



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, E-mail : sudinkesjs@jakarta.go.id
J A K A R T A

Kode Pos : 12130

Nomor : 1592 / KS.03.00

1 April 2024

Sifat : Penting

Lampiran : 1 (Satu) Lembar

Hal : Surat Undangan Narasumber

Kepada

Yth. Kepala Program Studi

Ilmu Kesehatan Masyarakat

Sekolah Pasca Sarjana Prof. Dr. Hamka

di

Jakarta

Dalam rangka Penguatan Pemberian Tablet Tambah Darah Remaja Putri di Jakarta Selatan, maka dengan ini kami memohon Ibu dapat menugaskan Bapak Dr. Hermawan Saputra, MARS untuk memberikan materi pada acara yang akan dilaksanakan pada :

hari/ tanggal : Senin, 29 April 2024

waktu : 09.00 s/d selesai

tempat : Ruang Gelatik Utama, Blok A, Lt. 3
Kantor Walikota Jakarta Selatan

materi : Peran Orang Tua dan Lintas Sektor Dalam Pencegahan
Anemia Pada Remaja Putri di Sekolah

Untuk administrasi kegiatan mohon dapat membawa/ mengirimkan persyaratan berupa : Surat Tugas, FC NPWP, FC Rekening aktif. Konfirmasi kegiatan dapat menghubungi sdr Mega Damayanti Putri, S. Gz (081513208466), email : newiskemas@gmail.com, Atas perhatian dan kerjasama Bapak/ Ibu kami ucapkan terima kasih.

Kepala Suku Dinas Kesehatan

Kota Administrasi Jakarta Selatan


Dr. Yudi Dimiyati, MKM
NIP. 197708262006041008



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, E-mail : sudinkesjs@jakarta.go.id
J A K A R T A

Kode Pos : 12130

SUSUNAN ACARA
PENGUATAN PEMBERIAN TABLET TAMBAH DARAH REMATRI LINTAS PROGRAM DAN
LINTAS SEKTOR
TAHUN 2024

No.	Waktu	Kegiatan	PIC
1	08.30 – 09.00	Absensi	Sudinkes
2	09.00 – 09.20	Pembukaan : 1. Laporan Kegiatan oleh Kasudin Kesehatan Jaksel 2. Sambutan dan Pembukaan oleh Walikota Jaksel	MC : Sudinkes
3	08.45 – 10.45	✓ Materi 1 : (09.20 – 10.20) Pentingnya Zat Gizi yang Tepat Dalam Pencegahan Anemia Remaja Putri ✓ Materi 2 : (10.20 – 11.20) Peran Orang Tua dan Lintas Sektor Dalam Pencegahan Anemia Remaja Puteri di Sekolah ✓ Diskusi dan Tanya Jawab (11.20 – 11.40)	- Narasumber 1 : Dr. Rita Ramayulis, DCN, M. Kes - Narasumber 2 : Dr. Hermawan Saputra, MARS - Moderator : Sudin Pendidikan
4	11.40 – 12.55	Rencana Tindak Lanjut Penguatan Pemberian TTD Rematri	Moderator : Kesra Walikota JS
5	12.55 – 13.00	Penutupan	

SURAT TUGAS

Nomor : 473 /SPs/TU/2024

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

Nama : **Dr. Hermawan Saputra, S.K.M., MARS., CICS.**

Tugas : Menjadi **Narasumber** Kegiatan Penguatan Pemberian Tablet Tambah Darah Rematri Lintas Program dan Lintas Sektor Tahun 2024 dengan materi "Peran Orang Tua dan Lintas Sektor dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Sekolah" yang diselenggarakan oleh Suku Dinas Kesehatan Kota Administrasi Jakarta Selatan

Hari, Tanggal : Senin, 29 April 2024

Pukul : 09.00 WIB s.d. Selesai

Tempat : Ruang Gelatik Utama, Blok A, Lt.3
Kantor Walikota Jakarta Selatan

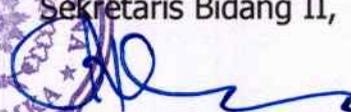
Catatan : 1. Setelah melaksanakan tugas diharapkan membuat laporan secara tertulis kepada yang memberi tugas
2. Semua biaya dan akomodasi selama kegiatan berlangsung ditanggung oleh instansi yang mengundang

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

Jakarta, 10 Syawal 1445 H

19 April 2024 M

a.n. Direktur
Sekretaris Bidang II,

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

Tembusan Yth.:

Direktur SPs UHAMKA (sebagai laporan)

Visi : Sekolah Pascasarjana Profetik dalam mendidik sumberdaya manusia yang memiliki kecerdasan spiritual, intelektual, emosional, dan sosial

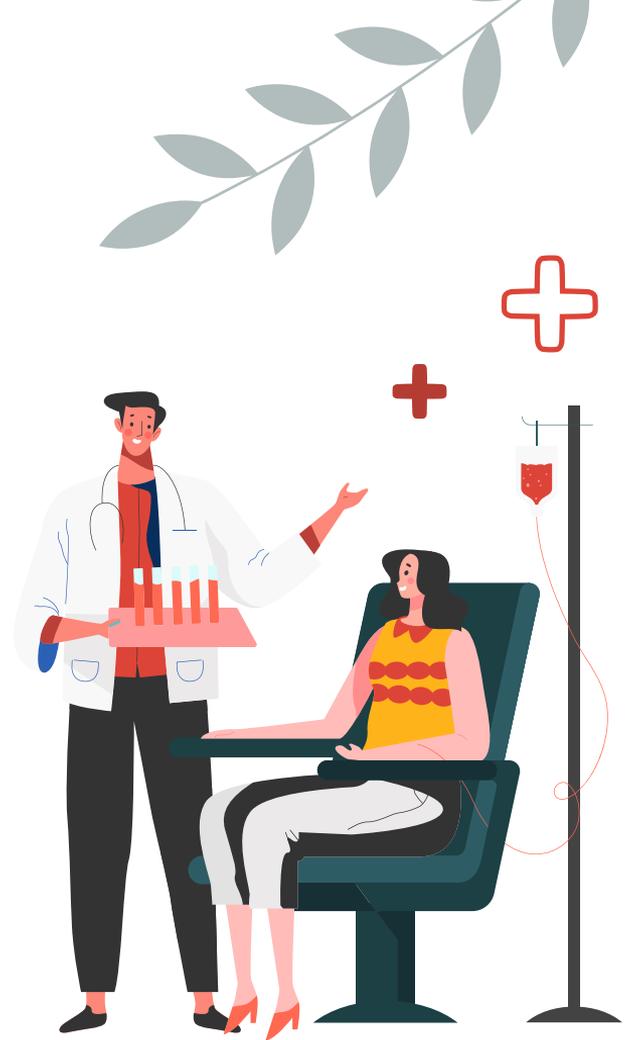




Peran Orang Tua dan Lintas Sektor dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Sekolah

Senin, 29 April 2024
Suku Dinas Kesehatan Kota Adm. Jakarta Selatan

Dr. Hermawan Saputra, SKM., MARS., CICS.





Dr. Hermawan Saputra, SKM., MARS., CICS.

Pendidikan

- SDN INPRES SANGIA SAPE BIMA
- SLTPN 1 SAPE BIMA
- SMUN 1 RABA BIMA
- S1-S2-S3 FKM UI (UNIV. INDONESIA)
- Hospital Management Program Singapore
- Certified International Communication Specialist by American Academy

Pekerjaan dan Organisasi

- Associate Professor UHAMKA
- Koordinator PSQH P3M UI
- Ketua MPKU PWM DKI JAKARTA
- Ketua BPH RSIA Ibnu Sina Jakarta
- Dewan Pengawas Radjak Hospital Group
- Pendiri dan Dewan Pengawas LAFKESPRI
- Pendiri dan Dewan Pakar IKAMARS UI
- Dewan Kehormatan & Etik KOHKARSSI
- Wakil Ketua CCM Global Fund Indonesia
- Ketum Terpilih PP IAKMI
- Praktisi Kesehatan untuk Perubahan Perilaku
- Praktisi Komunikasi Kesehatan di Media Nasional & Internasional









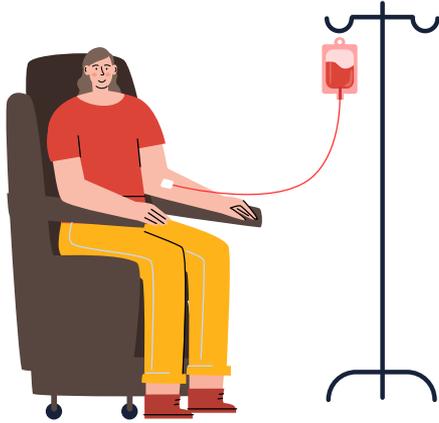
3 dari 10 Remaja Menderita Anemia

Jika dilihat dari hasil Riskesdas pada tahun 2018, tercatat sebesar **26,8% anak usia 5-14 tahun menderita anemia** dan **32% pada usia 15-24 tahun.**



Penyebab Utama Anemia Gizi pada Remaja, Apa Itu?



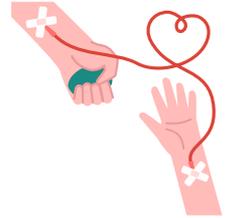


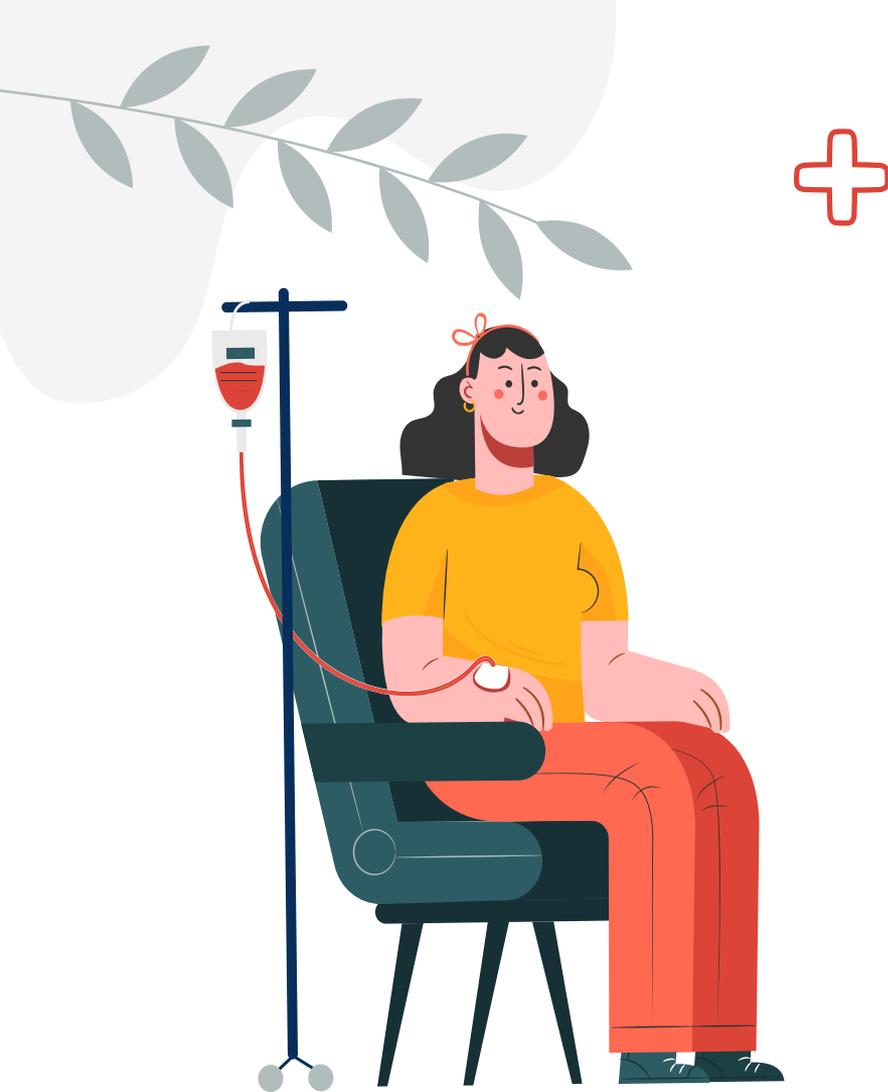
Sebab Anemia

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

Akibat Anemia

Penggunaan tembakau, penyalah gunaan 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.**





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





Risiko Anemia Remaja



01

Pola Didik

02

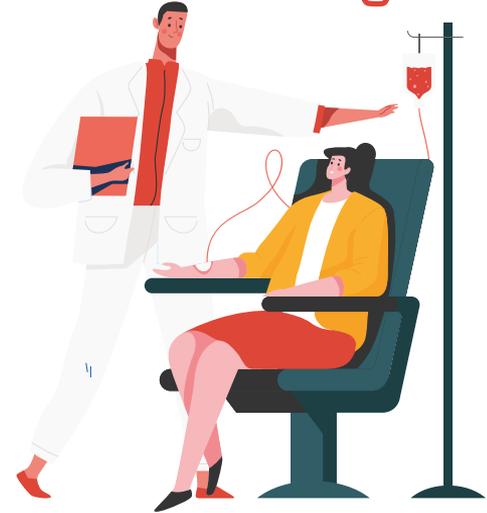
Problem Diet

03

Menstruasi

04

Gadget Life Style





WHO AM I?



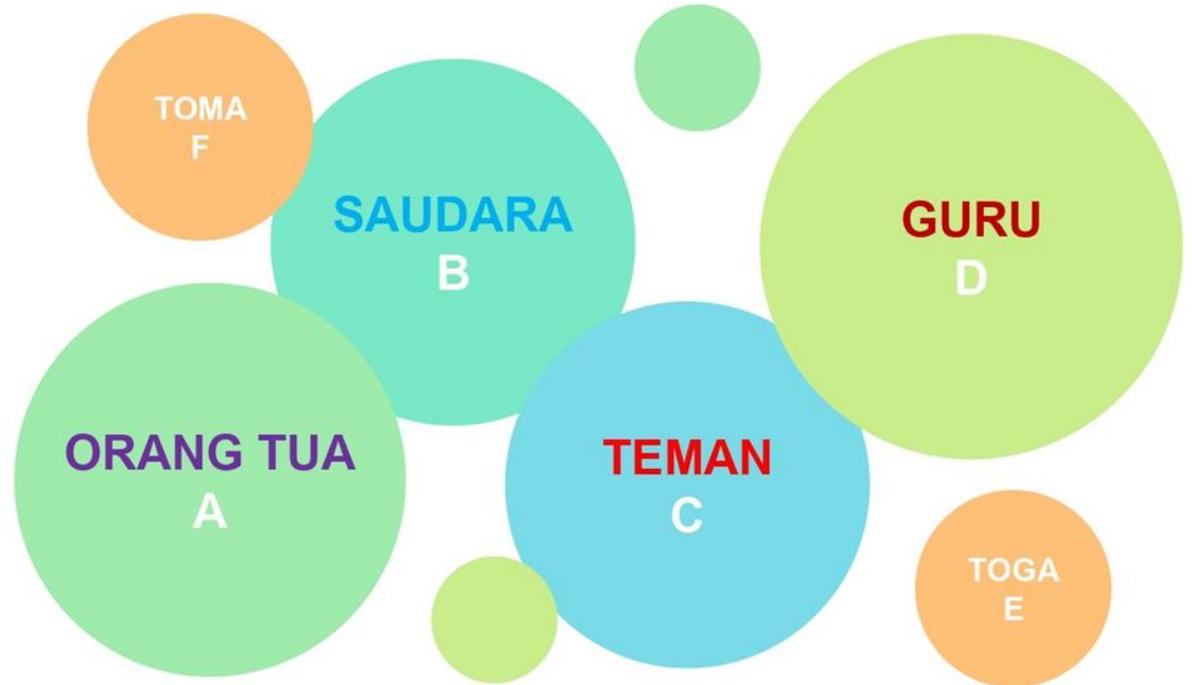
PERILAKU DI BENTUK LINGKUNGAN



HUMANISM

أَرْبَعٌ إِذَا كُنَّ فِيكَ فَلَا عَلَيْكَ مَا فَاتَكَ مِنَ الدُّنْيَا: جَفْظٌ أَمَانَةٌ، وَصِدْقٌ
حَدِيثٌ، وَحُسْنُ خُلُقٍ، وَعَقَّةٌ طَعْمَةٌ

"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)

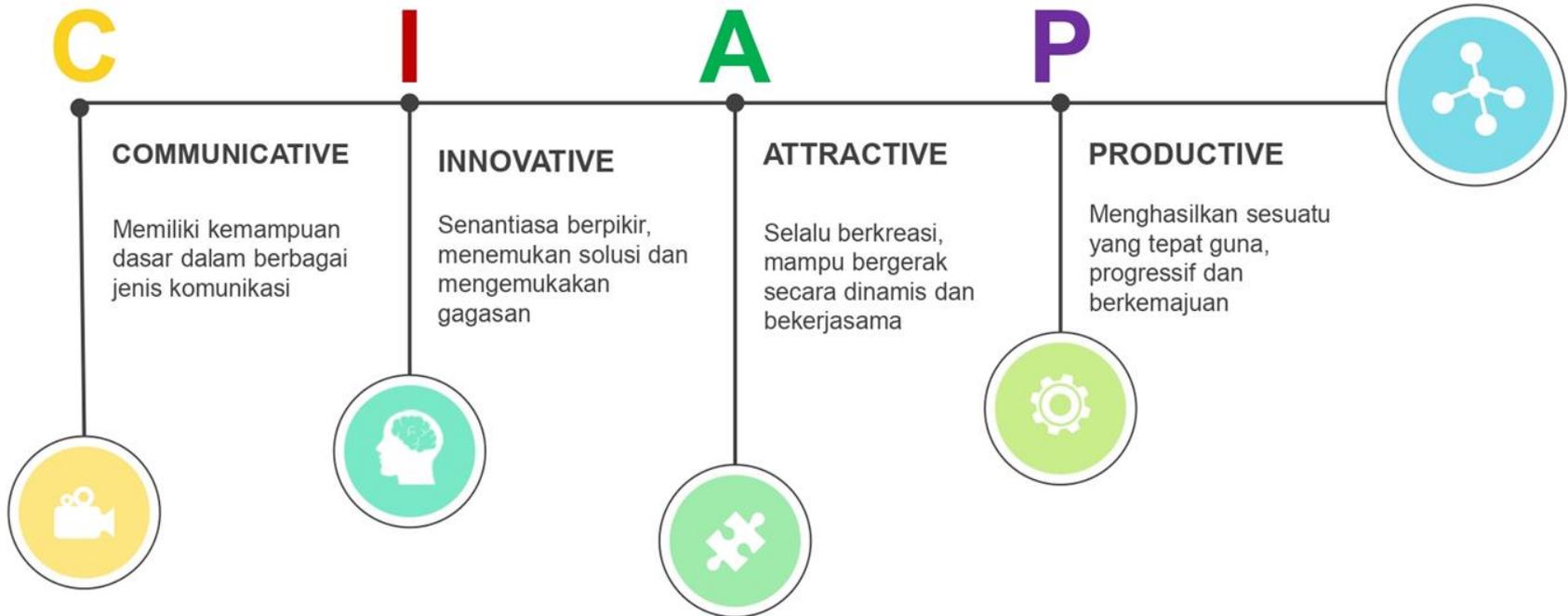




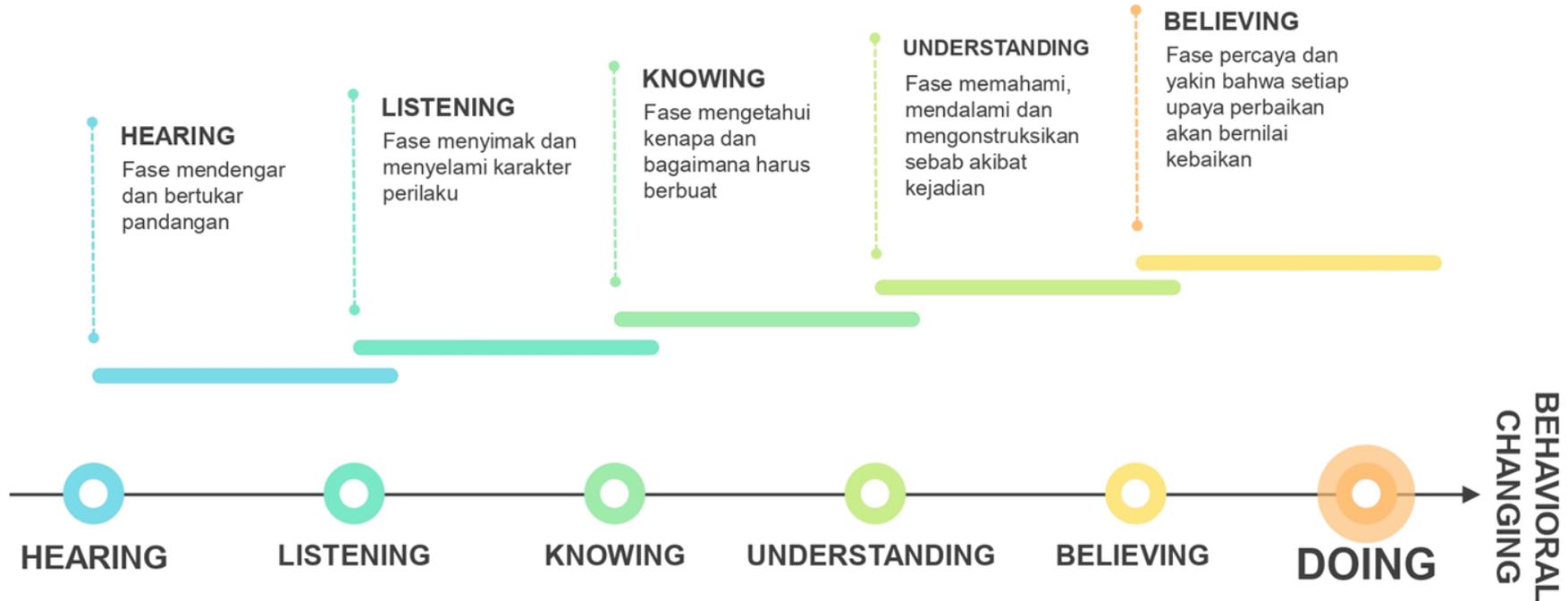
Peran Orang Tua pada Anak Usia Remaja



CO-ORIENTATION



STEP TO BEHAVIORAL CHANGING



JADIKAN REMAJA AKTIF DAN PRODUKTIF DENGAN CEGAH ANEMIA





REMAJA SEHAT, BEBAS ANEMIA

"Gizi Seimbang, Remaja Sehat, Indonesia Kuat"





**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

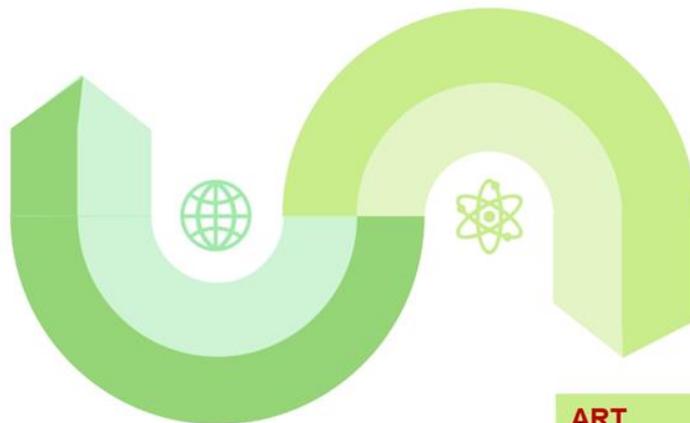
ARE YOU READY?

KECERIAAN DALAM KESEIMBANGAN



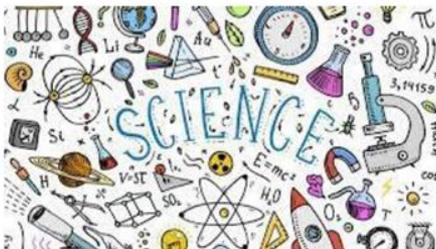
SCIENCE

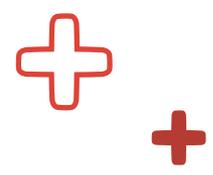
PERADABAN DIBANGUN MELALUI ILMU
PENGETAHUAN DAN TEKNOLOGI



ART

PERADABAN DIKELOLA, DIREKAM DAN
DITENTUKAN OLEH KEMAMPUAN SOSIAL UNTUK
BERADAPTASI





GOVERNMENT



ACADEMIA



INDUSTRY



MEDIA / ICT

PENTAHHELIX COLLABORATION





Kegiatan Aksi Bergizi Tahun 2023





Hermawan Saputra



Hermawan_S4putra



@Hermawans4putra



0812-9808-0929



GRACIAS !

DANKE !

THANK YOU !
+

ARIGATO !

MERCI !

KAMSAHAMNIDA !

XIE-XIE !

TERIMA
KASIH