



**REBANA (REMAJA BEBAS STUNTING DAN ANEMIA); PENYULUHAN KESEHATAN
REMAJA DAN PERSIAPAN BEREPRODUKSI DI DUSUN BLABAK, KALURAHAN
TRIWIDADI**

**REBANA (TEENAGERS FREE FROM STUNTING AND ANAEMIA); ADOLESCENT
HEALTH COUNSELLING AND REPRODUCTIVE PREPARATION IN BLABAK
HAMLET, TRIWIDADI SUB-DISTRICT**

Yunia Putri Mulyana^{1*}, Fina Syafeti², Silvia Indrianasari³, Trisna Nurfajrillah⁴, Antika Indah
Ariyani⁵, Niken Dwi Pramesti⁶, Indah Wijayanti⁷, Lia Dian Ayuningrum⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Universitas Alma Ata, Yogyakarta, Indonesia

*email niaphutry@gmail.com

Abstrak: Pada masa remaja akan ditandai dengan pertumbuhan serta perkembangan yang berupa perubahan fisik dan psikis maupun sosial. Pada masa remaja kebutuhan nutrisi akan meningkat, sehingga status gizi pada remaja sangat menentukan kualitas kesehatan dan produktivitas untuk masa depan. Anemia yang tidak ditangani dapat mengakibatkan penurunan prestasi sekolah melalui keterlambatan perkembangan serta gangguan perilaku (penurunan aktivitas motorik, interaksi sosial, dan perhatian terhadap tugas), mengganggu produktivitas dalam kehidupan dewasa, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai Kesehatan dan mempersiapkan remaja bereproduksi. Kegiatan penyuluhan berjalan lancar dengan dihadiri 15 remaja dusun Blabak. Acara dimulai dengan pemeriksaan hemoglobin, pemaparan materi posyandu remaja, penayangan video edukasi, diskusi dan pengisian *pre-post test*. Peserta terlihat sangat antusias dibuktikan dengan banyaknya peserta bertanya. Hasil *pre test* dari 15 orang remaja mendapatkan rata-rata nilai 6,33 dan hasil *post test* mendapatkan rata-rata nilai 9,26, artinya terdapat kenaikan pengetahuan sebesar 29,3%.

Kata Kunci: Anemia; Remaja; Stunting

Abstract: Adolescence is characterised by growth and development in the form of physical, psychological and social changes. During adolescence, nutritional needs will increase, so the nutritional status of adolescents determines the quality of health and productivity for the future. Untreated anaemia can lead to decreased school performance through developmental delays and behavioural disorders (decreased motor activity, social interaction, and attention to tasks), impair productivity in adult life, and overall quality of life. The purpose of this activity is to increase adolescents' knowledge about health and prepare adolescents to reproduce. The counselling activity went smoothly with the attendance of 15 adolescents from Blabak hamlet. The event began with a haemoglobin check, presentation of adolescent posyandu material, showing educational videos, discussion and filling in *pre-post tests*. The participants looked very enthusiastic as evidenced by the number of participants asking questions. The *pre-test* results from 15 adolescents got an average score of 6.33 and the *post-test* results got an average score of 9.26, meaning there was an increase in knowledge by 29.3%.

Keywords: Aenemia; Adolescent; Stunting

Article History:

Received	Revised	Published
19 Mei 2025	10 Juli 2025	15 Juli 2025

Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa beralihnya masa anak-anak menuju masa dewasa yang memiliki rentang usia 12-21 tahun. Pada masa remaja akan ditandai dengan pertumbuhan serta perkembangan yang berupa perubahan fisik dan psikis maupun sosial. Pada masa remaja kebutuhan nutrisi akan meningkat, sehingga status gizi pada remaja sangat menentukan kualitas kesehatan dan produktivitas untuk masa depan (Anindya Hapsari, 2019).

Pemerintah Indonesia memiliki berbagai program untuk meningkatkan produktivitas remaja, salah satunya adalah program "Generasi Berencana" (GenRe) yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas remaja melalui berbagai aspek, termasuk kesehatan reproduksi, pendidikan, dan keterampilan hidup. Selain itu, ada juga program-program yang berfokus pada penanggulangan penyakit, salah satunya Program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri dimulai sejak tahun 2014 (Kemenkes, 2018).

Menurut World Health Organization, pada tahun 2023 prevalensi global anemia pada wanita berada di angka 30,7%, (World Health Organization, 2023). Selanjutnya Menurut Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2021, prevalensi anemia gizi besi di kalangan remaja putri di Indonesia mencapai 22,7%.

Data yang dihimpun oleh Badan Perencanaan Pembangunan, Riset dan Inovasi Daerah Istimewa Yogyakarta, presentase kejadian anemia pada remaja putri di DIY berada di angka 25,7%, Sedangkan di Kabupaten Bantul masih terbilang tinggi, yaitu di atas 50% pada tahun 2022 (BAPPERIDA DIY, 2025).

Anemia yang tidak ditangani dapat mengakibatkan penurunan prestasi sekolah melalui keterlambatan perkembangan serta gangguan perilaku (penurunan aktivitas motorik, interaksi sosial, dan perhatian terhadap tugas), mengganggu produktivitas dalam kehidupan dewasa, dan kualitas hidup secara keseluruhan. Anemia pada kehamilan juga dikaitkan dengan hasil yang buruk bagi ibu dan kelahiran, termasuk kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, dan kematian ibu (World Health Organization, 2025).

WHO mencatat di tahun 2024 terdapat 150,2 juta anak dibawah usia 5 tahun mengalami stunting, 42,8 juta anak terlalu kurus untuk tinggi badannya (*wasting*), dan 35,5 juta anak mengalami *overweight* (World Health Organization, 2024).

Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) mengungkapkan prevalensi balita stunting sebesar 19,8% atau sekitar 4.482.340 balita di seluruh Indonesia. Selanjutnya angka kejadian stunting di Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 14,7% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Stunting adalah keadaan dimana balita mengalami kegagalan tumbuh tembang (di bawah usia lima tahun) akibat kekurangan gizi kronis, yang ditandai dengan tinggi badan anak lebih pendek dari standar usianya. Hal ini dipengaruhi oleh nutrisi, paparan rokok, infeksi berulang dan anemia pada kehamilan (Oktavia et al., 2024) (Ashar et al., 2023).

Metode

- a. Sasaran kegiatan ini adalah remaja dusun Blabak, Kalurahan Triwidadi, Kecamatan Pajangan, Kabupaten Bantul, DIY
- b. Waktu pelaksanaan kegiatan ini adalah Sabtu, 17 Mei 2025

- c. Langkah-langkah kegiatan:
- 1) Peserta datang dan mengisi daftar hadir
 - 2) Peserta diarahkan ke meja kedua untuk pemeriksaan hemoglobin
 - 3) Peserta diarahkan untuk duduk di bangku yang telah disediakan
 - 4) Setelah seluruh peserta berkumpul, kegiatan dibuka oleh MC
 - 5) Seluruh peserta diarahkan mengisi pre test yang berisi 10 item pertanyaan
 - 6) Kuis yang telah diisi dikumpulkan kepada panitia yang bertugas
 - 7) Pemaparan materi posyandu remaja
 - 8) Tahapan selanjutnya adalah penayangan video edukasi
 - 9) Setelah peserta mendapat pemahaman mengenai anemia, stunting dan bahaya asap rokok, selanjutnya dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab
 - 10) Pengisian post test
 - 11) Kegiatan ditutup dengan kuis berhadiah
- d. Peningkatan pengetahuan remaja diukur dengan hasil pretest dan posttest dari kuesioner yang mencakup pertanyaan tentang anemia, stunting, dan bahaya asap rokok.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan REBANA (Remaja Bebas Stunting dan Anemia) di hadiri oleh 15 peserta yang merupakan remaja didusun Blabak. Rangkaian kegiatan diawali dengan pemeriksaan awal yang meliputi pengukuran kadar hemoglobin (HB) dan pemeriksaan antropometri (tinggi badan dan berat badan) dan dilanjutkan dengan pengisian pre test.

Sebelum pemaparan video edukasi dilakukan, peserta diberikan pemaparan materi singkat mengenai pemeriksaan antropometri kepada kader posyandu remaja. Materi ini mencakup fungsi dan tujuan kader remaja pengertian antropometri, tujuan pengukuran, serta cara melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan dengan benar.

Setelah pemaparan materi, kegiatan dilanjutkan dengan pemutaran video edukatif yang berisi informasi tentang anemia, KEK, stunting, pentingnya konsumsi tablet Fe, dan bahaya merokok. Pendekatan utama pada penyuluhan ini menggunakan video edukatif yang dikombinasikan dengan diskusi interaktif. Media video dipilih karena sesuai dengan karakteristik generasi digital yang lebih responsif terhadap informasi visual dan audio.

Setelah pemutaran video, peserta mengikuti sesi tanya jawab interaktif. Dalam sesi ini, peserta diberi kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan, tanggapan, serta pengalaman terkait topik yang ditampilkan dalam video. Sesi ini bertujuan untuk menggali pengetahuan dan memperdalam pemahaman remaja terhadap isu kesehatan yang dibahas.

Hasil pre test dari 15 orang remaja mendapatkan rata-rata nilai 6,33 dan hasil post test mendapatkan rata-rata nilai 9,26. Hal ini menunjukkan terdapat kenaikan pengetahuan sebesar 29,3%.

Penelitian oleh Tri Matra, *et al* (2021) menunjukkan bahwa media video edukatif secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja mengenai anemia dan pentingnya tablet Fe, dengan hasil intervensi yang serupa, yaitu peningkatan pengetahuan lebih dari 100% setelah pemutaran video dan sesi tanya jawab (Fadhilah et al., 2022).

Selanjutnya, menurut Septi Andani, *et al* (2024) juga menjelaskan bahwa edukasi yang

dikemas dengan penggunaan video lebih efektif dibandingkan ceramah, karena konsep video edukatif membuat peserta lebih tertarik, tidak membuat peserta bosan dan tidak monoton (Komang et al., 2024).

Menurut penelitian Nurrahman *et al* (2020) Anemia dapat mempengaruhi kehamilan dan persalinan, salah satunya adalah persalinan *premature* karena saat ibu mengalami anemia, darah ibu tidak memiliki sel darah merah yang cukup sehat untuk mengangkut oksigen ke jaringan ibu maupun kepada janin. Anemia juga dapat memperburuk keadaan pasien gagal ginjal kronis dan penyakit hati akut, gejala anemia timbul karena anoksida organ target yang disebabkan berkurangnya jumlah oksigen yang dapat dibawa oleh darah ke jaringan serta mekanisme kompensasi tubuh terhadap anemia. Anemia pada anak malnutrisi terjadi karena banyaknya masyarakat yang berpenghasilan rendah sehingga tidak tercukupinya kebutuhan gizi anak-anak. Karena kebutuhan gizi yang meningkat pesat didominasi oleh kebutuhan asupan energi, protein, kalsium, besi dan seng (Nurrahman et al., 2020).

Rahayu (2021) mengatakan Anemia pada saat hamil sangat beresiko terhadap tumbuh kembang janin dan perkembangan bayi yang akan di lahirkan yang dapat menyebabkan mengalami stunting. Hal ini disebabkan anemia menghambat pertumbuhan janin, kelahiran bayi prematur dan persalinan dengan cadangan zat besi yang tidak mencukupi (Rahayu, 2021).

Sejalan dengan penelitian Pasalina, *et al* (2023) terdapat hubungan antara riwayat anemia kehamilan dengan dengan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan. Kejadian stunting lebih banyak terjadi pada balita yang memiliki ibu dengan riwayat anemia kehamilan dibandingkan ibu yang tidak memiliki riwayat anemia kehamilan (Pasalina et al., 2023).

Penelitian Nurhayati (2023) menyatakan faktor resiko terhadap kejadian stunting juga berasal dari faktor lingkungan diantaranya konsumsi rokok orang tua, riwayat BBLR, dan riwayat penyakit infeksi (Nurhayati, 2023).



Gambar 1. Dokumentasi pelaksanaan

Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan berjalan lancar dengan dihadiri 15 remaja dusun Blabak. Acara dimulai dengan pemeriksaan hemoglobin, pemaparan materi posyandu remaja, penayangan video edukasi dan diskusi. Peserta terlihat sangat antusias dibuktikan dengan banyaknya peserta bertanya.

Hasil pre test dari 15 orang remaja mendapatkan rata-rata nilai 6,33 dan hasil post test

mendapatkan rata-rata nilai 9,26, artinya terdapat kenaikan pengetahuan sebesar 29,3%. Hal ini menunjukkan keberhasilan program REBANA.

Ucapan Terima Kasih

Kegiatan ini tidak akan terlaksana dengan baik tanpa dukungan dari berbagai pihak. Kami mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada Bapak Kalurahan Triwidadi, Bapak Kepala Padukuhan Blabak, Bapak RT 01, RT 02, RT 03 Dukuh Blabak, Ibu bidan Desa, Ibu Bidan pendamping puskesmas Pajangan yang telah memfasilitasi dan memberi izin sehingga kegiatan ini berlangsung sesuai harapan.

Tentunya kami sangat berterimakasih kepada Rektor Universitas Alma Ata, Dekan Fakultas ilmu-ilmu kesehatan Universitas Alma Ata, Kepala program studi S1 dan Profesi bidan Universitas Alma ata. Serta pihak-pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu.

Referensi

- anindya hapsari. (2019). *Buku ajar kesehatan reproduksi modul kesehatan reproduksi remaja*.
- Ashar, M., Mulyana, Y. P., Triwulandari, N., Alumi, N., Ulfa, H. M., Yakin, M., Azma, N. L., Ferawati, H., Ningrum, R. P. D. K., Gangga, E. J. P., Muarif, F., & Sholihah, D. A. (2023). Penyuluhan Kesehatan: Cegah Stunting dengan Bebas Anemia pada Ibu Hamil di Desa Donorojo. *Jurnal Abdimas PHB*, 6.
- BAPPERIDA DIY. (2025). *Data Kinerja Dinas Kesehatan*.
- Pasalina, P. E., Fil Ihsan, H., & Devita, H. (2023). Hubungan Riwayat Anemia Kehamilan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 2721–8007.
- Fadhilah, T. M., Qinthara, F. Z., Pramudiya, F., Nurrohmah, F. S., Nurlaelani, H. P., Maylina, N., & Alfiraizy, N. (2022). Pengaruh Media Video Edukasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 5(1), 159. <https://doi.org/10.30595/jppm.v5i1.9823>
- Kemendes. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024*.
- Komang, N., Andani, S., Agung, I. G., Novya, A., & Wirata, I. N. (2024). Efektifitas Video Edukasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang TRIAD KRR *The Effectiveness of Education Videos in Enhancing Adolescent Knowledge of Three Basic Reproductive Health Risks*. 11(2), 168–183.
- Nurhayati. (2023). Hubungan Perilaku Merokok Orang Tua Dengan Kejadian Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkoso Kabupaten Barru. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(2).
- Nurrahman, N. H., Anugrah, D. S., Adelita, A. P., Sutisna, A. N., Ovtapia, D., Maisaan, F., Wahyudi, K., Nurshifa, G., Sari, H. E., Azrah, M., Hidayat, M. S., Putri, N. J., & Arfah, C. F.

- (2020). Faktor dan Dampak Anemia pada Anak-Anak, Remaja, dan Ibu Hamil serta Penyakit yang Berkaitan dengan Anemia. *JSTE*, 2(2). <http://www.ejournal.umbandung.ac.id/index.php/JSTE>
- Oktavia, E., Editia, Y. V., & Primadani, M. (2024). Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Balita Di Indonesia Tahun 2024. *Jurnal Ventilator*, 2(1), 158–168. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i1.988>
- Rahayu, D. T. (2021). Anemia Pada Kehamilan Dengan Kejadian Stunting Di Desa Gayam Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri. *Midwifery Jurnal Kebidanan*. <https://doi.org/10.21070/midwifery.v%vi%i.1319>
- World Health Organization. (2023). Anaemia in women and children. <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia-in-women-and-children>.
- World Health Organization. (2024). *Joint child malnutrition estimates*.
- World Health Organization. (2025). Anaemia. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia>.