



**PENINGKATAN KUALITAS DIRI REMAJA TERHADAP PENCEGAHAN STUNTING
MELALUI EDUKASI PENCEGAHAN ANEMIA DAN SCREENING KADAR
HEMOGLOBIN SERTA TEKANAN DARAH REMAJA**

**Resta Betaliani Wirata^{1*}, Mei Rianita E. Sinaga², Ratna Puspita Adiyasa³, Tesa Windy Restu
Wulandari⁴, Kristian Setyo Widagdo⁵**

^{1,2,3}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta

⁴Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta

⁵Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Perwakilan Daerah Istimewa
Yogyakarta

Article Info

Article History:

Received : Jan 09, 2026

Revised : Jan 23, 2026

Accepted : Feb 06, 2026

Keywords:

Adolescents

Anemia

Education

Stunting

Screening

ABSTRAK

Peningkatan kualitas remaja dapat dilakukan melalui PMR yang terdapat di sekolah-sekolah. Kegiatan yang dilakukan oleh PMR di SMK N 1 Bantul ini terkait peningkatan pengetahuan seputar kesehatan, namun belum pernah dilakukan edukasi, pemeriksaan kesehatan ataupun pelatihan untuk peningkatan kesehatan terkhusus pencegahan stunting baik dari pemenuhan gizi, anemia, kesehatan reproduksi dan pemeriksaan kadar hemoglobin. Sehingga PMR yang ada di sekolah ini menjadi tempat yang tepat untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat agar PMR di sekolah ini dapat menjadi penggerak pencegahan stunting dan meningkatkan kualitas diri remaja menjadi penerus generasi yang sehat, berkualitas dan bebas stunting. Kegiatan ini dilakukan dengan tahapan sosialisasi, pelaksanaan, monitoring dan evaluasi. Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pencegahan anemia dan hasil screening mengenai kadar hemoglobin dan tekanan darah.

ABSTRACT

The improvement of adolescent quality can be achieved through the "Palang Merah Remaja" (PMR) programs implemented in schools. The activities conducted by PMR at SMK Negeri 1 Bantul have been primarily related to increasing health-related knowledge; however, there have been no prior educational programs, health screenings, or training activities specifically aimed at health promotion, particularly in stunting prevention. These include aspects of nutritional adequacy, anemia prevention, reproductive health, and hemoglobin level examination. Therefore, the PMR organization at this school represents an appropriate platform for the implementation of community service activities, enabling its members to act as agents of stunting prevention and to enhance adolescent self-quality as future generations who are healthy, competent, and free from stunting. This activity was carried out through several stages, namely socialization, implementation, monitoring, and evaluation. The results of the community service program indicated an increase in participants' knowledge regarding anemia prevention, as well as screening outcomes related to hemoglobin levels and blood pressure.

**Corresponding Author: resta@stikesbethesda.ac.id*

PENDAHULUAN

Pada pertengahan tahun 2023 prevalensi stunting di Indonesia adalah 21,6%, sementara target yang ingin dicapai pemerintah adalah 14% pada tahun 2024. Sehingga, pencapaian tersebut harus dilakukan lebih maksimal lagi (Kurniasih, 2024). Stunting adalah keadaan saat balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan usia dan jenis kelamin yang diukur dengan standar pertumbuhan anak dari WHO. Adanya stunting menunjukkan status gizi yang kurang (malnutrisi) dalam jangka waktu yang lama (kronis) (Kementerian Kesehatan, 2024).

Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting yang holistik, integratif, dan berkualitas melalui koordinasi, sinergi, dan sinkronisasi di antara pemangku kepentingan (Kurniasih, 2024) menjadi landasan dalam meningkatkan program penanganan stunting pada anak-anak mulai dari hulu. Deputi Bidang Koordinasi Peningkatan Kualitas Kesehatan dan Pembangunan Kependudukan Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan (Kemendesa PMK) menekankan bahwa intervensi yang dapat dilakukan untuk mempercepat perbaikan gizi masyarakat khususnya dalam percepatan penurunan stunting yang harus dimulai dari hulu dengan pendekatan intervensi yang dimulai sejak remaja, calon pengantin, ibu hamil, ibu menyusui, anak usia 0 -59 bulan. Selain itu intervensi pada hulu tersebut, juga perlu dilakukan pada kelompok laki-laki (Kemendesa PMK, 2022).

Pada periode 2018-2022, prevalensi stunting di DIY terus menurun dari 21,46% menjadi 16,4%. Melihat prevalensi tersebut, DIY optimis, akan segera mencapai angka 14% seperti target RPJMN 2020-2024 (Humas Pemda DIY, 2023). Kabupaten Bantul merupakan provinsi dengan urutan kedua terbanyak anak-anak dengan stunting pada tahun 2021 mencapai 19,1%. Beberapa program penurunan stunting sudah dilakukan dengan baik sehingga angka kejadian stunting dapat menurun. Optimalisasi program percepatan penurunan stunting sangat perlu dilakukan mulai dari hulu yaitu remaja baik laki-laki dan perempuan. Salah satu program pencegahan stunting yang dilakukan di sekolah yaitu membentuk tim PMR yang didalamnya diberikan beberapa kegiatan peningkatan pengetahuan mengenai pencegahan stunting, seperti yang dilakukan di SMK N 1 Bantul. Terdapat tim PMR yang sudah terbentuk dan memiliki kegiatan rutin dalam peningkatan pengetahuan.

SMK N 1 Bantul memiliki 4 program keahlian yaitu akuntansi dan keuangan, manajemen perkantoran, bisnis dan pemasaran, yang terakhir teknik komputer dan informatika. SMK ini terletak di Jalan Parangtritis No.KM.11, Dukuh Sabdodadi, Kec. Bantul, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, kurang lebih 13.6 km dari lokasi kampus ke lokasi mitra. Struktur PMR yang telah terbentuk di SMK ini terdiri dari Ketua Umum, Ketua, Sekretaris, Bendahara dan Anggota dengan total 156 siswa-siswi yang bergerak menjalankan PMR ini yang diambil dari setiap perwakilan kelas. Kegiatan yang dilakukan oleh PMR di SMK ini terkait peningkatan pengetahuan seputar kesehatan, namun belum pernah dilakukan edukasi, pemeriksaan kesehatan ataupun pelatihan untuk peningkatan kesehatan terkhusus pencegahan stunting baik dari pemenuhan gizi, anemia, kesehatan reproduksi dan pemeriksaan kadar hemoglobin. Program keahlian yang dimiliki sekolah ini tidak ada yang berhubungan dengan kesehatan, sehingga PMR yang ada di sekolah ini menjadi tempat yang tepat untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat agar PMR di sekolah ini dapat menjadi penggerak pencegahan stunting dan meningkatkan kualitas diri remaja menjadi penerus generasi yang sehat, berkualitas dan bebas stunting.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SMK N 1 Bantul, Yogyakarta dilaksanakan pada bulan Agustus – Oktober 2024 secara langsung/ tatap muka. Kegiatan besar yang dilaksanakan meliputi edukasi kesehatan reproduksi, pencegahan stunting melalui pencegahan anemia, dan screening hemoglobin dan tekanan darah pada remaja.

Kegiatan pengabdian pada remaja ini melalui tahapan sebagai berikut:

Sosialisasi: tahap awal dilakukan sosialisasi kepada guru dan pengurus PMR di SMK agar terjadi satu persepsi yang sama dalam proses kegiatan PKM sampai akhir pada tanggal 3 September 2024.

Pelaksanaan: Edukasi dilakukan pada tanggal 8 Oktober 2024 di SMK N 1 Bantul dengan jumlah peserta sebanyak 55 siswa. Screening dilakukan dengan cara melakukan pemeriksaan kesehatan berupa kadar hemoglobin dan tekanan darah pada remaja sebanyak 103 siswa pada tanggal 9 Oktober 2024. Seluruh kegiatan difasilitasi oleh 6 mahasiswa STIKES Bethesda dan tim PMR SMK N 1 Bantul.

Evaluasi dan Monitoring: Evaluasi dilakukan secara langsung dengan beberapa tahap yaitu untuk edukasi dievaluasi dengan pre-test dan post-test, untuk screening dievaluasi dengan hasil screening yang dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian edukasi oleh narasumber dalam kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan memberikan kesadaran kepada remaja akan pentingnya menjaga kesehatan sedini mungkin terkhusus pada pencegahan anemia. Data menunjukkan banyak remaja mengalami anemia terkhusus anemia pada remaja putri berdampak pada kesehatan untuk mempersiapkan diri di masa depan dalam kehamilan yang sehat. Data juga menunjukkan mulai banyak kasus stroke terjadi pada usia muda. Sehingga penting mencegah terjadinya stroke sejak awal pada usia remaja.

Tabel 1. Pre dan Post Tes Tingkat Pengetahuan Remaja mengenai Pencegahan Anemia

Tingkat Pengetahuan	Pre-Test	Post-Test
Rendah	4	0
Sedang	31	9
Tinggi	20	46
Total	55	55

Edukasi yang diberikan kepada remaja di SMK N 1 Bantul dilakukan dengan memberikan penjelasan menggunakan power point sehingga memudahkan remaja memahami informasi yang diberikan. Pengetahuan remaja mengenai pencegahan anemia sebelum diberikan edukasi terbanyak sebesar 56,36% memiliki pengetahuan sedang. Setelah diberikan edukasi pengetahuan remaja terbanyak sebesar 83,63% pada pengetahuan tinggi. Efektivitas penyuluhan kepada masyarakat yang diberikan kepada pelaksana PkM memberikan dampak positif bagi sasaran atau memberikan perubahan pengetahuan. Promosi kesehatan dengan penyuluhan menggunakan media teknologi informasi sangat membantu dalam tercapainya target penyuluhan yaitu untuk meningkatkan pengetahuan penerima promosi kesehatan (Rahmadani, dkk., 2017). Pemberian edukasi mengenai personal hygiene kepada remaja sangat penting untuk kesehatan remaja secara fisik dan akan berdampak kepada kesehatan psikologis, begitu sebaliknya (Wirata dan Ballena, 2021)



Gambar 1 Pelaksanaan Edukasi kepada Remaja

Tabel 2. Hasil *Screening* Hemoglobin Remaja

<i>Screening Hb</i>	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	10	9,7
Normal	82	79,6
Tinggi	11	10,7
Total	103	100

Tabel 3. Hasil *Screening* Tekanan Darah Remaja

<i>Screening Tekanan Darah</i>	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	56	54,4
Normal	40	38,8
Tinggi	7	6,8
Total	103	100

Setelah kegiatan edukasi selesai, remaja diharapkan dapat mengetahui kadar Hb dan ukuran tekanan darah masing-masing sehingga dapat mengetahui kondisi diri saat ini dan melakukan tindakan-tindakan kesehatan untuk mencegah anemia pada remaja. Hasil *screening* yang dilakukan ditemukan kadar Hb pada remaja rendah (<12 gr/dl) sebanyak 9,7%, normal (12-17 gr/dl) sebanyak 79,6%, dan tinggi (>17 gr/dl) sebanyak 10,7%. Hasil ini menunjukkan masih ada remaja yang mengalami anemia dan banyak remaja dengan kadar Hb normal yang perlu mempertahankan kondisi kadar Hb saat ini sehingga dapat terhindar dari anemia. Hemoglobin pada manusia memiliki nilai normal yaitu pada perempuan 12–15 g/dL dan laki-laki 13-17 g/dl. Rendahnya kadar Hb dalam tubuh akan mengakibatkan gejala lemas, lelah dan lesu yang merupakan indikasi rendahnya kadar hemoglobin dalam darah yang mengakibatkan anemia (Tutik, 2019). Tidak hanya remaja perempuan, tetapi remaja laki-laki juga berisiko mengalami anemia, namun prevalensi anemia pada perempuan 6% lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Remaja putri yang mengalami anemia berisiko lebih besar melahirkan berat bayi lahir rendah (BBLR) dan stunting (Sartika, dkk., 2021).

Hasil *screening* yang dilakukan juga pada pengukuran tekanan darah (TD) ditemukan kadar TD pada remaja rendah (<120/80 mmHg) sebanyak 54,4%, normal (120/80 mmHg) sebanyak 38,8%, dan tinggi (>120/80 mmHg) sebanyak 6,8%. Pada usia remaja dari hasil pemeriksaan ditemukan tekanan darah melebihi 120/80 mmHg sehingga perlunya remaja melakukan pencegahan terhadap kondisi ini. Hipertensi adalah kondisi tekanan darah tinggi yang abnormal, yaitu tekanan darah sistolik di atas atau sama dengan 140 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas atau sama dengan 90 mmHg yang diukur minimal pada tiga kesempatan waktu yang berbeda (Alifariki, 2019). Hasil studi menunjukkan kegiatan skrining terbukti efektif dalam menemukan kasus secara dini dan menentukan penanganan dan diagnosis lebih lanjut sehingga diperlukan *screening* lebih lanjut (Pastakia et al., 2013).

**Gambar 2** Pelaksanaan *Screening* Kadar Hemoglobin dan Tekanan Darah Remaja

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi dan pelaksanaan screening pada remaja untuk pencegahan anemia bermanfaat bagi remaja dan sangat diperlukan oleh pihak sekolah untuk mempersiapkan generasi penerus bangsa yang sehat dan berkualitas. Saran kepada pihak sekolah terkhusus bagian PMR pentingnya dilakukan kegiatan pemeriksaan dini untuk kadar hemoglobin dan tekanan darah sejak remaja agar pencegahan dapat dilakukan sedini mungkin dan tindak lanjut dapat dilakukan dengan tepat. Pentingnya kolaborasi dari pihak sekolah, puskesmas dan tenaga kesehatan dalam mencegah stunting untuk meningkatkan kualitas diri remaja sebagai penerus bangsa yang sehat dan berdampak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian masyarakat ini lolos Hibah yang didanai oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alifariki. (2019). *Epidemiologi Hipertensi (Sebuah Tinjauan Berbasis Riset)*. CV. Leutikaprio. Yogyakarta.
- Dewan Perwakilan Rakyat RI. Kurniasih: Di Tahun 2024, Penurunan Stunting Harus Jadi Fokus Bersama [Internet]. 2024 [11 Maret 2024]. Tersedia dari: <https://www.dpr.go.id/berita/detail/id/48290/t/Kurniasih:%20Di%20Tahun%202024,%20Penurunan%20Stunting%20Harus%20Jadi%20Fokus%20Bersama>
- Humas Pemda DIY. Prevalensi Stunting DIY Sumbang Penurunan Angka Nasional [Internet]. 2023 [11 Maret 2024]. Tersedia dari: <https://jogjaprov.go.id/berita/prevalensi-stunting-diy-sumbang-penurunanangka-nasional>
- KEMENKO PMK. Penguatan Percepatan Penurunan Stunting dari Hulu ke Hilir [Internet]. 2022 [11 Maret 2024]. Tersedia dari: <https://www.kemkopmk.go.id/penguatan-percepatan-penurunan-stuntingdari-hulu-ke-hilir>
- Kementrian Kesehatan. Mengenal Apa Itu Stunting [Internet]. 2022 [11 Maret 2024]. Tersedia dari: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1388/mengenal-apa-itu-stunting
- Pastakia, S. D., Akwanalo, C. O., Kamano, J. H., Ali, S. M., Ndege, S. K., Buckwalter, V. L., ... & Bloomfield, G. S. (2013). Screening for diabetes and hypertension in a rural low income setting in western Kenya utilizing home-based and community based strategies. *Globalization and health journal*, Vol:9 (1), page 21.
- Ramadhani, S. N., Adi, S., & Gayatri, R. W. (2017). EFEKTIVITAS PENYULUHAN BERBASIS POWER POINT PERILAKU. 8–16
- Sartika, A.N., Khoirunnisa, M., Meiyetriani, E., Ermayani, E., Pramesthi, I.L., Ananda, N.A.J. (2021). Prenatal and postnatal determinants of stunting at age 0-11 months: A cross-sectional study in Indonesia. *PLoS One*. Jul14;16(7):e0254662
- Tutik, S. N. (2019). Pemeriksaan kesehatan Hemoglobin di Posyandu lanjut usia (lansia) pekon tulungagung Puskesmas Gadingrejo Pringsewu. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati Vol*, 2(2), 20-25
- Wirata, R. B., & Ballena, N. S. (2021). *Journal of Health Education*. *Journal of Health Education*, 25(1), 57–60. <https://doi.org/10.1080/10556699.1994.10603001>