

Pencegahan *Stunting* melalui Program Pengecekan Hemoglobin (Hb) dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di Posyandu Remaja Kecamatan Srandakan

Cheren Khairunisa¹, Abdul Rofiqatul A'la², Aditiya Tri Kurniawan³, Octa Putri Ramadhania⁴, Nisrina Arrassadah Salsabila⁵, Dwi Natasha⁶, Dedi Ari Wibowo⁷, Siti Alfiatu Zahro⁸, Windi⁹, Susi Anggraini¹⁰

¹⁻¹⁰ Universitas Alma Ata

E-mail: ¹cherenkhairunisa13@gmail.com, ²abdulrofiqatulala@gmail.com, ³aditiya.kurniawan123@gmail.com,

⁴ramadhania.octa@gmail.com, ⁵nrnsalsa@gmail.com, ⁶dwinatasha04@gmail.com, ⁷dedi.ari111@gmail.com,

⁸Zahroalfiya97@gmail.com, ⁹windiwindi1703@gmail.com, ¹⁰susianggraeni177@gmail.com

INFO ARTIKEL

ABSTRAK

Article history:

Available online

DOI://journal.unuha.ac.id/index.php/JIMi/

How to cite (APA):

Khairunisa, C., A'la, A.R., Kurniawan, A.T., Ramadhania, O.P., Salsabila, N.A., Natasha, D., Wibowo, D.A., Zahro, S.A., Windi, W., Anggraini, S. (2025). Pencegahan *Stunting* melalui Program Pengecekan Hemoglobin (Hb) dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di Posyandu Remaja Kecamatan Srandakan. *Jurnal Indonesia Mengabdi*, 7(1), 59-64.

ISSN 2685-3035



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

Abstrak

Program pengecekan hemoglobin (Hb) dan pemberian makanan tambahan (PMT) di Posyandu Remaja Dukuh Puron, Kalurahan Trimurti, Kecamatan Srandakan merupakan bagian dari kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang bertujuan untuk mencegah anemia dan *stunting* pada remaja putri. Kegiatan ini mencakup pemeriksaan kadar Hb menggunakan alat POCT, pemberian PMT berbasis pangan lokal seperti bubur kacang hijau, tahu sayur, dan puding jeruk, serta edukasi gizi dan kesehatan reproduksi. Dari 25 remaja putri yang diperiksa, sebanyak 40% teridentifikasi mengalami anemia. Program ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja terkait pentingnya pola makan bergizi dan pencegahan anemia. Hasil ini menegaskan bahwa intervensi berbasis komunitas dengan pendekatan edukatif dan kolaboratif dapat menjadi langkah strategis dalam meningkatkan status gizi remaja dan mendukung upaya pencegahan *stunting* di tingkat desa.

Kata Kunci: Anemia, Hemoglobin, PMT, Posyandu Remaja, *Stunting*

Abstract

The hemoglobin (Hb) checking and supplementary feeding program at Posyandu Remaja Dukuh Puron, Trimurti Sub-district, Srandakan District is part of the Community Service Program (KKN) which aims to prevent anemia and *stunting* in adolescent girls. This activity includes checking Hb levels using the POCT tool, providing local food-based PMT such as mung bean porridge, vegetable tofu, and orange pudding, as well as nutrition and reproductive health education. Of the 25 adolescent girls examined, 40% were identified as anemic. The program showed an increase in the knowledge and awareness of adolescents regarding the importance of a nutritious diet and the prevention of anemia. These results confirm that community-based interventions with an educative and collaborative approach can be a strategic step in improving adolescent nutritional status and supporting *stunting* prevention efforts at the village level.

Keywords: Anemia, Hemoglobin, PMT, *Stunting*, Youth Posyandu

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius di negara berkembang.



Kekurangan asupan gizi yang berkelanjutan selama 1000 hari pertama kehidupan (HPK), yang merupakan masa kritis dalam kehidupan, menyebabkan *stunting* (Jamila et al., n.d.). Balita diukur panjang atau tingginya menurut umurnya. Setelah dibandingkan dengan standar baku WHO MGRS (*Multicentre Growth Reference Study*) tahun 2005, nilai z-skor yang kurang dari -2 SD dianggap pendek, dan nilai z-skor yang kurang dari -3 SD dianggap sangat pendek (Munthe, 2022). Faktor penyebabnya sangat kompleks, meliputi asupan gizi rendah sejak masa kehamilan hingga balita. Oleh karena itu, intervensi *multi-sektoral* seperti pemantauan status gizi, suplementasi zat besi, dan pemberian makanan tambahan (PMT) dan program pengecekan hemoglobin (Hb) diperlukan guna mengejar target prevalensi *stunting* < 14% pada 2024 (Pratiwi, 2023).

Padukuhan Puron, Kalurahan Trimurti, Kecamatan Srandakan, Kabupaten Bantul merupakan salah satu wilayah yang menjalankan program PMT dan program Hb untuk remaja. Sangat penting untuk melakukan evaluasi program ini untuk mengetahui seberapa baik program ini mencegah *stunting* dan meningkatkan status gizi remaja di wilayah tersebut. Deteksi dini anemia pada remaja wanita sangat krusial pasalnya anemia mengganggu perkembangan dan berisiko memicu berat lahir rendah serta *stunting* pada generasi berikutnya (Refky Dermawan et al., 2024). Anemia pada wanita usia subur dan remaja dapat dicegah melalui skrining dan konsumsi tablet zat besi (TTD) (Ultras et al., 2021). Posyandu Remaja muncul sebagai platform efektif untuk penanggulangan anemia. Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa optimalisasi Posyandu Remaja meningkatkan pengetahuan, sikap, dan hemoglobin remaja, dengan prevalensi anemia turun dari 734,7% menjadi 34,2% dalam tiga bulan (Surakarta & Tengah, 2024).

Selain itu, implementasi penyuluhan dan pemberian PMT berupa puding jeruk, bubur kacang hijau, dan tahu sayur kukus (Panjaitan et al., 2022). Di Dukuh Puron, Kalurahan Trimurti, Kecamatan Srandakan, Posyandu Remaja memiliki potensi yang besar sebagai arena intervensi gizi dan kesehatan reproduksi. Penggabungan layanan pengecekan hemoglobin (Hb), konseling gizi, serta pemberian PMT berbasis lokal diyakini dapat mendorong perubahan perilaku dan memberikan dampak positif jangka panjang dalam pencegahan *stunting*. Tingginya prevalensi *stunting* mengindikasikan bahwa *stunting* merupakan masalah gizi jangka panjang yang perlu ditangani secara komprehensif. Intervensi gizi yang spesifik dan sensitif perlu diintegrasikan tidak hanya pada anak usia dini, tetapi juga pada masa remaja (Domili et al., 2023).

Salah satu cara untuk mencegah *stunting* adalah melalui program edukasi dan intervensi di Posyandu Remaja. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman di kalangan remaja tentang pentingnya gizi seimbang, kesehatan reproduksi, dan pencegahan anemia. Selain itu, melibatkan mahasiswa melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN) dapat berkontribusi positif terhadap efektivitas program pencegahan *stunting* di masyarakat (Hidayat & Syamsiyah, 2021). Melalui edukasi yang tepat, remaja diharapkan dapat mengubah perilaku dan gaya hidup menjadi lebih sehat, sehingga dapat memutus rantai *stunting* antar generasi.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dan pemberian makanan tambahan (PMT) di Posyandu Remaja Dukuh Puron, Kalurahan Trimurti, Kecamatan Srandakan, merupakan bagian dari program pengabdian masyarakat dalam rangka Kuliah Kerja Nyata (KKN). Metode pelaksanaan disusun secara komprehensif dalam tiga tahap utama, yaitu: (1) tahap persiapan, yang dilakukan melalui pendekatan kolaboratif dengan melibatkan kader posyandu, pemerintah desa, tokoh masyarakat, dan tenaga kesehatan dari puskesmas setempat untuk mendapatkan dukungan sosial serta teknis, disertai pengadaan logistik kegiatan seperti *hemoglobinometer digital* (POCT), bahan makanan lokal bergizi, dan media edukasi, sebagaimana direkomendasikan dalam panduan pelayanan Gizi Remaja oleh Kementerian Kesehatan (Purnamaningrum, 2023) dan praktik baik pada Posyandu Remaja di Karanganyar (Putri, 2024); (2) tahap pelaksanaan, yaitu dimulai dari proses pendaftaran dan pengumpulan data awal melalui formulir yang mencakup identitas peserta, riwayat kesehatan, dan



kebiasaan konsumsi makanan, dilanjutkan dengan pemeriksaan kadar hemoglobin oleh petugas atau mahasiswa KKN menggunakan alat POCT sesuai dengan standar WHO (Addo et al., 2021).

Pemberian konseling gizi personal kepada peserta dengan kadar Hb di bawah normal (Hb < 12 g/dL) dengan penekanan pada konsumsi zat besi heme dan non-heme serat suplementasi jika diperlukan (P. Masyarakat et al., 2025), pembagian PMT berbasis pangan lokal yang telah disesuaikan dengan kebutuhan gizi remaja seperti bubur kacang hijau, tahu sayur, dan puding buah jeruk, serta pelaksanaan edukasi kesehatan dalam format ceramah interaktif dan diskusi terbimbing mengenai pencegahan anemia, pola konsumsi simbang, dan hubungan antara anemia remaja dengan resiko stunting di masa depan sebagaimana digunakan pada model Posyandu Remaja di Desa Jetis Jaten (Setyorini et al., 2025); (3) tahap evaluasi, yang dilakukan melalui analisis data perubahan kadar Hb (bila dilakukan pengukuran ulang), observasi terhadap konsumsi PMT harian, serta pengukuran peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku peserta terkait anemia dan gizi menggunakan kuesioner prepost test atau wawancara singkat, dengan pendekatan evaluasi partisipatif seperti dianjurkan oleh WHO (Bader et al., 2023) dalam *Community-Based Health Program Guidelines* dan dibuktikan efektif dalam studi di wilayah Posyandu Melati, Balikpapan (Pibriyanti et al., 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan pengecekan hemoglobin (Hb) dan pemeberian makanan tambahan (PMT) di Posyandu Remaja, Dukuh Puron, Kalurahan Trimurti, Kecamatan Srandakan, menunjukkan bahwa dari total 25 remaja perempuan yang diperiksa didapati hasil seperti tabel berikut:

	Rata-rata (gr/dl)	Min-Max	N
Nilai HB	11,2	9,5-13,5	25
Kategori			
• Rendah	10,3	9,5-11,4	10 (40%)
• Normal	12,5	11,5-13,5	15 (60%)

Dari data tersebut sekitar 40% terdeteksi mengalami anemia dengan kadar Hb di bawah normal. Pemberian PMT juga menunjukkan hasil positif, di mana peserta melaporkan peningkatan pengetahuan tentang gizi dan perilaku makan yang lebih baik setelah mengikuti kegiatan edukasi.



Gambar 1. Pengecekan HB Remaja Perempuan





Gambar 2. Pemberian Makanan Tambahan dan Edukasi

PEMBAHASAN

Hasil tes hemoglobin menunjukkan bahwa dari 25 remaja perempuan yang mengikuti kegiatan di Posyandu Remaja Dukuh Puron, sebanyak 40% atau 10 orang mengalami anemia dengan kadar hemoglobin (Hb) di bawah normal ($<11,5$ gr/dl). Rata-rata kadar hemoglobin peserta berada pada angka 11,2 gr/dl, dengan rentang terendah 9,5 gr/dl dan tertinggi 13,5 gr/dl. Hasil ini mengindikasikan bahwa hampir setengah dari peserta memiliki kondisi yang berisiko dan memerlukan perhatian lebih dalam hal asupan gizi dan edukasi kesehatan. Hasil ini memperkuat urgensi intervensi gizi pada remaja, mengingat anemia tidak hanya berdampak langsung pada kualitas hidup mereka saat ini, tetapi juga berdampak jangka panjang, terutama pada masa kehamilan kelak yang dapat memicu terjadinya *stunting* pada generasi berikutnya. Fakta bahwa 40% remaja dalam sampel mengalami anemia juga mencerminkan bahwa masih terdapat kesenjangan dalam pemenuhan kebutuhan zat besi di kalangan remaja perempuan. Anemia pada remaja putri dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk asupan zat besi yang tidak memadai, kehilangan darah saat menstruasi, dan pola makan yang tidak seimbang (Rahman & Fajar, 2024).

Penelitian oleh (Riyanto et al., 2024) menunjukkan bahwa anemia tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik remaja, tetapi juga berdampak pada daya pikir, konsentrasi belajar, dan kemampuan mereka dalam beraktivitas sehari-hari. Karena itu, penanganan anemia harus dilakukan secara menyeluruh, tidak hanya dengan pengobatan, tetapi juga melalui pencegahan seperti pemberian tablet tambah darah, penyuluhan tentang gizi, dan keterlibatan aktif dalam kegiatan kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat yang melibatkan mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) terbukti memberikan kontribusi nyata dalam peningkatan literasi kesehatan remaja. Mahasiswa tidak hanya berperan sebagai fasilitator, tetapi juga sebagai agen perubahan yang membantu menjembatani informasi antara tenaga kesehatan dan masyarakat. Program ini juga menumbuhkan kesadaran kolektif bahwa menjaga kesehatan remaja saat ini adalah investasi untuk menciptakan generasi yang lebih sehat dan bebas *stunting* di masa depan (J. P. Masyarakat, 2024). Program yang dijalankan yaitu pemberian makanan tambahan (PMT) seperti bubur kacang hijau, puding jeruk, dan tahu sayur kukus, serta edukasi kesehatan yang dilakukan selama kegiatan menunjukkan dampak positif. Para peserta tidak hanya menerima asupan gizi tambahan, tetapi juga melaporkan adanya peningkatan pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi, sumber zat besi, dan hubungan antara anemia dengan risiko kesehatan di masa depan.

SIMPULAN

Program pengecekan hemoglobin (Hb) dan pemberian makanan tambahan (PMT) di Posyandu Remaja Dukuh Puron berhasil mengidentifikasi prevalensi anemia pada remaja putri dan memberikan intervensi gizi yang relevan dalam upaya pencegahan *stunting*. Sebanyak 40% peserta terdeteksi mengalami anemia dengan kadar Hb di bawah normal, menandakan perlunya perhatian serius terhadap masalah gizi remaja. Melalui pemberian PMT berbasis pangan lokal dan edukasi kesehatan



yang komprehensif, terjadi peningkatan pengetahuan dan kesadaran peserta terkait pentingnya gizi seimbang dan pencegahan anemia. Keterlibatan mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) terbukti efektif dalam menjembatani edukasi dan pelaksanaan program kesehatan di masyarakat. Dengan pendekatan yang berkelanjutan dan dukungan lintas sektor, program ini berpotensi menjadi model pemberdayaan remaja dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat serta mendukung upaya nasional menurunkan angka *stunting* antar generasi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Dukuh Puron, Kalurahan Trimurti, Kecamatan Srandakan, Kabupaten Bantul, yang telah memberikan izin dan dukungan kepada kami untuk melaksanakan program Pengecekan Hemoglobin (Hb) dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada seluruh pihak yang telah mendukung dan membantu kelancaran pelaksanaan program ini, sehingga dapat berjalan dengan baik dan maksimal. Tak lupa, kami sampaikan terima kasih kepada Dosen Pembimbing Lapangan, Bapak Andri Pramuntadi, S.Kom., M.Kom., yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi selama pelaksanaan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Addo, O. Y., Yu, E. X., Williams, A. M., Young, M. F., Sharma, A. J., Mei, Z., Kassebaum, N. J., Jefferds, M. E. D., & Suchdev, P. S. (2021). Evaluation of Hemoglobin Cutoff Levels to Define Anemia among Healthy Individuals. *JAMA Network Open*, 4(8), 1–13. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.19123>
- Bader, B., Coenen, M., Hummel, J., Schoenweger, P., Voss, S., & Jung-Sievers, C. (2023). Evaluation of community-based health promotion interventions in children and adolescents in high-income countries: a scoping review on strategies and methods used. *BMC Public Health*, 23(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15691-y>
- Domili, I., Anasiru, M. A., Napu, A., Zakaria, R., & Mustafa, Y. (2023). Pencegahan *Stunting* Melalui Intervensi Spesifik Dan Sensitif. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(6), 5778. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i6.19181>
- Hidayat, T., & Syamsiyah, F. N. (2021). Langkah Tepat Cegah *Stunting* Sejak Dini Bersama Mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Jember. *JIWAKERTA: Jurnal Ilmiah Wawasan Kuliah Kerja Nyata*, 2(2), 73–78. <https://doi.org/10.32528/jiwakerta.v2i2.6736>
- Jamila, F., Ula, Z., Atika, Z., Hartiningtyaswati, S., Kelitubun, R., Asfari, A. I., Kesehatan, I., & Surabaya, B. (n.d.). *Dedikasi: Pengabdian Kepada Masyarakat Deteksi Dini Anemia Pada Remaja dengan Pemeriksaan Hemoglobin Pada Remaja Putri di MA Nurul Huda Sedati, Sidoarjo*. 45–50.
- Masyarakat, J. P. (2024). *STUNTING PADA ANAK USIA DINI DI KELURAHAN CIPONDOH*. 4(2), 237–242.
- Masyarakat, P., Skrining, U., Anemia, R., Putri, R., Pemantauan, M., & Dan, M. (2025). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Ilmu Keperawatan Optimal*. 1(2), 42–52.
- Munthe, R. (2022). Perspektif *Stunting*. *Judimas: Jurnal Inovasi Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1), 1–10.
- Panjaitan, H. C., Sineri, D. I., Puteri, H. S., Febriyadin, F., & Pujihastuti, E. S. (2022). Edukasi Gizi Dan Penyusunan Menu Pemulihan untuk Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil KEK. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 02(03), 471–423.
- Pibriyanti, K., Mufidah, I., Fajr Rooiqoh, Q., Akhiriana, E., Luthfiya, L., & Amala, N. (2024). Community Empowerment in Widodaren Village by Creating a Nutrition Garden as an Effort to Prevent *Stunting*. *Jurnal SOLMA*, 13(1), 233–244. <https://doi.org/10.22236/solma.v13i1.14240>
- Pratiwi, I. G. (2023). Studi Literatur: Intervensi Spesifik Penanganan *Stunting*. *Indonesian Health Issue*, 2(1), 29–37. <https://doi.org/10.47134/inhis.v2i1.43>
- Purnamaningrum. (2023). Panduan Posyandu Remaja. *Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta*, 2. http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/12820/1/Buku_Panduan_Posyandu_Remaja_HK1.pdf
- Putri, P. R. (2024). *Jurnal Pengabdian Komunitas*. 03(01), 1–6.
- 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>

Refky Dermawan, Mohammad Zen Rahfiludin, & Budiyo. (2024). Pengaruh Media Video Pencegahan Stunting terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(4), 787–794. <https://doi.org/10.56338/mparki.v7i4.4777>

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>

Setyorini, R. H., Revika, E., & Mediatuti, F. (2025). *Edukasi Tentang Tablet Tambah Darah Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Kabupaten Bantul*. 5(1), 36–41.

Surakarta, K., & Tengah, J. (2024). *OPTIMALISASI POSYANDU REMAJA DALAM PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI (THE OPTIMIZING OF ADOLESCENT POSYANDU IN PREVENTING ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS)*. 6, 101–107. <https://doi.org/10.36086/j.abdikemas.v6i2.2668>

Ultras, J. I., Utami, S., Kamil, R., & Herlambang, M. A. T. (2021). Analisis Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting. *Jurnal Ilmiah Ultras*, 5, 1–10.
https://jdih.brebeskab.go.id/file_dokumen/1706764557_19ea106dd84597789262.pdf

