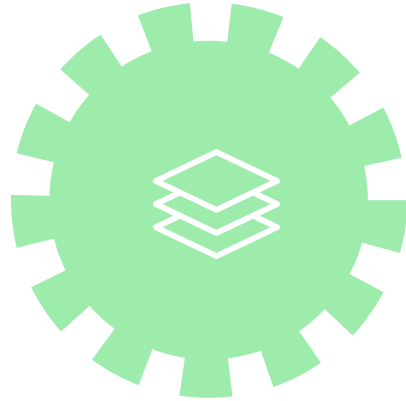
COMMUNICATION AS A CULTURE



**MULTIPLE
PURPOSE**



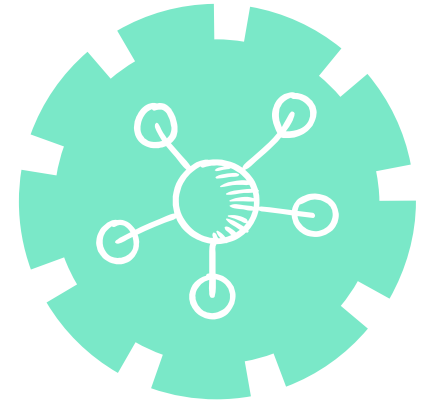
**INVOLVES
COORDINATING
MEANINGS**



**INVOLVES
CO-ORIENTATION**



**RULE
GOVERNED**



HAS PATTERNS

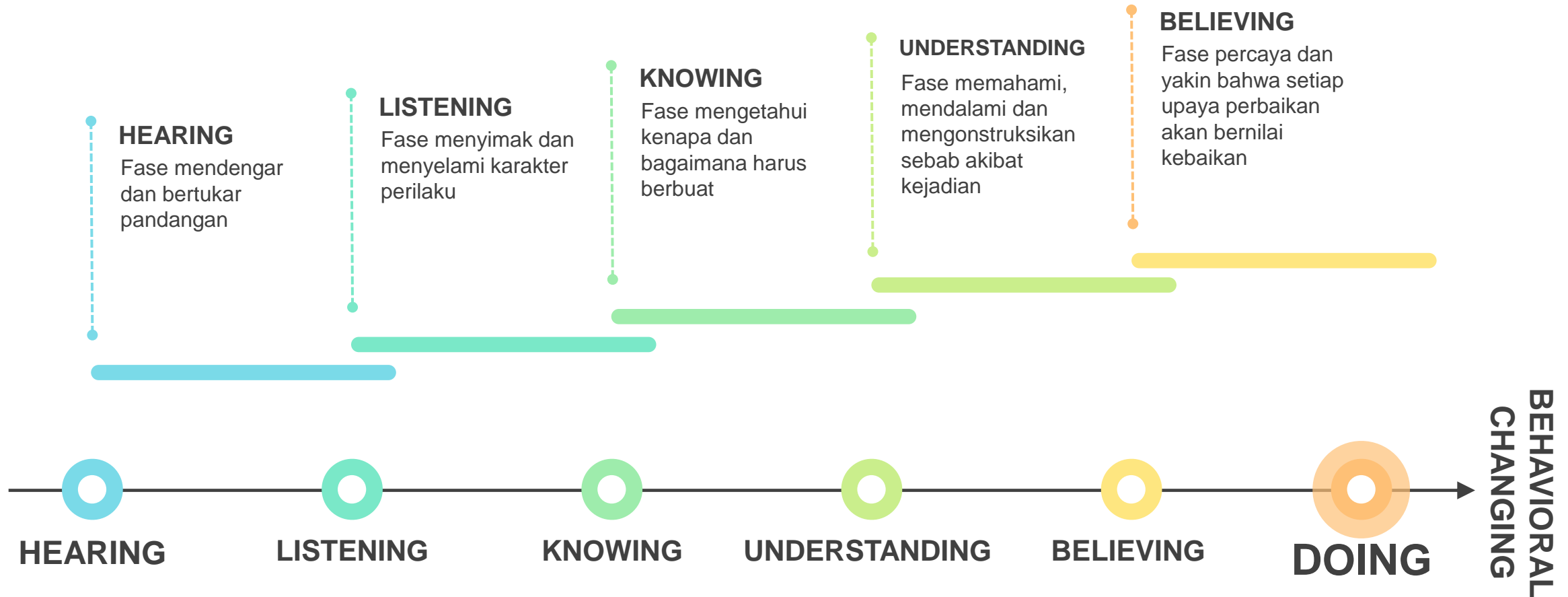




Fortunately, there is
no relationship
between your
ability to dance
and your
skill at communicating



STEP TO BEHAVIORAL CHANGING





MENJADI “GOOD LISTENER”

ACTIVE LISTENING



- **clarify** responses; ask questions to clear up ambiguities
- **paraphrase responses**; restate the speaker's comments in your own words
- **summarize** responses; review the speaker's main points

EMPHATIC LISTENING



- **Show your desire** to understand; listen first, talk about what's important to the other
- **Reflect feelings**; focus on the emotional part of the message, more than just restating words



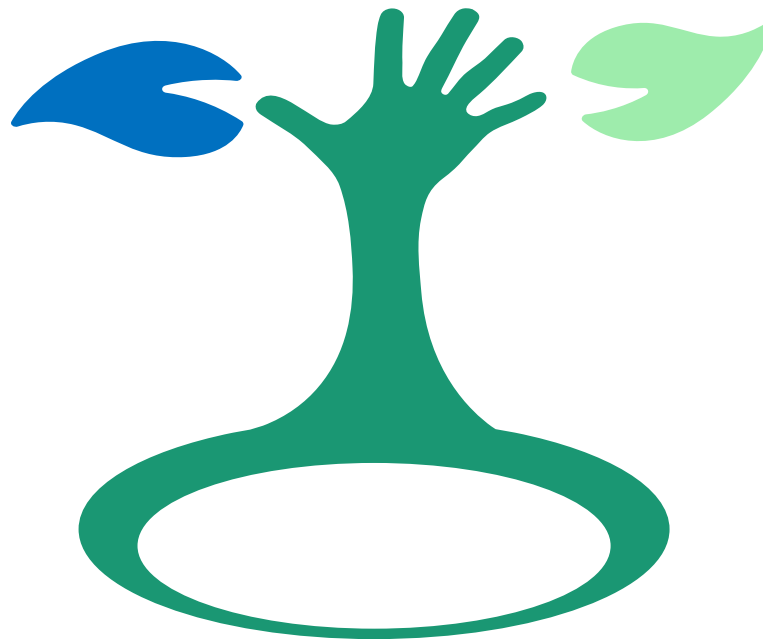
ANY COMMUNICATION THAT DOESN'T INVOLVE WORDS

KINESICS

*Movements of
the body and face*



gerakan tubuh meliputi kontak mata,
ekspresi wajah, isyarat, dan sikap
tubuh



VOCALIC (PARALANGUAGE)

*The pitch, tone, rate,
volume, and speaking
pattern of a person's voice*



unsur nonverbal dalam suatu
ucapan, cara berbicara.

GREAT COMMUNICATION

To be and Will be

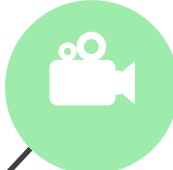
SMALL GROUP
*Leadership, roles,
organization development*



PUBLIC SPEAKING
*Organizational structure,
rhetoric, social
intelligence*



MASS MEDIA
*Media development, media
control, journalism,
marketing*



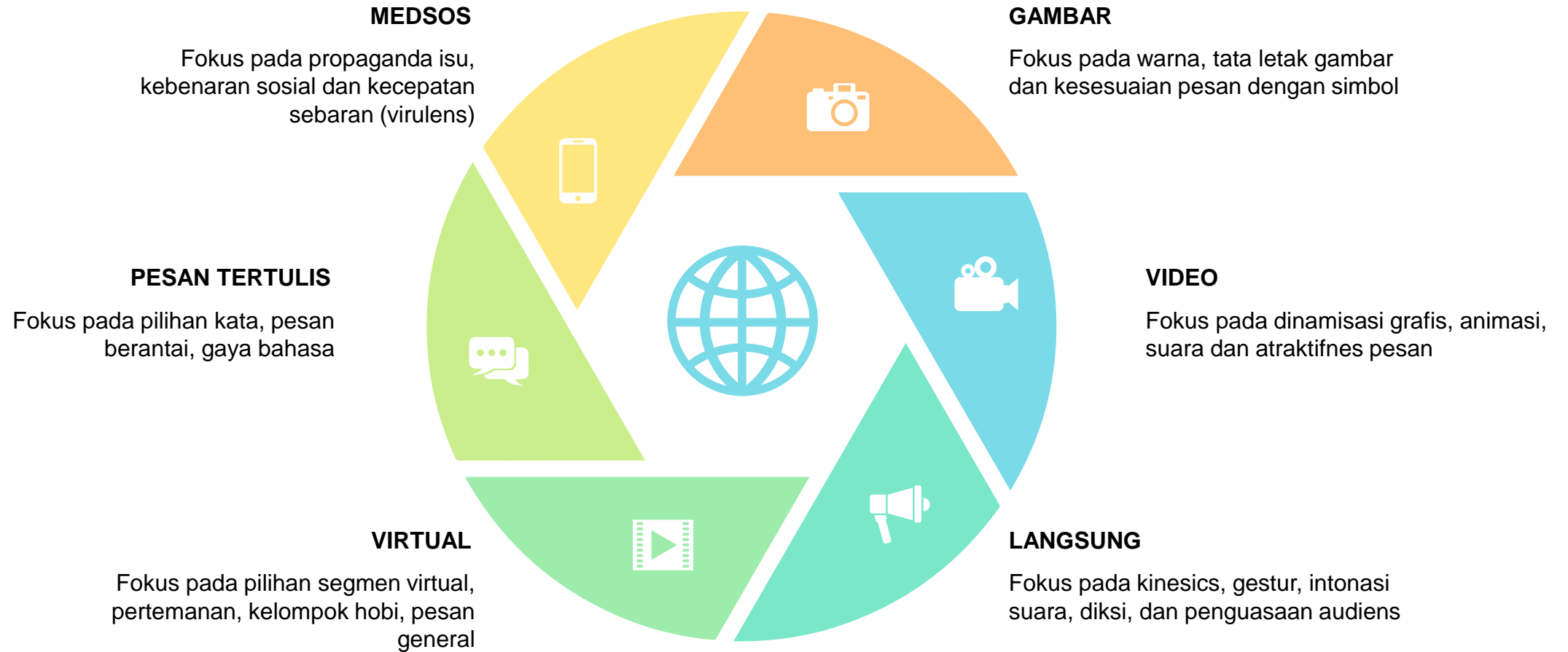
INTERPERSONAL
*Interpersonal relation,
lovers, friendship, marriage*



INTRAPERSONAL
*self reflection, self esteem,
stress management*



MEDIA KOMUNIKASI





**HIDUP TERLALU SINGKAT BILA
TIDAK SEHAT DAN BANYAK
MUDHARAT**

Tanda & Gejala

Tanda :

- Lesu, lemah, letih, lelah, lalai (5L)
- Sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang
- Kelopak mata, bibir, lidah, kulit, dan telapak tangan menjadi pucat

Gejala :



KUKU SENDOK



LIDAH TAMPAK LICIN



PERADANGAN PADA SUDUT MULUT



DISFAGIA

PENCEGAHAN ANEMIA

1. Konsumsi makanan tinggi zat besi



Daging merah & hati ayam



Seafood



Tempe



Brokoli



Bayam

2. Konsumsi makanan yang mengandung vitamin C



Jambu biji



Pepaya



Jeruk



Mangga

3. Konsumsi TTD seminggu sekali

Pentingnya mengonsumsi TTD pada remaja putri karena remaja putri rentan mengalami anemia akibat kehilangan banyak darah saat menstruasi dan juga kebutuhan zat besi remaja putri yang meningkat saat mengalami pubertas



TTD bisa diperoleh secara mandiri dengan tetap memperhatikan komposisi yaitu 60 mg elemental besi dan 400 mcg asam folat

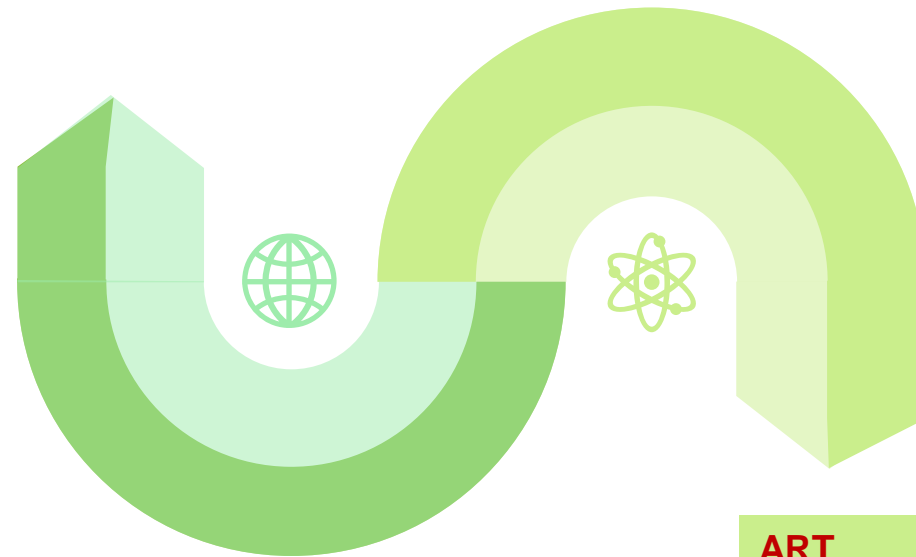
ARE YOU READY?

KECERIAAN DALAM KESEIMBANGAN



SCIENCE

PERADABAN DIBANGUN MELALUI ILMU
PENGETAHUAN DAN TEKNOLOGI



ART

PERADABAN DIKELOLA, DIREKAM DAN
DITENTUKAN OLEH KEMAMPUAN SOSIAL UNTUK
BERADAPTASI





PENTAHELIX COLLABORATION



Thank You