

Edukasi Pencegahan *Stunting* melalui Peningkatan Pengetahuan Anemia dan Pemberian Tablet Tambah Darah SMKN 1 Sedayu

Riski Nurhadi^{4*}, Satria Handika Adi Saputra⁵, Giftha Maulana Prastowo³, Mariana Angelina Kartika³, Zakia Annas¹, Kadek Sukarisma¹, Revatha¹, Hayati², Gina Safitri Novela¹, Chikal Bahagia Largadiwa¹

¹Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata,

²Program Studi S1 Administrasi Rumah Sakit, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata,

³Program Studi S1 Sistem Informasi, Fakultas Komputer dan Teknik, Universitas Alma Ata,

⁴Program Studi S1 Informatika, Fakultas Komputer dan Teknik, Universitas Alma Ata,

⁵Program Studi S1 Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Alma Ata

*E-mail : rizkibinmangtrisno@gmail.com

Abstrak

Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi tantangan di Indonesia, terutama di kalangan remaja putri. Program ini dilakukan oleh mahasiswa KKNT Universitas Alma Ata di SMK Negeri 1 Sedayu dengan tujuan meningkatkan pengetahuan remaja tentang stunting, anemia, serta pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Kegiatan ini menggunakan metode pendekatan edukasi kesehatan berbasis partisipatif, melalui sosialisasi interaktif, diskusi, dan distribusi TTD. Program diikuti oleh 60 siswa usia 16–18 tahun dan dilaksanakan dalam satu hari. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme tinggi dan keterlibatan aktif siswa, yang tercermin dari banyaknya partisipasi dalam sesi diskusi maupun saat menjawab dan mengajukan pertanyaan. Aspek ini menjadi indikator kualitatif utama dalam mengevaluasi efektivitas program. Edukasi yang diberikan dinilai mampu mendorong pemahaman awal yang positif, terutama dalam membentuk kesadaran tentang pentingnya konsumsi TTD secara rutin sebagai langkah preventif anemia dan stunting.

Kata Kunci : *stunting; anemia; tablet tambah darah; edukasi*

Abstract

Stunting is a public health problem that is still a challenge in Indonesia, especially among adolescent girls. This program was conducted by Alma Ata University KKNT students at SMK Negeri 1 Sedayu with the aim of increasing adolescents' knowledge about stunting, anemia, and the importance of consuming Blood Additive Tablets (TTD). This activity uses a participatory-based health education approach method, through interactive socialization, discussion, and distribution of TTD. The program was attended by 60 students aged 16-18 years and implemented in one day. The results of the activity showed high enthusiasm and active involvement of students, which was reflected in the amount of participation in discussion sessions as well as when answering and asking questions. This aspect is the main qualitative indicator in evaluating the effectiveness of the program. The education provided is considered to be able to encourage positive initial understanding, especially in forming awareness about the importance of regular TTD consumption as a preventive measure for anemia and stunting.

Keywords : *stunting; anemia; blood additive tablets; education*

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan kronis yang berdampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia, mulai dari terganggunya pertumbuhan fisik hingga penurunan kemampuan kognitif. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi *stunting* nasional berada di angka 21,6%, menurun dari 24,4% pada tahun sebelumnya. Pemerintah menargetkan penurunan *stunting* menjadi 14% pada tahun 2024 (7). Salah satu

faktor penting yang turut berkontribusi terhadap *stunting* adalah anemia pada remaja putri, terutama mereka yang akan memasuki usia reproduktif (10).

Anemia, terutama akibat kekurangan zat besi, merupakan kondisi di mana tubuh kekurangan sel darah merah sehat untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh (Nurbaya et al., 2019) Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 32% remaja Indonesia usia 15–24 tahun mengalami anemia, meningkat tajam dari 18,4% di tahun sebelumnya (4). Di wilayah Yogyakarta, angka anemia pada remaja putri tercatat sebesar 29,5% (3), menunjukkan bahwa masalah ini tidak hanya terjadi secara nasional, tetapi juga mencerminkan kondisi daerah. Anemia pada remaja putri memiliki implikasi serius jika tidak ditangani sejak dini. Kondisi ini dapat berlanjut hingga kehamilan dan meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) serta *stunting* (6). Selain itu, remaja anemia juga berisiko mengalami kelelahan, gangguan konsentrasi, serta prestasi belajar yang menurun (15). Oleh karena itu, anemia bukan sekadar masalah gizi, tetapi juga menyangkut masa depan generasi bangsa.

Pemerintah telah meluncurkan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sejak 2016 sebagai salah satu strategi pencegahan anemia pada remaja putri (Kementerian Kesehatan RI, 2021a). Namun, efektivitas program ini belum optimal. Meskipun 76,2% remaja putri menerima TTD dalam 12 bulan terakhir, hanya 2,13% yang mengonsumsi sesuai anjuran, yaitu ≥ 52 tablet per tahun (8). Rendahnya kepatuhan ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan, persepsi keliru, efek samping yang dirasakan, dan minimnya dukungan dari sekolah maupun keluarga (2).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi berbasis pendekatan partisipatif dapat meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya konsumsi TTD dan gizi seimbang (11). Edukasi yang efektif bahkan terbukti meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD dan mengubah perilaku remaja menjadi lebih sehat (12). Metode edukasi seperti diskusi kelompok, simulasi, dan pendekatan berbasis pengalaman telah banyak digunakan dan berhasil meningkatkan pemahaman peserta (13).

Sebagai bentuk kontribusi dalam penanggulangan anemia dan pencegahan *stunting*, mahasiswa Universitas Alma Ata melalui program Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) di SMKN 1 Sedayu melaksanakan kegiatan sosialisasi dan distribusi TTD kepada remaja putri. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kepatuhan dalam mengonsumsi TTD secara rutin serta membentuk pola makan sehat. Kegiatan ini juga merupakan respons atas masih adanya kesenjangan antara program pemerintah yang sudah berjalan dan tingkat kepatuhan di lapangan yang belum memadai.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas program sosialisasi dan pemberian TTD oleh mahasiswa KKNT Universitas Alma Ata di SMKN 1 Sedayu dalam meningkatkan pemahaman dan kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi TTD sebagai langkah preventif *stunting*.

2. METODE

Pelaksanaan program ini menggunakan pendekatan edukasi kesehatan berbasis partisipatif, yang bertujuan tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membangun keterlibatan aktif siswa dalam memahami dan menyebarkan kesadaran tentang pencegahan *stunting* dan anemia. Pendekatan ini sesuai dengan karakteristik remaja yang membutuhkan media pembelajaran yang komunikatif, visual, dan melibatkan interaksi dua arah.

Kegiatan ini dirancang untuk menumbuhkan pemahaman siswa-siswi SMKN 1 Sedayu mengenai pentingnya mencegah *stunting* sejak dini. Bentuk kegiatan mencakup penyuluhan interaktif, sesi tanya jawab, distribusi Tablet Tambah Darah (TTD), serta simulasi pola makan sehat. Setiap tahapan dirancang secara sistematis agar kegiatan berlangsung efektif, efisien, dan berdampak nyata di tingkat peserta dan komunitas sekolah.

1. Persiapan Kegiatan

Tim KKNT Universitas Alma Ata melakukan koordinasi awal dengan pihak SMKN 1 Sedayu untuk mendapatkan izin pelaksanaan sosialisasi. Setelah itu, dilakukan survei lapangan untuk menentukan waktu, tempat, dan teknis kegiatan. Tim juga menyusun materi sosialisasi yang berfokus pada hubungan antara anemia, TTD, dan *stunting*, dengan menyesuaikan bahasa dan konten agar mudah dipahami oleh remaja. Selain itu, alat bantu edukasi seperti proyektor dan *slide* presentasi juga dipersiapkan.

2. Pelaksanaan Sosialisasi

Kegiatan dimulai dengan sambutan dari pihak sekolah dan pengantar dari ketua tim KKNT. Sosialisasi dilaksanakan secara interaktif melalui penyampaian materi menggunakan visual edukatif dan diskusi dengan peserta. Pemateri mendorong siswa untuk aktif bertanya dan berbagi pandangan. Selain itu, kegiatan juga mencakup pembagian Tablet Tambah Darah (TTD), serta tanya jawab terbuka terkait persepsi, pengalaman, dan tantangan siswa dalam mengkonsumsi TTD.

3. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dilakukan dengan pendekatan kualitatif, berupa observasi selama kegiatan. Indikator evaluasi tentang anemia dan *stunting* mencakup partisipasi aktif selama diskusi dan jumlah pertanyaan/jawaban dari siswa pada sesi tanya jawab.

4. Tindak lanjut

Tindak lanjut program tidak hanya berhenti pada penyusunan laporan kegiatan, tetapi juga mencakup:

- Rencana monitoring rutin dengan pembentukan kader remaja untuk mengingatkan teman sebaya dalam mengkonsumsi TTD.
- Rencana kolaborasi dengan puskesmas terdekat untuk memperkuat program remaja sehat bebas anemia di sekolah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan sosialisasi pencegahan *stunting* melalui peningkatan pengetahuan anemia dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di SMK Negeri 1 Sedayu berlangsung pada tanggal 25 Februari 2025 dan diikuti oleh 60 siswa kelas 10 dan 11 (Gambar 1). Kegiatan ini dilaksanakan secara interaktif dengan metode presentasi, tanya jawab, serta pembagian TTD kepada peserta.

Antusiasme siswa terlihat sangat tinggi selama kegiatan berlangsung, yang ditunjukkan dari keaktifan mereka dalam sesi tanya jawab serta perhatian saat materi disampaikan. Sesi interaksi ini membantu memastikan bahwa siswa tidak hanya menerima informasi, tetapi juga memahami pentingnya pencegahan anemia dan *stunting* melalui konsumsi TTD.



(a)

(b)

Gambar 1: (a) Pemberian TTD (Tablet Tambah Darah), (b) Sesi Tanya Jawab

Hasil evaluasi secara kualitatif menunjukkan bahwa kegiatan ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang anemia. Walaupun belum tersedia data kuantitatif berupa skor kuis, respons positif dari peserta dan tingginya partisipasi menjadi indikator keberhasilan program. Hal ini sejalan dengan temuan dari beberapa penelitian sebelumnya, seperti Sinau et al., 2024, Asikin et al., 2024, dan (14) yang juga melaporkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan remaja terkait anemia setelah diberikan edukasi. Namun demikian, beberapa tantangan muncul selama pelaksanaan, seperti kurangnya data kuantitatif yang bisa menjadi ukuran pasti keberhasilan, serta perlunya strategi yang lebih sistematis untuk memastikan penerapan ilmu dalam kehidupan sehari-hari peserta, seperti kebiasaan mengonsumsi TTD secara rutin.

Secara keseluruhan, program ini berhasil menciptakan kesadaran dan pemahaman awal tentang anemia dan pencegahan *stunting* di kalangan siswa SMK Negeri 1 Sedayu. Untuk tindak lanjut, disarankan dilakukan pembentukan kader remaja yang dapat memonitoring secara rutin serta penguatan partisipasi siswa agar hasil yang dicapai dapat berkelanjutan dan berdampak lebih luas.

4. KESIMPULAN

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Alma Ata di SMK Negeri 1 Sedayu berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pencegahan anemia dan

stunting. Melalui sosialisasi dengan metode pendekatan edukasi kesehatan berbasis partisipatif yang dirancang secara sistematis mulai dari persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Kegiatan ini mampu menumbuhkan kesadaran siswa, khususnya remaja putri, tentang pentingnya asupan zat besi dan kebiasaan hidup sehat sejak dini.

Antusiasme peserta yang tinggi dan keterlibatan aktif selama sesi tanya jawab menunjukkan bahwa pendekatan interaktif yang digunakan cukup efektif. Namun, karena kegiatan ini hanya berlangsung dalam satu hari dan belum dilengkapi dengan data kuantitatif terukur seperti evaluasi *pre-post*, maka pengaruh jangka panjang terhadap perubahan perilaku belum dapat dipastikan sepenuhnya.



Gambar 2. Sesi foto bersama seluruh peserta

Sebagai langkah penguatan, diperlukan tindak lanjut berupa program edukasi berkelanjutan dan sistem monitoring sederhana yang melibatkan pihak sekolah melalui pembentukan kader remaja. Pendekatan berbasis partisipasi aktif ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk kebiasaan sehat yang berkontribusi langsung terhadap upaya penurunan angka *stunting* di tingkat remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Asikin, A. M., & Nurfaidah. (2024). Pengaruh edukasi anemia serta pemberian tablet tambah darah (TTD) kepada remaja putri terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan stunting. *Jurnal Berita Kesehatan*, 17(2), 43-48. <https://ojs.stikes.gunungsari.id/index.php/JBK/article/view/195>
- [2] Husain, M., Karim, A., Imron, D. I., & Rifqi, R. (2024). Edukasi pencegahan stunting dini dan memberikan tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di Dusun Sindon , Jatiharjo. *Prosiding Webinar Pengabdian Masyarakat*, 6. <https://proceedings.ums.ac.id/abdimas/article/view/5283/4586>
- [3] Karin, A. A. (2024). *Prevalensi anemia pada remaja putri sentuh 29,5 persen, Dinkes Jogja dorong konsumsi tablet tambah darah*. *Harian Jogja*. <https://jogjapolitan.harianjogja.com/read/2024/09/06/510/1187309/prevalensi-anemia-pada-remaja-putri-sentuh-295->

- persen-dinkes-jogja-dorong-konsumsi-tablet-tambah-darah
- [4] Kemenko PMK. (2021). *Anemia pada remaja putri berisiko tingkatan stunting*. Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Dan Kebudayaan Republik Indonesia. <https://www.kemkoptmk.go.id/anemia-pada-remaja-putri-berisiko-tingkatan-stunting>
- [5] Kementerian Kesehatan RI. (2021a). *Buku saku hasil studi status gizi Indonesia (SSGI) tingkat nasional, provinsi, kabupaten/kota tahun 2021*. Kementerian Kesehatan RI. [https:// repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4899](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4899)
- [6] Kementerian Kesehatan RI. (2021b). *Saat remaja menderita anemia, Ibu hamil berisiko lahirkan anak stunting*. Kemenkes. <https://kemkes.go.id/id/rilis-kesehatan/saat-remaja-menderita-anemia-ibu-hamil-berisiko-lahirkan-anak-stunting>
- [7] Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Prevalensi stunting di Indonesia turun ke 21,6% dari 24,4%*. Kemenkes. <https://kemkes.go.id/id/rilis-kesehatan/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244>
- [8] Novi, A. (2021). *Potret anemia pada remaja Indonesia*. <https://cegahstunting.id/berita/potret-anemia-pada-remaja-indonesia/>
- [9] Nurbaya, S., Yusra, & Handayani, supri irianti. (2019). *Cerita anemia* - Google Books. In *UI Publishing*. https://www.google.co.id/books/edition/Cerita_Anemia/FI8EEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=cerita+anemia&pg=PA15&printsec=frontcover
- [10] Rahman, R. A., & Fajar, N. A. (2024). Analisis faktor risiko kejadian anemia pada remaja putri: literatur review. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 10(1), 133–140. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol10.iss1.1403>
- [11] Rasdianah, N., Yusuf, M. N. S., & Tandiabang, P. A. (2023). Edukasi anemia bagi remaja putri sebagai upaya pencegahan dini stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society*, 2(2), 97–102. <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v2i2.18841>
- [12] Riyanto, R., Oktaviani, I., Sariyanto, I., & Mulyani, R. (2024). Edukasi peningkatan pengetahuan tentang stunting, skrining anemia dan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(2), 306–315. <https://doi.org/10.31004/jh.v4i2.1159>
- [13] Sabran, S., Sari, D. K., Suandana, I. A., & Satya, M. C. N. (2023). Edukasi tentang anemia sebagai upaya pencegahan stunting. *Community Development Journal*, 4(6), 12018–12022. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/download/21821/16044>
- [14] Setyorini, R. H., Revika, E., & Mediastuti, F. (2025). Edukasi tentang tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri di Kabupaten Bantul. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Abdi Putra*, 5(1), 36–41. https://www.researchgate.net/publication/388551249_Edukasi_Tentang_Tablet_Tambah_Darah_Sebagai_Upaya_Pencegahan_Anemia_Pada_Remaja_Putri_Di_Kabupaten_Bantul
- [15] Sherly Anugrah. (2024). *Anemia bisa sebabkan stunting, perlu penanganan serius karena 1 dari 4 remaja putri menderita anemia*. <https://www.ui.ac.id/anemia-bisa-sebabkan-stunt>

- ing-perlu-penanganan-serius-karena-1-dari-4-remaja-putri-menderita-anemia/
- [16] Sinau, A. T. T., Ramadhan, K., & Sakti, P. M. (2024). Cegah stunting dengan peningkatan pengetahuan remaja terkait anemia melalui edukasi kesehatan. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 87–93. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v5i1.3698>