

Penyuluhan Sadar Kesehatan pada Dampak Anemia dalam Pencegahan Stunting di Usia Remaja di MTSN 5 Pandeglang

¹⁾Herry Octa Winarto*, ²⁾April Laksana, ³⁾Riska Ferdiana, ⁴⁾Lapina Lena, ⁵⁾Hafid Maulana Muslim, ⁶⁾Intan Nuraini, ⁷⁾Dwi Regita Chaniyanti, ⁸⁾Putri Nadasari

¹⁾Administrasi Rumah Sakit, Universitas Bina Bangsa, Kota Serang, Indonesia

²⁾Ilmu Komunikasi, Universitas Bina Bangsa, Kota Serang, Indonesia

^{3,6,7,8)}Manajemen, Universitas Bina Bangsa, Kota Serang, Indonesia

⁴⁾Ilmu Komunikasi, Universitas Bina Bangsa, Kota Serang, Indonesia

⁵⁾Teknik Industri, Universitas Bina Bangsa, Kota Serang, Indonesia

Email Corresponding: baemina264@gmail.com*

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:

Penyuluhan Kesehatan
Anemia
Stunting
Remaja
Health Belief Model

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa MTS Negeri 5 Pandeglang mengenai hubungan antara anemia dan stunting serta pentingnya pencegahan sejak usia remaja. Kegiatan dilakukan melalui penyuluhan interaktif dengan pendekatan Health Belief Model (HBM) dan desain penelitian pra-eksperimental one-group pretest–posttest. Sebanyak 70 siswa mengikuti kegiatan, dengan 27 siswa yang mengisi instrumen pre-test dan post-test secara lengkap. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari $3,74 \pm 1,13$ menjadi $4,85 \pm 0,46$ dengan nilai $t = 4,73$ dan $p < 0,0001$, yang berarti terdapat peningkatan signifikan setelah penyuluhan. Kegiatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang pencegahan anemia dan stunting, serta mendorong pembentukan perilaku hidup sehat di lingkungan sekolah. Melalui kolaborasi antara tim pengabdian, pihak sekolah, dan Puskesmas, kegiatan ini berkontribusi terhadap program nasional percepatan penurunan stunting dan peningkatan kualitas kesehatan remaja.

ABSTRACT

Keywords:

Health Education
Anemia
Stunting
Adolescents
Health Belief Model

This community service activity aims to enhance the knowledge and awareness of students at MTS Negeri 5 Pandeglang regarding the relationship between anemia and stunting, and the importance of early prevention during adolescence. The program was conducted through an interactive health education session using the Health Belief Model (HBM) framework and a pre-experimental one-group pretest–posttest design. A total of 70 students participated, with 27 students completing both pre- and post-tests. The results indicated a significant increase in the mean knowledge score from 3.74 ± 1.13 to 4.85 ± 0.46 , with $t = 4.73$ and $p < 0.0001$, showing that the health education effectively improved students' understanding. This activity successfully increased adolescent awareness of anemia and stunting prevention and fostered healthy lifestyle behaviors within the school environment. Collaboration among the university community service team, the school, and the local health center contributed to the national effort to reduce stunting and promote adolescent health.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



I. PENDAHULUAN

Provinsi Banten, yang terletak strategis di pesisir barat Pulau Jawa, Indonesia, masih bergulat dengan isu kesehatan masyarakat yang signifikan, khususnya terkait malnutrisi dan *stunting* (Laksana & Huda, 2024). Meskipun posisi geografisnya mendukung pembangunan ekonomi, tantangan ketimpangan sosial dan kemiskinan perdesaan tetap menjadi penghalang utama dalam mencapai status gizi optimal. Angka kemiskinan perdesaan di Provinsi Banten tercatat memengaruhi kurang lebih 247.540 ribu jiwa (Kingdom &

Hidayah, 2023), yang secara langsung berkorelasi dengan kerentanan akses terhadap pangan bergizi dan layanan kesehatan dasar yang berkualitas.

Tantangan ini terefleksi jelas di Kabupaten Pandeglang, di mana prevalensi *stunting* menunjukkan tingkat yang mengkhawatirkan. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Pandeglang (2023), prevalensi *stunting* di wilayah tersebut mencapai 23,2%. Angka ini tidak hanya melampaui batas toleransi masalah kesehatan masyarakat yang ditetapkan WHO, tetapi juga lebih tinggi dari rata-rata provinsi Banten yang sebesar 20,7%. Lebih lanjut, Kabupaten Pandeglang diidentifikasi sebagai daerah dengan angka *stunting* tertinggi di provinsi tersebut (Octa et al., 2024). *Stunting* didefinisikan secara klinis sebagai kondisi gagal tumbuh kronis yang diakibatkan oleh kekurangan gizi dalam waktu lama, terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), dan ditandai dengan tinggi badan berada lebih dari dua standar deviasi ($< - 2$ SD) di bawah standar acuan pertumbuhan spesifik usia (Ode et al., 2024).

Dampak dari *stunting* sangat luas dan multidimensional. Secara biologis, *stunting* tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik, tetapi juga menyebabkan keterlambatan perkembangan kognitif, penurunan kapasitas belajar, dan kerentanan terhadap penyakit kronis di masa dewasa. Secara sosial-ekonomi, *stunting* berdampak pada penurunan produktivitas angkatan kerja dan hilangnya potensi ekonomi nasional (WHO, 2020). Jika seorang anak mengalami *stunting* hingga mencapai usia reproduksi, mereka berisiko melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) atau *stunting*, sehingga menciptakan siklus *stunting* antargenerasi yang sulit diputus (Maharani et al., 2024).

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap tingginya kasus *stunting* dan anemia di Pandeglang sangat kompleks. Faktor penyebabnya mencakup: pertama, rendahnya pengetahuan gizi dan praktik pemberian makan yang tidak optimal di tingkat rumah tangga; kedua, pola konsumsi makanan yang kurang bervariasi dan rendahnya akses terhadap sumber protein hewani; serta ketiga, masalah kesehatan remaja, terutama rendahnya kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri. Remaja putri membutuhkan asupan zat besi yang lebih tinggi untuk menggantikan kehilangan darah selama menstruasi, yang merupakan kunci untuk pencegahan anemia, dan anemia pada remaja merupakan prediktor kuat *stunting* pada keturunan mereka (Pengabdian & Masyarakat, 2021). Selain itu, faktor lingkungan dan sanitasi juga memegang peran sentral, di mana rendahnya akses terhadap pelayanan kesehatan, sanitasi layak, dan air bersih menjadi determinan penting yang memengaruhi pertumbuhan dan status kesehatan secara keseluruhan (Cihanjuang, 2019).

Untuk memutus mata rantai masalah gizi ini dan meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) Indonesia (Stunting, 2024), intervensi yang paling efektif adalah dengan menargetkan kelompok remaja. Masa remaja, yang menurut WHO didefinisikan pada rentang usia 10 hingga 19 tahun (atau 10-18 tahun menurut beberapa pedoman nasional) (Izah et al., 2023), merupakan fase pertumbuhan pesat (*growth spurt*) kedua setelah masa bayi. Selama fase ini, kebutuhan nutrisi sangat tinggi, menjadikan masa remaja sebagai jendela peluang kritis untuk "mengejar" pertumbuhan dan perkembangan optimal. WHO (2020) secara eksplisit menekankan bahwa intervensi gizi yang dilakukan pada masa remaja memiliki potensi dampak jangka panjang yang signifikan, termasuk peningkatan kapasitas belajar, produktivitas kerja, dan pencegahan penyakit kronis. Remaja yang berhasil menginternalisasi pentingnya gizi seimbang akan membentuk kebiasaan makan yang sehat hingga dewasa, yang merupakan langkah preventif utama terhadap *stunting* generasi berikutnya.

MTS Negeri 5 Pandeglang, lokasi kegiatan pengabdian ini, adalah institusi pendidikan yang secara sosiologis merepresentasikan keragaman sosial-ekonomi masyarakat Pandeglang. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa meskipun berada di daerah dengan prevalensi *stunting* tinggi, sebagian besar siswa belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai hubungan antara gizi seimbang, anemia, dan pencegahan *stunting* di masa depan. Kepatuhan mereka terhadap kebiasaan gizi optimal, seperti rutin sarapan bergizi dan konsumsi TTD bagi remaja putri, juga tergolong rendah. Oleh karena itu, sekolah merupakan institusi strategis dan efektif untuk pelaksanaan program edukasi gizi.

Landasan ilmiah mendukung pendekatan ini, di mana penelitian oleh (Sry et al., 2020) menunjukkan bahwa penyuluhan yang terstruktur dan berbasis sekolah dapat meningkatkan pengetahuan gizi siswa secara substansial, yaitu antara 25% hingga 35%. Selain itu, efektivitas intervensi juga dipengaruhi oleh metode penyampaian. (Anemia & Remaja, 2024) membuktikan bahwa kegiatan penyuluhan yang tidak hanya berupa ceramah tunggal, tetapi dilengkapi dengan metode interaktif seperti demonstrasi, simulasi, dan

diskusi kelompok kecil, jauh lebih efektif dalam memicu motivasi perubahan perilaku (seperti kepatuhan minum TTD dan praktik gizi seimbang) dibandingkan metode pasif.

Berdasarkan urgensi masalah *stunting* di Kabupaten Pandeglang, peran krusial remaja dalam memutus siklus antargenerasi, dan temuan rendahnya pengetahuan gizi di MTS Negeri 5 Pandeglang, kegiatan pengabdian ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, dan memicu motivasi siswa MTS Negeri 5 Pandeglang tentang pentingnya gizi seimbang, pencegahan anemia, dan peran strategis mereka sebagai calon orang tua sehat dalam upaya memutus mata rantai *stunting* melalui pendekatan edukasi yang interaktif, komprehensif, dan berbasis bukti ilmiah.

II. MASALAH

Tujuan utama dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) di lingkungan MTS Negeri 5 Pandeglang, sebuah institusi yang berada di wilayah dengan prevalensi *stunting* dan anemia yang tinggi, melalui implementasi program edukasi gizi yang komprehensif, interaktif, dan berbasis bukti ilmiah. Secara umum, kegiatan ini berupaya menciptakan kesadaran kolektif pada seluruh siswa dan siswi mengenai urgensi masalah *stunting* dan anemia sebagai penghambat utama potensi akademik dan kesehatan, sekaligus menanamkan pemahaman kritis mengenai peran sentral remaja, khususnya remaja putri, sebagai *agent of change* yang memegang kunci untuk memutus mata rantai siklus *stunting* antargenerasi. Melalui intervensi yang terstruktur ini, diharapkan terjadi transformasi paradigma dari kelompok yang rentan menjadi generasi remaja sadar gizi yang siap mengaplikasikan pengetahuan tersebut untuk kesehatan diri sendiri dan keluarga di masa depan.

Secara spesifik, dimensi pengetahuan (kognitif) ditargetkan untuk ditingkatkan secara signifikan, meliputi pemahaman mendalam mengenai definisi klinis, etiologi (penyebab multifaktorial), dan dampak multidimensional dari *stunting* dan anemia defisiensi besi, termasuk konsekuensi jangka pendek (penurunan fungsi kognitif dan daya tahan tubuh) dan jangka panjang (peningkatan risiko Penyakit Tidak Menular/PTM) yang sangat relevan. Siswa dan siswi juga harus menguasai pedoman Gizi Seimbang (seperti konsep Isi Piringku) yang disesuaikan dengan kebutuhan nutrisi tinggi pada fase pertumbuhan pesat (*growth spurt*) remaja, serta mengidentifikasi faktor lingkungan dan sanitasi yang penting bagi status gizi. Sementara itu, dalam dimensi sikap (afektif), kegiatan bertujuan untuk menumbuhkan motivasi internal dan kesadaran diri yang kuat pada siswa/i agar menginternalisasi gizi seimbang sebagai gaya hidup, serta mengubah pandangan negatif, mitos, atau keengganan yang terkait dengan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Tujuan afektif ini berfokus pada terciptanya komitmen sukarela dan konsisten pada remaja putri untuk melaksanakan konsumsi TTD rutin sebagai langkah preventif anemia pra-konsepsi.

Selanjutnya, kegiatan ini berfokus pada pencapaian tujuan keterampilan dan praktik (psikomotorik), yang merupakan indikator keberhasilan intervensi yang paling nyata. Tujuan ini mencakup kemampuan siswa/i untuk mengimplementasikan pengetahuan yang didapat, seperti menguasai keterampilan praktis dalam identifikasi dan pengolahan makanan lokal yang kaya sumber zat besi, vitamin C, dan protein dengan harga terjangkau di lingkungan Pandeglang, serta meningkatkan frekuensi dan kualitas konsumsi sarapan bergizi setiap hari. Target perilaku paling krusial adalah peningkatan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD sesuai dosis dan jadwal yang dianjurkan, yang secara terukur ditargetkan mencapai minimal 80% dari populasi sasaran. Selain itu, kegiatan ini bertujuan untuk melatih dan memberdayakan siswa/i terpilih, seperti kader kesehatan remaja/UKS, untuk menjadi agen promosi gizi yang kompeten, sehingga mereka mampu menyebarkan informasi gizi yang akurat dan memotivasi perubahan perilaku positif kepada teman sebaya dan anggota keluarga, memastikan keberlanjutan dampak program di luar jam pelajaran sekolah.



Gambar 1. Foto Bersama Pemateri dan Siswa-siswi MTSN 5 Pandeglang

III. METODE

Pelaksanaan kegiatan sosial ini dari beberapa sinergitas beberapa organisasi masyarakat, mitra kerja dan peserta Kuliah Kerja Mahasiswa (KKM) Universitas Bina Bangsa serta perangkat desa dan masyarakat (Ferdiana et al., 2023). Kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang dengan pendekatan pra-eksperimental menggunakan rancangan *one-group pretest–posttest*. Pemilihan desain ini mempertimbangkan bahwa tujuan utama kegiatan adalah mengukur perubahan tingkat pengetahuan dan kesadaran siswa sebelum dan sesudah mengikuti penyuluhan. Dalam desain ini, seluruh peserta mendapatkan intervensi yang sama, yaitu penyuluhan cegah stunting dan anemia, dan hasil pengukuran dilakukan pada dua titik waktu: sebelum intervensi (*pre-test*) dan setelah intervensi (*post-test*). Meskipun tidak ada kelompok kontrol, desain ini dinilai sesuai karena memungkinkan penilaian langsung efektivitas penyampaian materi dalam waktu singkat dan dengan sumber daya yang terbatas.

Kegiatan ini menggunakan pendekatan Health Belief Model (HBM) sebagai kerangka konseptual, yang berasumsi bahwa perilaku kesehatan seseorang dipengaruhi oleh persepsi mereka terhadap kerentanan, tingkat keparahan masalah kesehatan, manfaat tindakan pencegahan, dan hambatan yang dihadapi. Melalui penyuluhan, diharapkan siswa memiliki persepsi risiko yang lebih baik terhadap stunting dan anemia, memahami manfaat pencegahan, serta termotivasi untuk melakukan tindakan yang mendukung kesehatan mereka. Penyuluhan dilakukan dengan metode interaktif yang dipandu oleh dr. Herry Octa Winarto, MARS, seorang praktisi kesehatan yang berpengalaman dalam edukasi gizi dan kesehatan masyarakat. Evaluasi efektivitas kegiatan menggunakan desain *one-group pretest-posttest*, yang memungkinkan pengukuran peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Instrumen berupa kuesioner dengan 5 pertanyaan pengetahuan dasar, yang kemudian dianalisis hasil dari perbedaan dan perbandingan saat dilakukannya *pre-test dan post-test* untuk mengetahui perbedaan skor. Intervensi yang diberikan berupa ceramah interaktif seorang dokter dan akademisi yang memiliki kompetensi di bidang kesehatan masyarakat, gizi, dan pencegahan penyakit. Pemateri menyampaikan topik stunting dan anemia secara terstruktur, mulai dari pengertian, penyebab, dampak, hubungan keduanya dalam siklus kehidupan, hingga langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan remaja. Ceramah diperkaya dengan media presentasi berbasis gambar dan infografis, serta diselingi tanya jawab agar peserta terlibat aktif.

1. Survey Tempat Kegiatan Penyuluhan

Kegiatan dilaksanakan di MTS Negeri 5 Pandeglang, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten, pada Kamis, 7 Agustus 2025 pukul 08.00–11.00 WIB. Pemilihan lokasi didasarkan pada dua pertimbangan utama: (1) data Dinas Kesehatan Kabupaten Pandeglang yang menunjukkan prevalensi stunting di wilayah ini masih

di atas rata-rata provinsi, dan (2) hasil diskusi awal dengan pihak sekolah yang menunjukkan sebagian siswa belum memiliki pemahaman yang cukup mengenai stunting dan anemia. Ruang kelas yang digunakan dilengkapi dengan proyektor, papan tulis, dan kursi yang diatur sedemikian rupa untuk mendukung interaksi.

2. Target Audiensi Penyuluhan

Peserta kegiatan adalah 70 siswa kelas VIII dan IX, dengan rentang usia 12–15 tahun. Komposisi peserta mencerminkan proporsi yang umum di sekolah tersebut, dengan jumlah remaja putri lebih banyak dibandingkan laki-laki. Peserta yang dipilih memenuhi kriteria: hadir penuh selama kegiatan, bersedia mengisi instrumen evaluasi, dan memperoleh izin dari orang tua/wali. Kehadiran guru pendamping juga memastikan keteraturan pelaksanaan dan membantu mengelola jalannya diskusi. Tahapan kegiatan dimulai dari persiapan yang mencakup koordinasi antara tim KKM, pihak sekolah, dan puskesmas setempat. Pada tahap ini dilakukan penyusunan materi, pembuatan kuesioner evaluasi, dan persiapan perlengkapan seperti lembar soal, alat tulis, proyektor, dan dokumentasi. Kegiatan inti diawali dengan *pre-test* yang diberikan kepada seluruh peserta. Instrumen *pre-test* berisi 5 pertanyaan *self-reported* terkait pengetahuan dan kesadaran, seperti: “Apakah kalian tahu apa itu stunting?”, “Apakah kalian mengetahui pentingnya menjaga kebersihan lingkungan untuk mencegah stunting?”, dan “Apakah kalian tahu dampak jika mengalami anemia?”. Responden menjawab dengan pilihan “Ya” atau “Tidak” yang selanjutnya diberikan skor numerik (Ya = 1, Tidak = 0) untuk memudahkan pengolahan data.

3. Melakukan Pengukuran Pre-Test Dan Post-Test

Setelah *pre-test*, dilakukan penyuluhan oleh narasumber selama ±90 menit. Materi yang disampaikan meliputi definisi, faktor risiko, dampak jangka pendek dan panjang stunting dan anemia, serta langkah pencegahan yang dapat dilakukan remaja. Pemateri juga mengaitkan materi dengan contoh nyata di lingkungan siswa untuk meningkatkan relevansi dan pemahaman. Media yang digunakan berupa slide presentasi, poster bergambar, dan contoh alat peraga seperti tablet tambah darah. Narasumber memanfaatkan teknik komunikasi dua arah sehingga siswa dapat mengajukan pertanyaan, menjawab kuis singkat, atau berbagi pengalaman terkait gizi dan kesehatan. Sesi penyuluhan diakhiri dengan penguatan pesan kunci (*key messages*) yang menekankan pentingnya sarapan bergizi, konsumsi protein hewani, rutin minum TTD bagi remaja putri, dan menjaga kebersihan lingkungan. *Post-test* dilaksanakan satu minggu setelah kegiatan penyuluhan. Pemilihan jeda waktu ini dimaksudkan untuk mengukur retensi pengetahuan (*knowledge retention*), bukan hanya ingatan segera setelah kegiatan (*immediate recall*). Dengan cara ini, hasil *post-test* mencerminkan sejauh mana siswa mampu mempertahankan informasi yang diterima dan mengintegrasikannya ke dalam pemahaman mereka setelah melalui proses alami pembelajaran dan interaksi sehari-hari. Penundaan ini juga memberi peluang bagi siswa untuk mendiskusikan materi yang telah diterima dengan teman atau keluarga, sehingga memperkuat pemahaman.

4. Hasil Pre-Test Dan Post-Test

Data *pre-post* test dianalisis secara deskriptif untuk mendapatkan nilai rata-rata dan simpangan baku, serta secara inferensial menggunakan uji t berpasangan untuk melihat perbedaan yang signifikan secara statistik. Dari 70 peserta, terdapat 27 siswa yang mengisi kedua tes secara lengkap sehingga datanya dapat dipasangkan. Hasil analisis menunjukkan rata-rata skor *pre-test* sebesar $3,74 \pm 1,13$ dan rata-rata skor *post-test* sebesar $4,85 \pm 0,46$, dengan peningkatan rata-rata sebesar +1,11 poin. Hasil uji t berpasangan menunjukkan nilai $t = 4,73$ dengan $p < 0,0001$, yang berarti terdapat peningkatan signifikan setelah penyuluhan.

Seluruh pelaksanaan kegiatan telah mendapatkan persetujuan dari pihak sekolah dan izin dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pandeglang. Untuk memastikan aspek etika, peserta mengikuti kegiatan secara sukarela, data yang dikumpulkan dijaga kerahasiaannya, dan tidak ada informasi pribadi yang dipublikasikan. Kegiatan ini juga melibatkan guru sebagai pendamping dan saksi pelaksanaan agar proses berlangsung transparan dan sesuai prosedur. Dengan metode ini, kegiatan pengabdian masyarakat diharapkan tidak hanya memberikan pengetahuan baru kepada peserta, tetapi juga membentuk sikap positif dan mendorong mereka menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan mengenai dampak anemia dalam pencegahan stunting pada remaja di MTSN 5 Pandeglang dilakukan secara komprehensif, mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Analisis data dari instrumen *pre-test* dan *post-test*

menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan di kalangan siswa, sementara observasi selama kegiatan memberikan pemahaman mendalam tentang efektivitas metode yang digunakan.

Tabel 1. Rata-rata Skor Pengetahuan Siswa Tentang Stunting dan Anemia

	Rata-rata Skor	Standar Deviasi
<i>Pre-test</i>	3,74	1,13
<i>Post-test</i>	4,85	0,46
Peningkatan	1,11	

Data yang berhasil dipasangkan dari 27 siswa peserta yang mengisi kuesioner secara lengkap menjadi fokus analisis utama untuk mengukur keberhasilan program. Hasil analisis deskriptif menunjukkan adanya peningkatan yang jelas pada skor pengetahuan rata-rata siswa setelah intervensi penyuluhan. Sebelum kegiatan, skor rata-rata pre-test tercatat sebesar 3,74 \pm 1,13, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki pemahaman dasar, meskipun masih bervariasi. Setelah mengikuti penyuluhan, skor rata-rata post-test meningkat menjadi 4,85 \pm 0,46. Kenaikan rata-rata sebesar 1,11 poin ini merefleksikan adanya transfer pengetahuan yang efektif.

Tabel 2. Rata-Rata Skor Pengetahuan Siswa Tentang stunting dan Anemia

	Nilai	Interpretasi
Nilai <i>t</i>	4,73	
Derajat Bebas (df)	26	
Nilai <i>p</i>	< 0,0001	Sangat Signifikan

Untuk menguji signifikansi peningkatan ini secara statistik, dilakukan uji t berpasangan. Hasil uji menunjukkan nilai $t = 4,73$ dengan nilai p yang sangat rendah ($< 0,0001$). Nilai p ini berada jauh di bawah ambang batas signifikansi 0,05, yang secara tegas membuktikan bahwa peningkatan skor pengetahuan siswa bukanlah hasil kebetulan, melainkan disebabkan oleh intervensi penyuluhan yang diberikan. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sry et al., 2020) yang menegaskan bahwa intervensi edukasi berbasis sekolah mampu meningkatkan pengetahuan gizi secara signifikan.

Efektivitas program didukung oleh penggunaan Health Belief Model (HBM) sebagai kerangka konseptual. HBM berasumsi bahwa perubahan perilaku kesehatan dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap masalah kesehatan. Kegiatan ini dirancang untuk memengaruhi aspek-aspek utama HBM, mengubah persepsi pasif siswa menjadi kesadaran proaktif terhadap risiko kesehatan yang mereka hadapi. Hasil kuantitatif dan kualitatif secara kolektif mengindikasikan bahwa intervensi berhasil memengaruhi persepsi siswa pada beberapa domain kunci.

Pada tahap persiapan, tim melakukan koordinasi dengan pihak sekolah dan Puskesmas setempat untuk memastikan kegiatan berjalan lancar dan mendapatkan dukungan penuh. Materi penyuluhan disusun dalam format visual yang menarik, seperti infografis dan poster, untuk memudahkan pemahaman konsep-konsep kompleks.

Pelaksanaan penyuluhan dilakukan oleh narasumber yang kompeten di bidang kesehatan masyarakat, yang menerapkan metode ceramah interaktif. Berbeda dengan pendekatan satu arah, narasumber secara aktif melibatkan siswa dalam diskusi, sesi tanya jawab, dan kuis singkat. Pendekatan ini terbukti mampu mempertahankan perhatian siswa dan menciptakan suasana belajar yang partisipatif. Materi yang disampaikan mencakup definisi stunting dan anemia, faktor-faktor penyebab, serta dampak jangka panjang yang sering kali luput dari perhatian. Narasumber secara khusus menyoroti dampak stunting pada penurunan kapasitas kognitif dan produktivitas di masa depan (Fitri et al., 2024; UNICEF, 2021). Selain itu, hubungan erat antara anemia pada remaja putri dan potensi stunting pada keturunan mereka dibahas secara jelas, menggarisbawahi siklus stunting antargenerasi (Maharani et al., 2024).

Materi juga difokuskan pada langkah-langkah pencegahan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, seperti pentingnya sarapan bergizi, konsumsi protein hewani, dan rutinitas minum Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri (Chrismilasari et al., 2023). Observasi menunjukkan bahwa siswa merespons positif terhadap contoh-contoh nyata yang diberikan, yang membantu mereka memahami relevansi masalah ini dengan kondisi mereka sendiri.

Hasil kuantitatif dan kualitatif dari kegiatan ini saling menguatkan dan memberikan bukti kuat bahwa intervensi edukasi di lingkungan sekolah merupakan strategi yang efektif. Peningkatan pengetahuan yang terukur menunjukkan bahwa tujuan program telah tercapai. Dalam konteks HBM, penyuluhan ini berhasil memengaruhi persepsi siswa pada beberapa aspek kunci:

Penyuluhan berhasil meningkatkan Perceived Susceptibility (Persepsi Kerentanan), membuat siswa, terutama remaja putri, menyadari risiko nyata anemia dan bagaimana kondisi tersebut dapat berdampak serius pada kesehatan dan masa depan mereka. Selain itu, pemaparan yang menyoroti dampak jangka panjang *stunting* dan anemia seperti penurunan kecerdasan, kapasitas kognitif, dan produktivitas angkatan kerja secara efektif meningkatkan Perceived Severity (Persepsi Tingkat Keparahan) masalah tersebut di mata siswa. Narasumber secara khusus menyoroti dampak *stunting* pada penurunan kapasitas kognitif dan produktivitas di masa depan, yang didukung oleh literatur (Fitri et al., 2024; UNICEF, 2021).

Penyuluhan juga berhasil meningkatkan Perceived Benefits (Persepsi Manfaat), di mana siswa mulai memahami bahwa tindakan pencegahan sederhana, seperti konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dan pola makan seimbang, memiliki manfaat besar dalam mencegah *stunting* dan anemia. Secara kritis, materi secara jelas menggarisbawahi hubungan erat antara anemia pada remaja putri dan potensi *stunting* pada keturunan mereka, menekankan perlunya intervensi untuk memutus siklus *stunting* antargenerasi (Maharani et al., 2024). Pemahaman ini memberikan motivasi intrinsik bagi remaja putri untuk berkomitmen pada konsumsi TTD rutin.

Pendekatan interaktif yang diterapkan dalam kegiatan ini konsisten dengan temuan (Anemia & Remaja, 2024) yang menyatakan bahwa metode edukasi yang melibatkan diskusi dan demonstrasi lebih efektif dalam memotivasi perubahan perilaku. Dengan melibatkan siswa secara aktif, penyuluhan tidak hanya mentransfer informasi, tetapi juga membangun kesadaran dan motivasi internal. Keterlibatan multi-pihak, termasuk tim KKM, pihak sekolah, dan Puskesmas, juga menjadi faktor krusial yang memastikan program berjalan dengan lancar dan relevan dengan kebutuhan lokal.

Secara keseluruhan, temuan dari kegiatan ini menggaris bawahi urgensi dan efektivitas intervensi kesehatan berbasis sekolah sebagai bagian integral dari upaya nasional untuk mengatasi *stunting* dan anemia (Rofita et al., 2025). Keterlibatan multi-pihak, termasuk tim pengabdian, pihak sekolah, dan Puskesmas setempat, menjadi faktor krusial yang memastikan program berjalan dengan lancar dan relevan dengan kebutuhan lokal. Program ini berhasil tidak hanya meningkatkan pengetahuan siswa secara terukur, tetapi juga menanamkan fondasi untuk perilaku hidup sehat, yang akan berdampak positif pada kualitas generasi mendatang di Kabupaten Pandeglang. Peningkatan pengetahuan yang terukur menunjukkan bahwa tujuan program telah tercapai.

V. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan Sadar Kesehatan mengenai dampak anemia dalam pencegahan *stunting* pada remaja di MTSN 5 Pandeglang telah mencapai tujuan utamanya dengan tingkat keberhasilan yang tinggi, terbukti secara kuantitatif. Program ini terbukti sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan siswa mengenai hubungan antara anemia, gizi seimbang, dan risiko *stunting* pada remaja. Analisis data *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan yang signifikan secara statistik, dengan rata-rata skor meningkat tajam dari $3,74 \pm 1,13$ (*pre-test*) menjadi $4,85 \pm 0,46$ (*post-test*). Peningkatan yang signifikan ini dikonfirmasi dengan nilai $p < 0,0001$, yang secara tegas membuktikan bahwa intervensi edukasi yang disampaikan mampu mentransfer informasi secara efektif dan menghasilkan retensi pengetahuan yang optimal pada peserta.

Keberhasilan program tidak hanya terbatas pada angka, tetapi juga didukung oleh penerapan metode penyuluhan interaktif yang mengintegrasikan kerangka konseptual Health Belief Model (HBM). Pendekatan HBM berhasil mengubah persepsi pasif siswa menjadi kesadaran proaktif terhadap masalah kesehatan yang mereka hadapi. Secara spesifik, materi edukasi yang disampaikan secara terperinci berhasil meningkatkan Perceived Susceptibility (kesadaran remaja terhadap kerentanan anemia) dan Perceived Severity (keseriusan dampak *stunting* pada penurunan kognitif dan produktivitas masa depan). Peningkatan persepsi ini merupakan prasyarat fundamental dalam model HBM untuk mendorong motivasi perubahan perilaku menuju praktik hidup sehat.

Fokus penyuluhan berhasil menanamkan pemahaman akan Perceived Benefits (manfaat) dari tindakan pencegahan, yaitu bahwa intervensi gizi sederhana seperti konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) bagi

remaja putri dan adopsi pola makan gizi seimbang merupakan solusi yang efektif dan terjangkau untuk memutus rantai risiko. Pemahaman yang kuat mengenai manfaat ini diharapkan dapat mendorong pembentukan perilaku hidup sehat yang berkelanjutan di lingkungan sekolah, termasuk kepatuhan rutin dalam konsumsi TTD. Pembentukan pengetahuan ini menjadi fondasi penting untuk mendorong remaja putri memiliki komitmen proaktif terhadap kesehatan reproduksi mereka sebagai upaya pencegahan anemia pra-konsepsi.

Kegiatan ini secara strategis berkontribusi terhadap upaya mengatasi masalah gizi ganda yang dihadapi Indonesia, khususnya di Kabupaten Pandeglang. Melalui penekanan pada hubungan erat antara anemia remaja putri dengan potensi *stunting* pada keturunan mereka, program ini secara langsung mendukung program nasional percepatan penurunan *stunting* dengan menjadikan remaja sebagai target intervensi krusial. Program ini berhasil menempatkan remaja putri sebagai agen perubahan yang memiliki peran sentral dalam memutus siklus *stunting* antargenerasi, memastikan bahwa pengetahuan yang diperoleh akan berdampak positif pada kualitas kesehatan generasi berikutnya.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini telah membuktikan bahwa kolaborasi antara tim pengabdian, pihak sekolah (MTSN 5 Pandeglang), dan Puskesmas setempat merupakan model yang efektif untuk keberlanjutan intervensi kesehatan berbasis sekolah. Disarankan agar pihak sekolah dan Puskesmas melanjutkan program edukasi ini secara berkala, terutama dengan fokus pada pemantauan kepatuhan konsumsi TTD dan implementasi praktis gizi seimbang, guna memastikan peningkatan pengetahuan yang telah dicapai dapat diterjemahkan menjadi perubahan perilaku positif dan berkelanjutan bagi peningkatan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) di Kabupaten Pandeglang.

DAFTAR PUSTAKA

- Anemia, T., & Remaja, G. (2024). *GENITRI : JURNAL PENGABDIAN*. 3, 46–53.
- Chrismilasari, L. A., Unja, E. E., Machelia, S., & Aulia, C. N. (2023). *MANAJEMEN PREVENTIF STUNTING DENGAN MENCEGAH ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMPN 20 BANJARMASIN*. 4(November), 10–17.
- Cihanjuang, D. (2019). *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat ISSN 1410-5675 ; eISSN 2620-8431*. 4(2), 48–50.
- Ferdiana, R., Dewi, I. I., Sukmawan, I., & Laksana, A. (2023). Bakti Sosial Peduli Pendidikan Sebagai Bentuk Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Ciwarna Mancak Kabupaten Serang. *Jurnal WIndradi*, 1(1), 28–38.
- Fitri, R. P., Saputra, R., & Putri, M. K. (2024). *Pemberdayaan Masyarakat Pencegahan Stunting pada Balita Melalui Penyuluhan di Desa Bukit Kratai*. 3(2), 32–36.
- Izah, N., Muliani, R. H., Rakhimah, F., Desi, N. M., Zumaro, E. M., Tegal, P. M., Artikel, I., Remaja, G., Izah, N., & Tegal, P. M. (2023). *Pengabdian kepada masyarakat peningkatan pengetahuan gizi remaja dalam upaya cegah anemia pada remaja putri*. 3(1), 39–45.
- Kingdom, U., & Hidayah, K. (2023). *The dispute resolution of the authority of state institutions in Indonesia The dispute resolution of the authority of state institutions in Indonesia*. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/1181/1/012009>
- Laksana, A., & Huda, M. (2024). *Beach Quality Evaluation as a Strategy for Sustainable Coastal Tourism Management*. 10(10), 7397–7408. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v10i10.8792>
- Maharani, S., Gustrajeky, A., Kesehatan, F. I., Kesehatan, F. I., & Baiturrahim, U. (2024). *Pembentukan Kader Remaja Anti-Anemia Pencegah Stunting (Ranting) dengan Pemanfaatan Kearifan Lokal di Puskesmas Durian Luncuk*. 6(November), 616–623. <https://doi.org/10.36565/jak.v6i3.881>
- Octa, H., April, W., & Rica, L. (2024). *Pencegahan Stunting sebagai Peran Nutrisi dalam Seribu Hari Pertama Kehidupan di Desa Cilentung Kecamatan Pulosari Kabupaten Pandeglang*. 2(4).
- Ode, L., Fitrawan, M., Solo, D. M., Malina, R., Raodah, S., Jannah, N., Hikmah, N., & Nggawu, L. O. (2024). *PENYULUHAN PENCEGAHAN STUNTING BAGI MASYARAKAT UNTUK PERTUMBUHAN OPTIMAL ANAK DI KECAMATAN SOROPIA , KABUPATEN KONAWE*. 2(1), 10–15.
- Pengabdian, J., & Masyarakat, K. (2021). 1 , 2 , 3. 4(2), 91–99.
- Rofita, D., Nurulicha, Sari, N. P., Rismawan, M. N., & Mau, A. (2025). *PENTINGNYA PENCEGAHAN STUNTING PADA ANAK (Y. K. Tumani (ed.); Pertama)*. Optimal Untuk negeri.
- Sry, A., Nababan, V., Pinem, M. M., Mini, Y., & Purba, T. H. (2020). *ORIGINAL ARTICLE FAKTOR YANG MEMENGARUHI KADAR GULA DARAH PENDERITA DIABETES MELLITUS (DM) TIPE II Factors Affecting The Blood Sugar Content Of Diabetas Mellitus (DM) Type II*. 3(1), 23–31.
- Stunting, P. (2024). *APMa*. 4, 73–79. <https://doi.org/10.47575/apma.v4i2.575>