Jurnal Rakat Sehat (JRS) Pengabdian Kepada Masyarakat

ISSN: 2963-0258 (*Online*) Vol. 5 No. 2 2026

EDUKASI BEBAS ANEMIA UNTUK CEGAH STUNTING REMAJA PUTRI PADA ORANG TUA DAN GURU SMPN 3 BANJARBARU KECAMATAN CEMPAKA KOTA BANJARBARU

Neni Oktiyani[1ab], Wahdah Norsiah[1], Aima Insana[1]
[1]Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

**Corresponding Author: neni.okti76@gmail.com*

ABSTRACT

Iron deficiency anemia in adolescent girls is a public health problem closely linked to the risk of giving birth to a stunting generation in the future. This community service activity aimed to improve the knowledge, awareness, and skills of parents and teachers at SMPN 3 Banjarbaru in the early detection of anemia symptoms and assisting in Blood Supplement Tablet consumption. The implementation method consisted of three structured stages: planning, implementation (pre-test, education, and post-test) for teachers and parents, and monitoring and evaluation, which involved weekly monitoring of Blood Supplement Tablet consumption for one month and post-intervention hemoglobin (Hb) level measurements in female students using Point of Care Testing (POCT) devices. The results showed a significant increase in parents' and teachers' knowledge, with the average pre-test score rising from 86.84 to 93.16 in the post-test. Post-intervention clinical evaluation indicated that 20 students (77%) successfully achieved normal Hb levels, while 6 students (23%) were still in the recovery process due to challenges adapting to supplement side effects. All output targets were successfully met, including improved knowledge and skills of parents and teachers, as well as enhanced student health. Furthermore, a collaboration was established between Poltekkes Kemenkes Banjarmasin and the built partners in the form of a Cooperation Agreement, alongside publications in mass media. In conclusion, this partnership program significantly reduces anemia rates among adolescents by strengthening support systems in both home and school environments. Program sustainability is recommended through optimizing the "Aksi Bergizi" (Nutritious Action) movement at school and strengthening iron-rich animal protein menus at home.

Keywords: Anemia, Stunting, Adolescent Girls, Parent and Teacher Partnership.

ABSTRAK

Anemia defisiensi besi pada remaja putri merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berkaitan erat dengan risiko melahirkan generasi *stunting* di masa depan. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan orang tua serta guru di SMPN 3 Banjarbaru dalam deteksi dini gejala anemia dan pendampingan konsumsi Tablet Tambah Darah. Metode pelaksanaan dilakukan melalui tiga tahapan terstruktur: perencanaan, pelaksanaan (*pre-test*, edukasi, dan *post-test*) pada guru dan orang tua, serta monitoring dan evaluasi berupa pemantauan konsumsi Tablet Tambah Darah mingguan selama satu bulan dan pemeriksaan kadar Hb pasca-intervensi pada siswi menggunakan alat *Point of Care Testing* (POCT). Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan orang tua dan guru secara signifikan dari nilai rata-rata *pre-test* sebesar 86,84

ISSN: 2963-0258 (*Online*) Vol. 5 No. 2 2026

menjadi 93,16 pada saat *post-test*. Evaluasi klinis pasca-intervensi menunjukkan 20 siswi (77%) berhasil mencapai kadar Hb normal, sementara 6 siswi (23%) lainnya masih dalam proses pemulihan akibat tantangan adaptasi efek samping suplemen. Seluruh target luaran berhasil dipenuhi, meliputi peningkatan pengetahuan dan keterampilan orang tua dan guru, serta peningkatan kesehatan siswi. Selain itu, terjalin kerjasama antara Poltekkes Kemenkes Banjarmasin dan mitra binaan dalam bentuk Perjanjian Kerja Sama, serta publikasi pada media massa. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah program kemitraan mampu menekan angka anemia pada remaja secara signifikan melalui penguatan sistem pendukung di lingkungan rumah dan sekolah. Keberlanjutan program disarankan melalui optimalisasi gerakan "Aksi Bergizi" di sekolah dan penguatan menu protein hewani di rumah.

Kata Kunci: Anemia, Stunting, Remaja Putri, Kemitraan Orang Tua dan Guru

I. PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu dari tiga beban masalah gizi di Indonesia selain malnutrisi dan obesitas, yang terjadi akibat kondisi kekurangan zat besi (Fe) dan banyak dialami negara-negara di Asia (Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan 2021). Kondisi medis ini ditandai dengan jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal, yaitu di bawah 13,5 g/dL pada pria dan kurang dari 12,0 g/dL pada wanita (Proverawati, 2011). Di Indonesia, angka kejadian anemia mencapai 21,7%, dengan prevalensi tertinggi ditemukan pada kelompok wanita termasuk remaja putri. Data Kemenkes tahun 2013 menunjukkan prevalensi anemia kelompok usia remaja (≥15 tahun) sebesar 22,2%, di mana perempuan (23,9%) lebih tinggi dibanding laki-laki (18,4%), sementara usia 5-14 tahun mencapai 26,4% (Badan penelitian dan pengembangan kesehatan, 2013). Masalah gizi mikro di negara berkembang ini menjadi penyebab utama *Disability Adjusted Life Years* (DALY's) pada remaja putri serta dapat menurunkan imunitas, produktivitas, dan prestasi belajar (WHO, 2013; Melwani *et. al.* 2018). World Health Organization (WHO) tahun 2016 mengestimasikan sebanyak 27 persen remaja putri di negara berkembang menderita anemia (Melwani *et. al.* 2018). Dampak lanjutannya adalah peningkatan angka kematian ibu dan penurunan ketahanan anak karena suplementasi zat besi saat kehamilan gagal menyimpan cadangan sesuai kebutuhan (Deshmukh, 2008). Di Indonesia, prevalensi anemia gizi besi remaja putri sebesar 22,7 persen (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019), bahkan beberapa studi mencatat angka di atas 30 persen hingga melebihi 50 persen di Jawa Barat (Roche, 2018).

Pemerintah Indonesia telah berupaya menanggulangi masalah ini melalui program suplementasi zat besi-folat atau tablet tambah darah (TTD) sejak tahun 1997 secara harian saat menstruasi (Permatasari, 2018). Sejak tahun 2016, sistem diubah menjadi pemberian sepekan sekali berbasis sekolah sesuai rekomendasi WHO 2011 karena menjangkau sekitar 70 persen remaja putri (Badan Pusat Statistik Republik Indonesia, 2017). Penyebab utama anemia gizi besi ini adalah kurangnya asupan makanan sumber zat besi, seperti hasil studi di Tangerang tahun 2004 yang mencatat asupan anak perempuan usia 10-12 tahun hanya 5,4 mg/hari dari kebutuhan 20 mg/hari. Kementerian Kesehatan menargetkan penurunan prevalensi anemia hingga di bawah 20% bagi remaja dan 30% remaja putri mendapatkan TTD (Apriningsih dan Sufyan, 2021). Namun, data Riskesdas 2018 mengungkap ketimpangan, di mana cakupan pemberian TTD berbasis sekolah mencapai 80,9%, tetapi kepatuhan konsumsinya sesuai anjuran (52 tablet setahun) hanya 1,4% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Kepatuhan siswi dipengaruhi oleh usia, pengetahuan, sikap, efikasi

ISSN: 2963-0258 (*Online*) Vol. 5 No. 2 2026

diri, riwayat periksa Hb, program minum TTD bersama di sekolah, serta edukasi guru (Apriningsih dkk., 2020). Peran orang tua juga sangat krusial, meski beberapa sekolah melaporkan adanya larangan dari orang tua karena khawatir efek samping TTD (Apriningsih dan Sufyan, 2021). Berdasarkan model sosial ekologi, interaksi internal remaja putri, teman sebaya, serta dukungan orang tua dan guru sangat memengaruhi perubahan perilaku anak (Contento, 2011).

Masalah anemia defisiensi besi pada remaja ini erat kaitannya dengan stunting, yaitu gangguan pertumbuhan kronis akibat kekurangan gizi jangka panjang dan infeksi berulang sehingga tinggi badan anak berada di bawah standar Kementerian Kesehatan (Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia, 2021; Huljannah dan Rochmah, 2022). Indonesia menempati urutan ke-17 dari 117 negara dengan masalah stunting yang menjadi prioritas (Norma dkk., 2024). Fenomena ini didorong oleh siklus stunting antargenerasi, di mana ibu yang anemia cenderung melahirkan anak stunting yang berlanjut pada keturunan berikutnya karena defisiensi zat besi menghambat pertumbuhan linier masa remaja (Yusran dkk., 2024). Penurunan stunting di Indonesia tahun 2024 masih jauh dari target 14% karena status gizi buruk sudah dimulai sejak masa remaja, kehamilan, hingga pascamelahirkan. Stunting berdampak jangka pendek pada terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, fisik, dan metabolisme, serta dampak jangka panjang berupa postur tidak optimal, risiko obesitas, gangguan reproduksi, hingga penurunan produktivitas kerja (Kemenkes RI, 2025). Pencegahan stunting dapat diintervensi sejak remaja melalui peningkatan pengetahuan pencegahan anemia dan perbaikan status gizi (Natanael, 2022).

Salah satu wilayah target penatalaksanaan anemia ini adalah Kecamatan Cempaka Kota Banjarbaru, di mana angka anemia remaja putri SMP sederajat mencapai 40% (Yuniarti dan Zakiah, 2021). Di SMPN 3 Banjarbaru selaku mitra kegiatan, angka anemia siswi tercatat sebesar 65% pada tahun 2023 (Anjani, 2023). Evaluasi pengabdian masyarakat tahun 2024 menunjukkan kejadian anemia masih berada di angka 21% akibat ketidakpatuhan konsumsi TTD karena efek pusing dan mual, sementara pemeriksaan Puskesmas Cempaka tahun 2025 menunjukkan 40% siswi memiliki Hb di bawah normal. Selama ini manajemen anemia baru melibatkan kader PMR dan UKS tanpa keterlibatan guru dan orang tua, serta belum pernah mendapatkan edukasi kesehatan maupun pemeriksaan rutin (Oktiyani dkk., 2024). Remaja yang anemia berisiko tinggi tetap anemia saat hamil sehingga memicu pendarahan persalinan, bayi berat lahir rendah (BBLR), dan melahirkan anak stunting (Kemenkes RI, 2024). Oleh karena itu, keterlibatan aktif orang tua dan guru sebagai motivator sangat diperlukan untuk memelihara gizi remaja putri. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi "Bebas Anemia untuk Cegah Stunting Remaja Putri" kepada orang tua dan guru di SMPN 3 Banjarbaru guna meningkatkan pengetahuan, mendeteksi status anemia siswi, serta membangun sistem pemantauan kolaboratif dalam konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD).

II. METODE

Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat Program Kemitraan Masyarakat (PKM) dilakukan pada Bulan Mei dan Juli 2025 untuk tahap persiapan, dan Januari-Oktober 2026 untuk pelaksanaan dan evaluasi dengan tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan:
   a. Pertemuan I, koordinasi Tim pengusul pelaksana Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) Poltekkes Kemenkes Banjarmasin dengan Kepala Sekolah SMPN 3 Banjarbaru. Kegiatan

ISSN: 2963-0258 (*Online*) Vol. 5 No. 2 2026

dilaksanakan pada Bulan Mei 2025, berupa penyampaian tujuan dan garis besar kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang akan dilaksanakan pada tahun 2026. Pada pertemuan ini dilakukan kesepakatan dan kesediaan mitra yaitu guru dan orang tua siswi untuk bekerja sama dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat tahun 2026. Selanjutnya dilakukan identifikasi masalah terkait kondisi anemia siswi-siswi berdasarkan hasil penelitian Anjani pada tahun 2023, hasil pengabdian kepada masyarakat Tim Dosen Poltekkes Kemenkes Banjarmasin tahun 2024, dan data hasil pemeriksaan kadar Hb SMPN 3 Banjarbaru tahun 2025, faktor-faktor penyebabnya termasuk solusi yang ditawarkan oleh Tim pengusul PkM. Kegiatan diakhiri dengan penandatangan Surat Pernyataan Kesediaan Kerjasama Mitra dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Program Kemitraan Masyarakat yang dilakukan oleh Dosen Poltekkes Kemenkes Banjarmasin tahun 2026.

b. Pertemuan II, koordinasi Tim pengusul PkM dengan Kepala Sekolah SMPN 3 Banjarbaru yang akan dilakukan pada Bulan Juli Minggu I Tahun 2025. Pertemuan II ini yaitu menyampaikan proposal kegiatan dan hasil pertemuan I berupa identifikasi permasalahan mitra, solusi permasalahan yang ditawarkan dan rencana metode pelaksanaan PkM yang melibatkan peran guru dan orang tua siswi.
c. Koordinasi dengan para orang tua dari siswi yang mengalami anemia melalui pihak sekolah. Pemilihan siswi anemia (kadar Hb <12,1 g/dL) berdasarkan data pemeriksaan Hb sebelumnya yang dilakukan pihak puskesmas tahun 2025 sebanyak 43 orang)
d. Koordinasi dengan Kepala Puskesmas Cempaka terkait perizinan dan kerjasama kegiatan PkM.
e. Mempersiapkan materi dan media edukasi berupa booklet digital, video edukasi interaktif dan power point

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) dilakukan pada tanggal 09 April 2026. Kegiatan meliputi *pre- test*, penyuluhan dan edukasi pada guru dan orang tua siswi. Tahapan untuk mengatasi permasalahan mitra untuk mencegah anemia sebagai faktor risiko stunting pada siswi-siswi yaitu sebagai berikut:

a. Solusi pertama (aspek pengetahuan), *sharing* persepsi materi melalui penyuluhan dan edukasi pengetahuan dasar tentang stunting dan anemia dengan guru dan orang tua siswi. Tahapan sebagai berikut:
   1) Pelaksanaan kegiatan *pre test* kepada guru dan orang tua siswi sebelum mendapatkan penyuluhan yaitu mengisi beberapa pertanyaan terkait stunting dan anemia dalam bentuk pilihan ganda. Kegiatan ini bertujuan untuk mengukur pengetahuan guru dan orang tua siswi tentang stunting dan anemia.
   2) Pelaksanaan kegiatan penyuluhan menggunakan metode ceramah, diskusi, tanya jawab, pembagian *booklet* digital dan penayangan video edukasi interaktif, meliputi:
      a) Penyuluhan tentang stunting (pengertian, angka kejadian, dampak, faktor-faktor yang mempengaruhi, upaya pencegahan, masalah kesehatan pada remaja dan peran remaja serta peran guru dan orang tua dalam upaya pencegahan stunting).
      b) Penyuluhan tentang anemia (pengertian, angka kejadian, dampak, faktor-faktor yang mempengaruhi, upaya pencegahan, masalah kesehatan pada remaja, deteksi dini anemia dan peran remaja serta peran guru dan orang tua dalam pencegahan anemia) sebagai salah satu faktor risiko terjadinya stunting.
      c) Penyuluhan kepada guru dan orang tua siswi tentang pentingnya pemeriksaan laboratorium terkait anemia secara rutin untuk mengetahui kondisi kesehatan para siswi.
      d) Penyuluhan kepada guru dan orang tua tentang pentingnya konsumsi TTD oleh remaja putri yang mengalami anemia dan teknis pemantauannya.

b. Solusi kedua (aspek sumber daya manusia), adalah memberikan edukasi dan pendampingan kepada guru dan orang tua siswi mengenai deteksi dini anemia melalui pemeriksaan fisik sederhana gejala anemia. Dilakukan juga pendampingan penggunaan media edukasi berupa booklet digital dan video edukasi interaktif. Edukasi akan dilakukan oleh Tim pengusul dibantu oleh Petugas Pelayanan Kesehatan Peduli remaja (PKPR) Puskesmas Cempaka Banjarbaru.
c. Melakukan kegiatan post-test kepada para guru dan orang tua siswi setelah mendapatkan penyuluhan berupa mengisi beberapa pertanyaan dalam bentuk pilihan ganda.
d. Solusi ketiga (aspek kesehatan) yaitu lakukan pemberian tablet tambah darah (TTD) kepada orang tua siswi untuk diberikan kepada putrinya dan memantau konsumsi TTD yang dilakukan secara berkala yaitu 1 kali/minggu selama 1 bulan. Pemberian TTD ini akan dibantu oleh Petugas Pelayanan Kesehatan Peduli remaja (PKPR) Puskesmas Cempaka Banjarbaru.

3. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Tahap monitoring dilakukan pada Bulan April-Mei 2026, yaitu pemantauan konsumsi tablet tambah darah (TTD) 1 kali/minggu selama 1 bulan oleh orang tua siswi di rumah, dibantu oleh tim pelaksana dan pengelola UKS. Tahap evaluasi dilakukan pada tanggal 13 Mei 2026, meliputi:

a. Memberikan penyuluhan pentingnya peran remaja putri tentang bebas anemia dan cegah stunting kepada siswi
b. Melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) setelah pemberian TTD untuk mengetahui kejadian anemia pada siswi. Pemeriksaan kadar Hb dilakukan oleh tim pelaksana dibantu Mahasiswa Jurusan TLM Poltekkes Kemenkes Banjarmasin.
c. Memberikan investasi kepada mitra berupa *sound system*, video edukasi interaktif dan *booklet* digital dan pemeriksaan Hb untuk mendukung keberlangsungan program edukasi terkait anemia dan stunting pada remaja putri di SMPN 3 Banjarbaru.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan judul "Edukasi Bebas Anemia untuk Cegah Stunting Remaja Putri pada Orang Tua dan Guru SMPN 3 Banjarbaru Kecamatan Cempaka Kota Banjarbaru" telah dilaksanakan dengan baik. Sasaran strategis kegiatan ini difokuskan pada orang tua dan guru selaku pilar pendukung utama remaja putri di lingkungan keluarga dan institusi pendidikan. Total peserta edukasi berjumlah 38 orang, yang terdiri dari 30 orang tua siswi yang mengalami anemia dan 8 orang guru SMPN 3 Banjarbaru. Selain itu, kegiatan ini juga melibatkan 26 orang siswi sebagai sasaran langsung dalam tahap evaluasi klinis. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan untuk meningkatkan pemahaman orang tua dan guru SMPN 3 Banjarbaru mengenai kaitan erat antara anemia pada remaja dengan risiko stunting di masa depan. Indikator keberhasilan diukur melalui perbandingan nilai *pre-test* dan *post-test* orang tua dan guru serta pemeriksaan kadar Hemoglobin (Hb) remaja putri (siswi).

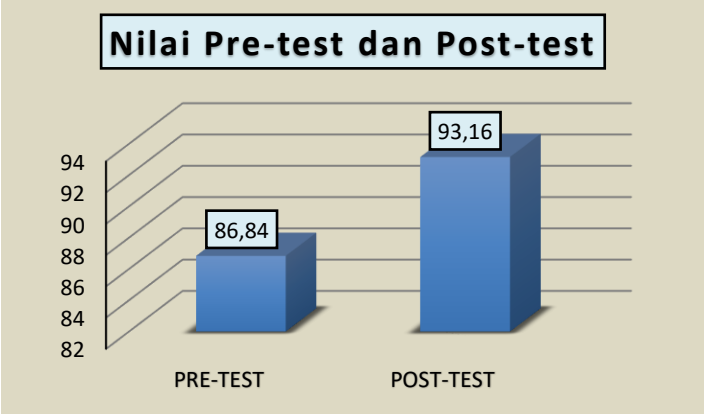
a. Peningkatan Pengetahuan, Kesadaran dan Keterampilan Orang Tua dan Guru

Untuk mengukur efektivitas edukasi yang diberikan melalui penyuluhan dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) intervensi. Berdasarkan hasil evaluasi, diketahui bahwa tingkat pemahaman orang tua dan guru di SMPN 3 Banjarbaru sudah berada pada kategori baik sejak awal. Hal ini terlihat dari rata-rata nilai *pre-test* yang mencapai 86,84. Setelah diberikan edukasi, nilai tersebut meningkat menjadi 93,16 pada *post-test*. Hasil rekapitulasi nilai rata-rata peserta ditunjukkan pada Tabel 1 dan Gambar 1.

ISSN: 2963-0258 (*Online*) Vol. 5 No. 2 2026

Tabel 1. Nilai *Pre-test* dan *Post-test*

Variabel Evaluasi	Nilai rata-rata	Peningkatan Nilai
Pre-test	86,84	-
Post-test	93,16	+ 6,32



Gambar 1. Hasil Penilaian *Pretest* dan *Posttest*

Kesadaran dan keterampilan orang tua serta guru dalam mendampingi konsumsi TTD dan melakukan deteksi dini secara tidak langsung dievaluasi melalui capaian klinis kadar Hb siswi. Hasil pemeriksaan kadar Hb pada 26 siswi menjadi indikator nyata dari efektivitas kesadaran serta keterampilan orang tua dan guru dalam melakukan pendampingan konsumsi TTD serta deteksi dini gejala anemia di lingkungan rumah dan sekolah.

b. Peningkatan Kesehatan Siswi

Siswi yang dilibatkan dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah 26 orang siswi (100%) yang mengalami anemia yaitu yang memiliki kadar Hb<12,1 g/dL. Peningkatan kesehatan siswi diukur melalui pemeriksaan Hb untuk mengetahui status anemia menggunakan alat *Point of Care Testing* (POCT). Nilai normal untuk kadar Hb pada wanita adalah 12,1-15,1 g/dL (24). Hasil menunjukkan bahwa sebanyak 20 orang (77%) memiliki kadar Hb normal dan 6 orang (23%) dengan kadar Hb di bawah normal. Hasil pemeriksaan kadar Hb dapat dilihat pada **Tabel 2, Tabel 3** dan **Gambar 2.**

Tabel 2. Hasil Pemeriksaan Kadar Hemoglobin (Hb) Siswi

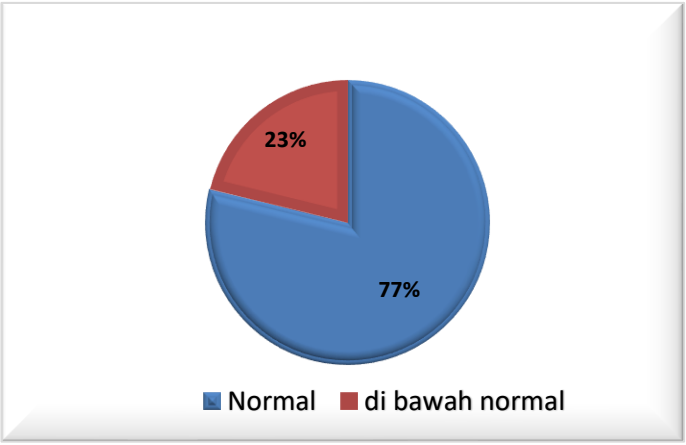
No.	Kode	Kadar Hb (g/dL)	Keterangan
1	001	13,8	Normal
2	002	12,2	Normal
3	003	14,3	Normal
4	004	13,6	Normal
5	005	7,9	di bawah normal
6	006	13,8	Normal
7	007	14,8	Normal
8	008	12,9	Normal
9	009	13,8	Normal
10	010	14,3	Normal
11	011	10,3	di bawah normal

ISSN: 2963-0258 (*Online*) Vol. 5 No. 2 2026

No.	Kode	Kadar Hb (g/dL)	Keterangan
12	012	13,1	Normal
13	013	12,5	Normal
14	014	12,6	Normal
15	015	13,1	Normal
16	016	14,6	Normal
17	017	14,1	Normal
18	018	14,5	Normal
19	019	11,8	di bawah normal
20	020	14,8	Normal
21	021	13,8	Normal
22	022	11,1	di bawah normal
23	023	14,3	Normal
24	024	11,8	di bawah normal
25	025	14,2	Normal
26	026	11,9	di bawah normal

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kadar Hb Siswi

Kategori Kadar Hb	Jumlah Siswi (n)	Persentase (%)
Normal	20	77
Di bawah normal	6	23
Total	26	100



Gambar 2. Persentase Kadar Hemoglobin Siswi

c. Dokumentasi Kegiatan

Kegiatan PkM didokumentasikan dalam bentuk foto-foto kegiatan dan dalam bentuk video. Foto kegiatan disajikan pada Gambar 3-Gambar 6.

ISSN: 2963-0258 (*Online*) Vol. 5 No. 2 2026



Gambar 3. Penyuluhan kepada orang tua dan guru



Gambar 4. Pemeriksaan Kadar Hb



Gambar 5. Foto Bersama Tim PkM, Orang Tua dan Guru



Gambar 6. Foto Bersama Tim PkM dan Siswi

Video kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat diklik pada link YouTube berikut: **https://youtu.be/MHyc07Fp5Xk**

d. Publikasi di Media Cetak

Hasil kegiatan PkM berupa artikel yang diterbitkan di media cetak Radar Banjar.

e. Jejaring Kerjasama

Kegiatan PkM menghasilkan jejariing kerja sama dalam bentuk Perjanjian Kerja Sama (PKS) antara Poltekkes Kemenkes Banjarmasin dengan SMP Negeri 3 Banjarbaru

PEMBAHASAN

1. Analisis Efektivitas Edukasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Orang Tua dan Guru

Hasil edukasi menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata pengetahuan mitra (orang tua dan guru), dari 86,84 (*pre-test*) menjadi 93,16 (*post-test*). Peningkatan sebesar 6,32 poin ini membuktikan bahwa metode edukasi melalui penyuluhan tatap muka efektif dalam menyelaraskan persepsi dan memperdalam pemahaman orang tua serta guru mengenai urgensi pencegahan anemia.

Secara teoritis, pengetahuan merupakan domain utama dalam pembentukan tindakan kesehatan. Berdasarkan studi literatur terbaru oleh Glanz *et al*. (2022) mengenai teori perilaku kesehatan, pengetahuan bertindak sebagai faktor internal penguat (*cognitive predisposing factors*) yang mengarahkan individu untuk mengadopsi kesadaran kritis hingga menjadi tindakan protektif. Pengetahuan yang terstruktur mengenai bahaya jangka panjang anemia, metode deteksi dini, dan pentingnya kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) esensial untuk menggeser peran pasif orang tua dan guru menjadi pengawas aktif di lingkungan

ISSN: 2963-0258 (*Online*) Vol. 5 No. 2 2026

rumah dan sekolah. Secara teoritis, keberhasilan ini sejalan dengan Teori Perilaku Kesehatan Lawrence Green, yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan komponen inti dari faktor predisposisi (*predisposing factors*). Faktor ini berfungsi sebagai stimulan kognitif yang melandasi pembentukan kesadaran dan perubahan tindakan nyata individu dalam mengadopsi perilaku hidup sehat.

Hasil ini didukung oleh kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Rosidin dkk. (2024), yang melaporkan bahwa penyuluhan kesehatan mengenai anemia secara terarah kepada ekosistem sekolah (guru dan orang tua) secara signifikan meningkatkan skor pengetahuan sekaligus mengoptimalkan transformasi peran orang tua dan guru dari yang semula bersifat pasif menjadi agen pengawas yang aktif.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Christiansi (2023) juga menegaskan bahwa edukasi gizi yang menyasar orang tua secara simultan mampu mematangkan persepsi mereka, sehingga orang tua dapat menciptakan lingkungan rumah yang suportif terhadap asupan mikronutrien anak. Tingginya nilai *post-test* (93,16) dalam kegiatan ini membuktikan bahwa metode ceramah interaktif dan media komunikasi dua arah berhasil mengonversi informasi medis teoretis menjadi pemahaman praktis yang mudah diimplementasikan oleh guru dan orang tua.

2. Hubungan Kesadaran dan Keterampilan Orang Tua-Guru dengan Capaian Kadar Hb Siswi

Tingkat kesadaran serta keterampilan orang tua dan guru dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tidak dievaluasi menggunakan instrumen kuesioner sikap konvensional (self-reporting). Evaluasi dinilai secara objektif menggunakan indikator luaran nyata (outcome-based evaluation), yaitu hasil pemeriksaan kadar Hemoglobin (Hb) pada 26 orang siswi yang mengalami anemia (memiliki kadar <12,1 g/dL). Peningkatan status kesehatan siswi diukur menggunakan alat Point of Care Testing (POCT) dengan standar nilai normal untuk wanita berada pada rentang 12,1–15,1 g/dL sesuai spesifikasi Nesco Multicheck 2 Blood Hb Test Strip.

Bukti paling konkret dari peningkatan kesadaran dan keterampilan orang tua serta guru dalam melakukan pendampingan terlihat pada penurunan drastis prevalensi anemia siswi, yang semula berada pada angka 100% (seluruh siswi memiliki Hb < 12,1 g/dL) menyusut signifikan hingga hanya tersisa 23% (6 siswi) saja. Sebaliknya, sebanyak 77% (20 siswi) berhasil mengalami pemulihan klinis dan mencapai kadar Hb dalam kategori normal. Perubahan status kesehatan pada sebagian besar siswi ini menjadi bukti empiris (*empirical evidence*) yang valid bahwa peningkatan pengetahuan orang tua dan guru pasca-edukasi telah termanifestasi secara nyata ke dalam bentuk tindakan pendampingan yang konsisten dan efektif (Sandi dkk., 2025). Temuan ini menjadi bukti nyata dari keberhasilan keterampilan deteksi dini yang telah dikuasai oleh orang tua dan guru pasca-edukasi. Melalui kepekaan klinis dasar mengenai tanda-tanda anemia yang diperoleh dari penyuluhan, guru di sekolah dan orang tua di rumah mampu secara mandiri mengidentifikasi siswi yang menunjukkan indikasi sindrom 5L (Lesu, Lelah, Letih, Lemah, Lalai) serta perubahan fisik berupa wajah pucat untuk diprioritaskan dalam penanganan medis lanjutan.

Keberhasilan memulihkan kadar Hb dari kondisi anemia total menjadi mayoritas normal ini menurut Rukmaini dan Candra (2022), digerakkan oleh terbentuknya sistem pengawasan ganda (dual-support monitoring system) yang kuat antara lingkungan domestik (rumah) dan akademis (sekolah). Dukungan

ISSN: 2963-0258 (*Online*) Vol. 5 No. 2 2026

fasilitatif dari guru di sekolah dan pengawasan ketat orang tua di rumah merupakan variabel determinan utama yang meningkatkan kepatuhan (adherence) remaja putri dalam mengonsumsi suplemen zat besi.

Di sisi lain, fakta bahwa masih terdapat 23% (6 siswi) dengan kadar Hb di bawah normal merupakan indikator penting bagi keterampilan deteksi dini yang berkelanjutan. Dari sudut pandang kesehatan masyarakat, adanya sisa 23% kasus anemia ini tidak mengindikasikan kegagalan program melainkan menunjukkan adanya hambatan tertentu dalam keberhasilan intervensi. Faktor utama yang diduga kuat menjadi pemicu utama kondisi ini adalah rendahnya tingkat kepatuhan atau perilaku lupa dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Remaja putri sering kali gagal mempertahankan konsumsi rutin karena beberapa alasan, antara lain kurangnya pengawasan langsung di lingkungan sekolah, guru tidak selalu dapat memantau satu per satu siswi saat jam minum obat. Sementara di rumah, orang tua yang sibuk bekerja sering kali melewatkan peran mereka sebagai Pengawas Minum Obat (PMO) (Anggriani dkk., 2025). Hasil wawancara dengan enam siswi (23%) penderita anemia menunjukkan bahwa ketidakpatuhan mengonsumsi TTD disebabkan oleh faktor lupa dan efek samping yang tidak nyaman, seperti aroma amis serta rasa mual.

3. Analisis Kasus Anemia yang Terdeteksi dan Kaitannya dengan Pencegahan Stunting

Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar Hb menggunakan alat POCT, terjadi perbaikan status kesehatan yang sangat signifikan pada kelompok siswi. Angka prevalensi anemia siswi yang semula mencapai 100% (seluruh 26 siswi memiliki kadar Hb < 12,1 g/dL) mengalami penurunan drastis hingga hanya tersisa 23% (6 siswi) saja. Keberhasilan memulihkan status kesehatan sebesar 77% siswi menjadi normal ini membuktikan bahwa intervensi edukasi berkelanjutan yang didukung oleh aksi nyata orang tua dan guru efektif dalam mengubah status kesehatan siswi.

Secara fisiologis, remaja putri di SMPN 3 Banjarbaru sangat rentan menderita anemia defisiensi besi akibat kehilangan darah rutin bulanan melalui siklus menstruasi, situasi yang kerap diperparah oleh literasi gizi yang buruk dan pola diet tidak seimbang (Putri dkk., 2024). Keberhasilan menurunkan angka anemia dari 100% menjadi 23% pada remaja sekolah merupakan langkah pencegahan sejak dini. Cara ini sangat penting untuk memutus rantai anemia pada remaja putri agar mereka tidak melahirkan anak yang stunting di masa depan.

Secara patofisiologi, remaja putri yang terbebas dari anemia kronis akan tumbuh menjadi calon ibu yang sehat dan memiliki cadangan besi (*iron stores*) yang cukup saat memasuki masa kehamilan nanti. Sebaliknya, jika kondisi anemia 100% pada siswi tersebut dibiarkan tanpa intervensi, mereka akan berisiko tinggi menjadi ibu hamil yang anemia. Berdasarkan studi klinis terbaru oleh Yuniarti dkk. (2023), kondisi anemia pada ibu hamil memicu terjadinya hipoksia plasenta kronis dan gangguan transfer zat gizi intrauterine. Dampak buruknya adalah peningkatan risiko melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), kelahiran prematur, serta hambatan pertumbuhan linier sejak dalam kandungan yang memanifestasikan kejadian stunting (kerdil) pada masa balita.

Oleh karena itu, penurunan drastis kasus anemia dari 100% ke 23% ini memberikan landasan taktis bagi guru dan orang tua untuk menginisiasi intervensi sekunder yang lebih terarah khusus pada sisa 6 siswi tersebut. Tindakan penanganan dapat berupa rujukan medis ke Puskesmas Cempaka untuk suplementasi terapeutik, peningkatan akses makanan kaya protein hewani (zat besi heme) di rumah, serta pengawasan intensif konsumsi TTD menggunakan

kartu kontrol. Langkah preventif yang agresif ini memastikan bahwa tujuan utama kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu mempersiapkan calon ibu yang sehat demi mewujudkan generasi bebas stunting di Kota Banjarbaru dapat tercapai secara berkelanjutan.

IV. SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini telah berhasil meningkatkan kapasitas kognitif dan keterampilan orang tua serta guru, sekaligus memberikan dampak klinis yang signifikan bagi kesehatan siswi berupa penurunan angka anemia (kadar Hb di bawah normal) secara drastis dari 100% menjadi tinggal 23% sehingga proporsi siswi dengan kadar Hb normal melonjak dari 0% menjadi 77%, yang mana seluruh pencapaian tersebut selaras dengan terpenuhinya target luaran wajib maupun tambahan yang telah direncanakan sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

Anggriani, Y., Komalasar i, Ifayanti, H., Adawiyah, R. 2025, 'Hubungan pengetahuan terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di MTS NU Negarabatin Kotaagung Barat Kabupaten Tanggamus', *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, vol. 11, no. 2, hlm. 1-8.

Anjani, N. 2023, Gambaran Morfologi Eritrosit sebagai Skrining Talasemia pada Remaja di SMP Negeri 3 Banjarbaru, Karya Tulis Ilmiah (KTI), Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Banjarbaru.

Apriningsih, Madanijah, S., Dwiriani, C.M. & Kolopaking, R. 2020, 'Determinant of highschool girl adolescent'adherence to consume iron folic acid supplementation in Kota Depok', Journal of Nutritional Science and Vitaminology, vol. 66, hlm. S369–S375, https://doi.org/10.3177/jnsv.66.S369.

Apriningsih, Sufyan, D.L. 2021, 'Edukasi Pencegahan Anemia Remaja Putri Pada Orang Tua dan Guru Santri Madrasah', *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, vol. 3, no. 2, hlm. 104-111.

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan 2013, *Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan 2019, *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*, Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.

Badan Pusat Statistik Republik Indonesia 2017, *Survei Demografi dan Kesehatan: Kesehatan Remaja*, BPS, Jakarta.

Christiansi, W.Y., Indriani, D., Saputro, A.S., Widati, S., Sulistyowati, M. & Salsabilla, N.P. 2023, 'Pengaruh Pemberian Edukasi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dan Orang Tua di Kabupaten Bangkalan', *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, vol. 6, no. 2, hlm. 32-40, doi.org.

Contento, I.R. 2011, *Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice*, edisi ke-2, Jones and Bartlett Publisher.

Deshmukh, P.R., Garg, B.S. & Bharambe, M.S. 2008, 'Effectiveness of Weekly Supplementation of Iron to Control Anaemia Among Adolescent Girls of Nashik, Maharashtra, India', *Journal of Health, Population and Nutrition*, vol. 26, no. 1, hlm. 74–78.

Glanz, K., Rimer, B.K. & Viswanath, K. (eds) 2022, *Health Behavior: Theory, Research, and Practice*, edisi ke-6, Jossey-Bass.

Huljannah, N., Rochmah, T.N. 2022, 'Program Pencegahan Stunting di Indonesia, *Media Gizi Indonesia*, vol. 17, no. 3, hlm. 281–292, dilihat 26 Juni 2026,

https://repository.unair.ac.id/122615/.

Kemenkes RI 2024, *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil dan Remaja Putri*, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.

Kemenkes RI 2025, *Mengenal Stunting*, Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan, Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.

Kemenkes RI n.d., *Nesco Multicheck 2 Blood Hb Test Strip*, AKL 2a01421346, Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.

Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan 2021, *Anemia pada Remaja Putri Berisiko Tingkatkan Stunting*, dilihat 26 Juni 2026, https://www.kemenkopmk.go.id/anemia-pada-remaja-putri-berisiko-tingkatkan-stunting.

Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia 2021, *Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting*, Kemenneg, Jakarta.

Melwani, V., Dubey, M., Khan, A., Toppo, M., Choudhary, Y. & Priya, A. 2018, 'A study to assess the prevalence of anaemia amongst adolescent girls residing in selected slum of Bhopal city', *International Journal of Community Medicine and Public Health*, vol. 5, no. 3, hlm. 1096–1099, http://www.ijcmph.com.

Natanael, S., Putri, N.K.A. & Adhi, K.T. 2022, 'Persepsi Tentang Stunting pada Remaja Putri di Kabupaten Gianyar Bali (Stunting Perception among Adolescents Girl in Gianyar Regency Bali Province)', *Penelitian Gizi dan Makanan*, vol. 45, no. 1, hlm. 1–10, dilihat 26 Juni 2026, unud.ac.id.

Norma, N., Handayani, L. & Mariana, F. 2024, 'Catin Beraksi (Catin Bersama Aktif Konsultasi) Untuk Mencegah dan Mengatasi Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Tapin Utara', *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh*, vol. 3, no. 1, hlm. 401–414, dilihat 26 Juni 2026, https://ocs.unism.ac.id/index.php/semnaspkm/article/view/1316/495.

Oktiyani, N., Norsiah, W. & Thuraidah, A. 2024, *Laporan Pengabdian kepada Masyarakat: Cegah Stunting Dengan Bebas Anemia pada Remaja di SMPN 3 Banjarbaru Kecamatan Cempaka Kota Banjarbaru*, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Banjarmasin.

Permatasari, T., Briawan, D. & Madanijah, S. 2018, 'Efektivitas Program Suplementasi Zat Besi pada Remaja Putri di Kota Bogor: Effectiveness of Iron Supplementation Programme in Adolescent girl at Bogor City', *Jurnal MKMI*, vol. 14, no. 1, hlm. 1–8.

Proverawati, A. 2011, *Anemia dan Anemia Kehamilan*, Nuha Medika, Yogyakarta.

Putri, SK., Jeki, AG. & Fatmawati, TY. 2024, 'Status gizi, tingkat konsumsi zat gizi besi (Fe) dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri', *Jurnal Diskursus Ilmiah Kesehatan*, vol. 2, no. 1, hlm. 9-15.

Roche, M. 2018, 'Adolescent girls' nutrition and prevention of anaemia: a school based multisectoral collaboration in Indonesia', *BMC Public Health*, vol. 363, no. k4531, hlm. 1–6.

Rosidin, U., Sumarni, N., Purnama, D., Amira, I. & Hendrawati, H. 2024, 'Pendidikan Kesehatan melalui Gerakan Aksi Bergizi dalam Peningkatan Pengetahuan Siswa dan Guru tentang Pencegahan Anemia', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, vol. 7, no. 3, hlm. 1120-1132.

Rukmaini, Chandra, E. 2022, 'Peran tenaga kesehatan, guru, dan keluarga terhadap pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di Kabupaten Tangerang', *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, vol. 13 (Nomor Khusus), hlm. 77-80, http://dx.doi.org/10.33846/sf13nk213.

Sandi, D.A.D., Izma, H., Setiawan, M.I., Rahman, M.A., Azzahra, M.P. & Rasyid, M. 2025, 'Hilirisasi Program Stunting di Landasan Ulin Selatan Melalui Pemanfaatan Teknologi Digital untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kepatuhan Remaja Putri dalam Konsumsi Tablet Tambah Darah', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, vol. 8, no. 1, hlm. 104-119.

World Health Organization, Stoltzfus, R.J. & Dreyfuss, M.L. 2013, *Prevention of Iron Deficiency Anaemia in Adolescents: Role of Weekly Iron Acid Supplementation*, Pediatrics, dilihat 26 Juni 2026, who.int.

Yuliastuti, E., Maslani, N., Isnaniah 2023, 'Pemberdayaan remaja puteri dan guru UKS untuk

ISSN: 2963-0258 (*Online*) Vol. 5 No. 2 2026

peningkatan kepatuhan minum tablet tambah darah melalui GIAT remaja peduli anemia di SMP IT Ukhuwah Banjarmasin', *J-ABDI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, vol. 3, no. 6, hlm. 1-10.

Yuniarti, Zakiah 2021, 'Anemia pada Remaja Putri di Kecamatan Cempaka Kota Banjarbaru', *Jurnal Inovasi Penelitian*, vol. 2, no. 7.

Yusran, S., Paridah, P. Lisnawaty, L. 2024, 'Edukasi Kesehatan Reproduksi Sebagai Determinan Pencegahan Stunting pada Masyarakat Desa Lombea Kecamatan Moramo Utara', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo*, vol. 1, no. 1, hlm. 20–27.