



## Penggerakan Aksi Bergizi Berbasis Sekolah Sebagai Strategi Promotif Preventif Penurunan Anemia

Cucu Herawati<sup>1</sup>, Widya Rahma Muthia<sup>2</sup>, Akim Dharmawan<sup>3</sup>, Dewi Ratnawati<sup>4</sup>, Maretalinia<sup>5</sup>, Hendriyanto<sup>6</sup>, Keisha Aurel Safitri<sup>7</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon, Indonesia

<sup>7</sup>Telkom University, Bandung Indonesia

Email Corresponding author: [cucueherawatie@gmail.com](mailto:cucueherawatie@gmail.com)

### ABSTRACT

This community service initiative aims to mobilize the implementation of aksi bergizi (nutrition action) in schools as a promotional and preventive effort to reduce anemia in adolescent girls and improve adherence to iron supplement consumption. The initiative will be implemented for 60 days, from August 12 to October 12, 2024, through cross-sector advocacy and coordination, the Aksi Bergizi campaign, and mentoring for independent Aksi Bergizi implementation in junior high and senior high schools. The target groups include adolescent girls, teachers, community health centers, and stakeholders in the education and health sectors. Data collection methods include interviews and documentation. The results of the initiative demonstrate increased cross-sector and school involvement in Aksi Bergizi implementation, the development of healthy lifestyle habits in the school environment, and the optimization of monitoring of iron supplement consumption in adolescent girls.

**Keywords:** Nutritional Action, Anemia, Teenage Girls, Iron Tablets

### ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan menggerakkan pelaksanaan Aksi Bergizi di sekolah sebagai upaya promotif dan preventif untuk menurunkan anemia remaja putri serta meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD. Pengabdian dilaksanakan selama 60 hari yaitu mulai tanggal 12 Agustus sampai 12 Oktober 2024, melalui advokasi dan koordinasi lintas sektor, kampanye Aksi Bergizi, serta pendampingan pelaksanaan Aksi Bergizi mandiri di satuan pendidikan SMP dan SMA sederajat. Sasaran kegiatan meliputi remaja putri, guru, puskesmas, serta pemangku kepentingan sektor pendidikan dan kesehatan. Metode pengumpulan melalui wawancara dan dokumentasi. Hasil kegiatan menunjukkan meningkatnya keterlibatan lintas sektor dan sekolah dalam pelaksanaan Aksi Bergizi, terbentuknya pembiasaan perilaku hidup sehat di lingkungan sekolah, serta optimalisasi pemantauan konsumsi TTD remaja putri.

**Keywords:** Aksi Nutrisi, Anemia, Remaja Perempuan, Tablet Zat Besi.

Received:	Revised:	Accepted:	Available online:
05.01.2026	22.04.2026	29.04.2026	02.05.2026

### Suggested citation:

Herawati, Cucu., et. al. (2026). Penggerakan Aksi Bergizi Berbasis Sekolah Sebagai Strategi Promotif Preventif Penurunan Anemia. *Dimasejati: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(1), 99-109. DOI: 10.24235/dimasejati.51.000

## PENDAHULUAN

Salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling umum di Indonesia adalah anemia, yang dapat dialami oleh semua kelompok umur, mulai dari balita, remaja, ibu hamil sampai usia lanjut. Tingkat prevalensi anemia adalah 26,8% pada anak usia 5–14 tahun dan 32% pada anak usia 15–24 tahun. Sekitar 3 dari 10 anak di Indonesia mengalami anemia. Sekitar 16,046% orang Indonesia adalah remaja (Putri, 2021). Remaja terdapat sekitar 16,046% dari populasi di Indonesia (Veronica et al., 2018). Permasalahan yang dialami remaja disebabkan kurangnya pemahaman remaja terkait kesehatan seperti pendidikan gizi, kesehatan reproduksi, *bullying*, dan *stunting* (Marisita et al., 2024).

Salah satu faktor penyumbang *stunting* adalah saat remaja kurang nutrisi dan mengalami anemia tidak mendapat tatalaksana dengan baik. Sehingga remaja putri merupakan salah satu sasaran intervensi penurunan *stunting* (Hutapea & Siagian, 2024). Anemia pada remaja putri disebabkan oleh defisiensi besi, infeksi, perdarahan, dan faktor kelainan darah. Di Indonesia sebagian besar anemia terjadi karena kekurangan zat besi (Suaib et al., 2024). *Stunting* tetap menjadi masalah kesehatan masyarakat utama di Indonesia, meskipun ada program nasional untuk mengurangi *stunting*. Puskesmas sangat penting untuk mencegah *stunting* (Banowati et al., 2025).

Pada tahun 2023–2024 Kota Tegal dihadapkan pada permasalahan anemia pada remaja putri kelas 7 dan kelas 10 sebanyak 60,60%, terbanyak di Jawa Tengah. Tingkat konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) remaja putri di sekolah pada tahun 2023 adalah 68,56% atau masih di bawah target yaitu 75% (Asma, Nurbaiti, Bedjo Santoso, 2025).

Tingginya kejadian anemia remaja putri ini merupakan masalah krusial yang berkontribusi pada peningkatan kasus *stunting*, AKI, dan AKB serta kualitas sumber daya manusia. Pemberian tablet tambah darah, satu tablet setiap minggu sepanjang tahun untuk remaja putri kelas 7–10, adalah cara untuk mencegah anemia pada remaja putri (Julaecha, 2020). Pemerintah telah bekerja sama untuk mencegah anemia pada anak usia sekolah melalui Gerakan Aksi Bergizi (Nilawaty et al., 2024).

Aksi Bergizi merupakan upaya promotive dan preventif terhadap masalah kesehatan remaja yang diselenggarakan di sekolah, berupa pembiasaan pola hidup bersih dan sehat serta gerakan masyarakat hidup sehat (Amerta et al., 2025). Aksi Bergizi terdiri dari empat kegiatan utama: senam atau olahraga bersama, sarapan pagi yang sehat, minum tablet tambah darah, dan belajar tentang gizi dan kesehatan seminggu sekali pada hari yang disepakati Bersama (Anggreiniboti, 2025).

Alasan yang melatarbelakangi pengambilan judul PkM karena masih tingginya prevalensi anemia remaja putri di Kota Tegal mencapai 60,60% serta belum optimalnya kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, meskipun cakupan skrining dan pembinaan sekolah telah tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa intervensi yang bersifat rutin dan teknis belum cukup efektif dalam membentuk perilaku kesehatan remaja. Sekolah dipandang sebagai setting strategis untuk intervensi promotif dan preventif karena mampu menjangkau remaja secara berkelanjutan, sementara Program nasional yang dikenal sebagai *Action Fooding* bertujuan untuk mendorong pembiasaan perilaku hidup sehat, meningkatkan kepatuhan terhadap penggunaan tablet tambah darah, dan mengurangi risiko anemia serta konsekuensi jangka panjangnya terhadap *stunting* dan kualitas sumber daya manusia.

Celah pengabdian ini yaitu sebagian besar kegiatan pengabdian terkait anemia remaja putri masih berfokus pada pendekatan edukasi atau suplementasi zat besi secara individual, tanpa menekankan penggerakan program secara sistematis dan kolaboratif di lingkungan sekolah. Publikasi yang mengkaji implementasi Aksi Bergizi sebagai model penggerakan lintas sektor meliputi advokasi, kampanye, pembiasaan perilaku, serta sistem pemantauan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah masih terbatas, khususnya pada tingkat kabupaten/kota. Oleh karena itu, diperlukan pengabdian masyarakat yang mendokumentasikan proses dan hasil penggerakan Aksi Bergizi berbasis sekolah sebagai upaya *promotive preventif* terintegrasi untuk menjembatani kesenjangan antara kebijakan program dan perubahan perilaku kesehatan remaja putri.

Kebaruan kegiatan pengabdian ini terletak pada pengembangan model penggerakan Aksi Bergizi berbasis sekolah melalui advokasi lintas sektor, pembiasaan perilaku kolektif, serta sistem pemantauan konsumsi tablet tambah darah yang terintegrasi, sebagai strategi *promotive preventif* berkelanjutan dalam menurunkan anemia remaja putri. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menggerakkan pelaksanaan Aksi Bergizi berbasis sekolah melalui koordinasi lintas sektor sebagai upaya promotif dan preventif dalam menurunkan anemia pada remaja putri.

## BAHAN DAN METODE

Waktu Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat selama 60 hari yaitu mulai tanggal 12 Agustus sampai 12 Oktober 2024. Subjek intervensi adalah satuan pendidikan jenjang SMP dan SMA sederajat, lintas sektor seperti Dinas Pendidikan dan Kebudayaan, Cabang Dinas Pendidikan, Kantor Kementerian Agama, Sekretaris Daerah, Asisten Pemerintahan dan Kesejahteraan Rakyat serta remaja putri di sekolah jenjang SMP dan SMA sederajat di Kota Tegal.

Metode pengumpulan data primer diperoleh melalui wawancara dengan peserta Aksi Bergizi, guru pendamping SMP dan SMA. Data skunder diperoleh melalui dokumentasi yang meliputi: jumlah sekolah peserta penggerakan Aksi Bergizi.

Tahapan prosedur kegiatan penggerakan Aksi Bergizi sebagai berikut:

1. Melakukan advokasi, komunikasi dan koordinasi Penggerakan Aksi Bergizi dengan Dinas Pendidikan dan Kebudayaan, Kantor Kementerian Agama, Cabang Dinas Pendidikan Wilayah XI, Asisten Perkonomian dan Kesejahteraan Rakyat, Kepala Bagian Kesejahteraan Rakyat, Kepala Puskesmas, Penanggungjawab Program UKS/M Puskesmas, Petugas Promkes Puskesmas, dan Nutrisisionis Puskesmas se Kota Tegal.
2. Melaksanakan Kampanye Penggerakan Aksi Bergizi dengan rincian peserta sebagai berikut:
  - 1) Peserta Primer  
Peserta didik SMP dan SMA Sederajat dengan dominasi remaja putri dari 30 SMP /MTS dan 21 SMA/SMK/MA sebanyak 459 Peserta.
  - 2) Peserta Sekunder  
Guru-guru dari 51 sekolah yang ditunjuk, petugas promosi kesehatan, nutrisisionis, penanggung jawab UKS dari 8 Puskesmas se Kota Tegal.
  - 3) Peserta Tersier

Perwakilan Dinas Pendidikan dan Kebudayaan, Cabang Dinas Pendidikan Wilayah XI, Perwakilan Kantor Kementerian Agama, dan Staf Ahli Bidang Kemasyarakatan dan Sumber Daya Manusia.

- Setelah kegiatan Penggerakan Aksi Bergizi Dinas Kesehatan sekolah-sekolah yang menjadi peserta kegiatan ini diwajibkan melaksanakan Aksi Bergizi secara mandiri sampai tanggal 12 September 2024 dan dilaporkan melalui WA Grup Aksi Bergizi SMA/SMK dan *Google Form* untuk pelaporan Aksi Bergizi jenjang SMP sederajat. Selanjutnya, Sekolah jenjang SMP dan SMA sederajat diharapkan mampu secara rutin seminggu sekali mengagendakan dan melaksanakan kegiatan Aksi Bergizi sebagai upaya penurunan anemia pada remaja putri.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembinaan UKS/M (Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah) meliputi: penjangkaran kesehatan anak usia sekolah pada peserta didik kelas 1 SD, 7 SMP dan 10 SMA sederajat, pemeriksaan berkala pada peserta didik kelas 2 – 6 SD, 8 – 9 SMP, dan 11–12 SMA sederajat, skrining anemia remaja putri di sekolah kelas 7 dan kelas 10, pemberian tablet tambah darah pada remaja putri, pemberian obat cacing pada peserta didik TK/PAUD dan SD, Imunisasi BIAS (Bulan Imunisasi Anak Sekolah), penyuluhan kesehatan reproduksi remaja, pembinaan kesehatan lingkungan sekolah. Pelayanan kesehatan diluar gedung contohnya adalah pelayanan kesehatan pada Posyandu Remaja. Adapun indikator kinerja dan capaiannya sebagai berikut:

**Tabel 1.** Indikator Kinerja Program Pelayanan Kesehatan pada Anak Usia Sekolah dan Remaja Tahun 2023

No	Indikator	Target	Capaian
1	Persentase Puskesmas melaksanakan pembinaan ke sekolah 4 kali setahun	80%	100%
2	Persentase remaja putri minum tablet tambah darah	75%	68,51%
3	Persentase remaja putri mendapatkan skrining anemia (kelas 7 dan kelas 10)	70%	93,50%
4	Persentase remaja putri anemia	30%	60,60%
5	persentase anak usia sekolah mendapatkan penjangkaran kesehatan	80%	96,57%
6	persentase sekolah mendapatkan penjangkaran kesehatan	80%	100%

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui bahwa terdapat 2 indikator kinerja yang belum memenuhi target yaitu persentase remaja putri minum tablet tambah darah sebesar (68,51%) dan persentase remaja putri anemia sebesar (60,60%).

#### Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah capaian indikator kinerja program kesehatan pada anak usia sekolah dan remaja tahun 2023, tersaji pada tabel 2. Berikut ini:

**Tabel 2.** Capaian Indikator Kinerja Program Kesehatan pada Anak Usia Sekolah dan Remaja Tahun 2023

No	Indikator	Target	Capaian	Masalah
1	Persentase Puskesmas melaksanakan pembinaan ke sekolah 4 kali setahun	80%	100%	Tercapai
2	Persentase remaja putri minum tablet tambah darah	75%	68,51%	Belum Tercapai
3	Persentase remaja putri mendapatkan skrining anemia (kelas 7 dan kelas 10)	70%	93,50%	Tercapai
4	Persentase remaja putri anemia (kelas 7 dan 10)	30%	60,60%	Belum Tercapai
5	persentase anak usia sekolah mendapatkan penjangkaran kesehatan	80%	96,57%	Tercapai
6	persentase sekolah mendapatkan penjangkaran kesehatan	80%	100%	Tercapai

Berdasarkan table 2. maka masih ada masalah pada persentase cakupan konsumsi TTD dan persentase remaja putri anemia (kelas 7 dan 10) tahun 2023.

### Prioritas Masalah

Berikut merupakan tabel penetapan prioritas masalah Capaian Indikator Kinerja Program Kesehatan pada Anak Usia Sekolah dan Remaja Tahun 2023 berdasarkan USG:

**Tabel 3.** Penetapan Prioritas Masalah Berdasarkan USG

No	Masalah	Kriteria			Nilai	Prioritas
		U	S	G		
1	Persentase remaja putri minum tablet tambah darah	4	4	5	13	2
2	Persentase remaja putri anemia	5	5	5	15	1

Berdasarkan Tabel 3. peringkat pertama prioritas masalah diperoleh persentase remaja putri anemia dan peringkat kedua yaitu persentase remaja putri minum tablet tambah darah. Bersamaan dengan peningkatan prevalensi stunting di Kota Tegal tahun 2023 sebanyak 5,3 % dari tahun sebelumnya. Salah satu upaya dalam menurunkan persentase kejadian anemia remaja putri serta meningkatkan cakupan konsumsi tambah darah remaja putri disekolah adalah dengan kegiatan Aksi Bergizi.

### Intervensi Pemecahan Masalah

Salah satu intervensi pencegahan dan penurunan anemia remaja putri adalah dengan mengonsumsi 1 tablet tambah darah yang mengandung minimal 60 mg elemental besi dan 0,4 mg asam folat setiap minggu sepanjang tahun minimal 26 tablet.

**Tabel 4.** Tabel Pemecahan Masalah Anemia Remaja Putri

No	Masalah	Penyebab Masalah	Pemecahan Masalah
1	Terdapat 60,60% Remaja putri kelas 7	Manusia:	1. Melaksanakan Penggerakan Aksi Bergizi.

No	Masalah	Penyebab Masalah	Pemecahan Masalah
	dan kelas 10 mengalami anemia di Kota Tegal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kebiasaan siswa tidak sarapan pagi</li> <li>• Kurang pengetahuan remaja putri tentang gizi seimbang</li> <li>• Penyuluhan kesehatan hanya mengandalkan dari Nakes</li> </ul> <p>Metode:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurangnya edukasi / penyuluhan gizi</li> <li>• Belum optimalnya kerjasama lintas sector dan lintas program</li> <li>• Kurangnya pemantauan minum tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di sekolah</li> </ul> <p>Alat / Bahan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kebijakan minum tablet tambah darah bersama di sekolah belum optimal</li> <li>• Kurangnya sarana media edukasi seperti flyer, poster dan exposure sosial media</li> </ul> <p>Anggaran:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurangnya anggaran Dinas Kesehatan dan Puskesmas untuk promosi kesehatan: pengadaan media edukasi dan kegiatan penyuluhan di sekolah</li> <li>• Tidak tersedianya anggaran untuk tim pemantau minum TTD remaja putri di sekolah</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diawali dengan melakukan advokasi, komunikasi dan koordinasi dengan lintas sektor terkait.</li> <li>• Melaksanakan kampanye Aksi Bergizi</li> <li>• Himbauan pelaksanaan Aksi Bergizi secara mandiri di sekolah setiap 1 minggu sekali. Kegiatan Aksi bergizi terdiri dari:</li> <li>• Sarapan pagi bersama dengan menu gizi seimbang</li> <li>• Edukasi / penyuluhan tentang gizi seimbang.</li> <li>• Gerakan rutin minum tablet tambah darah remaja putri bersama di sekolah</li> <li>• Senam / olahraga bersama</li> </ul> <p>2. Meningkatkan komunikasi, koordinasi dan kolaborasi dalam pelaksanaan program kesehatan anak usia sekolah dan remaja antara Dinas Kesehatan Kota Tegal, Puskesmas se- Kota Tegal dengan Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Tegal, Cabang Dinas Pendidikan wilayah XI, Kantor Kementerian Agama Kota Tegal</p>

No	Masalah	Penyebab Masalah	Pemecahan Masalah
		Lingkungan: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Makanan / Jajanan di lingkungan sekolah tidak sehat</li> <li>• Pengaruh tren gaya hidup tidak sehat (minum kopi kekinian, makanan tinggi gula, garam dan lemak)</li> </ul>	

Berdasarkan Tabel 4. gambaran intervensi masalah anemia remaja putri di Kota Tegal adalah meliputi: Sasaran intervensi masalah adalah peserta didik putri SMP dan SMA sederajat di wilayah Kota Tegal, Guru, Lintas sektor terkait (Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Tegal, Cabang Dinas Pendidikan wilayah XI, Kantor Kementerian Agama Kota Tegal, Asisten Perekonomian dan Kesejahteraan Rakyat, Staf Ahli Kemasyarakatan dan SDM). Kegiatan Penggerakan Aksi Bergizi dilaksanakan pada tanggal 12 Agustus – 12 September 2024.

Implementasi Intervensi terhadap masalah anemia pada remaja putri di Kota Tegal dengan Penggerakan Aksi Bergizi meliputi advokasi koordinasi lintas sektor serta penggerakan masyarakat khususnya remaja putri jenjang SMP dan SMA sederajat dengan mengadakan senam bersama, sarapan pagi bersama, edukasi kelompok tentang kesehatan dan gizi remaja, minum tablet tambah darah bersama.

Prosedur Penggerakan Aksi Bergizi Serentak Dinas Kesehatan Kota Tegal: Kegiatan dilaksanakan pada hari Senin, 12 Agustus 2024 di Bumi Perkemahan Kota Tegal di ikuti oleh peserta sebanyak 512 orang yang terdiri dari masing – masing 8 orang siswa dan 1 orang guru pendamping dari 30 sekolah jenjang SMP sederajat dan 21 sekolah jenjang SMA sederajat, 16 orang promotor kesehatan, 8 orang nutrisionis, 8 orang penanggung jawab program UKS Puskesmas se Kota Tegal, 6 orang perwakilan Dinas Kesehatan Kota Tegal, Staf Ahli Walikota bidang Kemasyarakatan dan Sumber Daya Manusia, Kepala Kantor Kementerian Agama Kota Tegal, Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan, Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah XI Kota Tegal, dan 3 orang instruktur senam. Rangkaian kegiatan penggerakan Aksi Bergizi sebagai berikut:

1. Senam Bersama, dipandu oleh 3 orang Instruktur Senam
  2. Sarapan Pagi Bersama, peserta kegiatan mendapatkan makanan dengan menu gizi seimbang yang disediakan oleh Dinas Kesehatan Kota Tegal
  3. Pembukaan dan Pencanangan Minum Tablet Tambah Darah
  4. Edukasi Kesehatan dan Gizi Remaja dilakukan dipandu oleh promotor kesehatan dan nutrisionis puskesmas.
  5. Kuis Cerdas Cermat dilakukan dengan memberikan pertanyaan kepada peserta, dan apabila peserta berhasil menjawab dengan benar akan mendapatkan hadiah.
- Prosedur rangkaian kegiatan Aksi Bergizi di Sekolah sebagai berikut:
- a. Sekolah jenjang SMP dan SMA sederajat melaksanakan hari Aksi Bergizi yang telah disepakati di masing – masing satuan pendidikan. Hari Aksi Bergizi umumnya dilaksanakan setiap hari Jumat setiap minggunya.

- b. Melaksanakan senam/olahraga bersama, diikuti oleh peserta didik laki – laki maupun perempuan dan dipimpin oleh guru olahraga.
- c. Melaksanakan sarapan bersama dengan ketentuan peserta didik membawa bekal sarapan dari rumah dengan menu gizi seimbang.
- d. Melakukan edukasi kesehatan dengan bahasan yang berbeda setiap minggunya. Guru dapat memberikan materi edukasi kesehatan dengan bahan ajar pendidikan kesehatan yang dapat di unduh melalui website [www.ayosehat.kemkes.go.id](http://www.ayosehat.kemkes.go.id) platform merdeka mengajar.
- e. Melakukan minum tablet tambah darah bersama bagi peserta didik perempuan. Guru dapat dibantu oleh kader kesehatan remaja yang ada di sekolah tersebut untuk mencatat siswi yang sudah minum tablet tambah darah.
- f. Guru penanggungjawab UKS/M merekap jumlah siswi yang minum tablet tambah darah tiap minggunya dan dilaporkan ke Dinas Kesehatan Kota Tegal melalui *Google Spreadsheets* yang sudah ada.

Setelah kegiatan Penggerakan Aksi Bergizi Dinas Kesehatan Kota Tegal sekolah-sekolah yang menjadi peserta kegiatan ini diwajibkan melaksanakan Aksi Bergizi secara mandiri sampai tanggal 12 September 2024 dan dilaporkan melalui WA Grup Aksi Bergizi SMA/SMK dan *Google Form* untuk pelaporan Aksi Bergizi jenjang SMP sederajat. Selanjutnya, Sekolah jenjang SMP dan SMA sederajat se- Kota Tegal diharapkan mampu secara rutin seminggu sekali mengagendakan dan melaksanakan kegiatan Aksi Bergizi sebagai upaya penurunan anemia pada remaja putri.

Hasil kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini, diperoleh identifikasi masalah kesehatan pada program pelayanan kesehatan pada anak usia sekolah dan remaja diperoleh dari kesenjangan antara target dan capaian pada indikator program. Dalam hal ini terdapat 2 masalah yang teridentifikasi, yaitu: Persentase remaja putri mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 68,51% dari target 75% dan Persentase remaja putri anemia (kelas 7 dan 10) sebesar 60,60% dari target 30%. Hasil penelitian Cucu dkk (2025), diperoleh ada 18 siswi (20%) yang mengalami anemia dan 72 siswi (80%). Ada korelasi antara kejadian anemia dan kebiasaan minum teh ( $p$ -value 0,015), dukungan orang tua ( $p$ -value 0,002) dan gerakan minum TTD bersama di sekolah ( $p$ -value 0,008) (Herawati et al., 2025).

Prioritas masalah kesehatan adalah persentase anemia remaja putri (kelas 7 dan 10) sebesar 60,60% yang disebabkan antara lain karena kebiasaan peserta didik tidak sarapan pagi, kurangnya pengetahuan peserta didik khususnya remaja putri tentang gizi seimbang, kurangnya pengetahuan remaja putri tentang anemia, pengaruh tren gaya hidup kekinian yang merugikan kesehatan.

Upaya intervensi masalah anemia remaja putri di Kota Tegal adalah dengan Penggerakan Aksi Bergizi oleh Dinas Kesehatan Kota Tegal dan kerjasama dengan lintas sektor. Sekolah harus memberi tahu orang tua tentang cara mencegah dan menanggulangi anemia sehingga tindakan pencegahan dapat dilakukan secara menyeluruh. Selain itu, mereka harus meminta penyedia makanan di sekolah, khususnya kantin sekolah, untuk tidak memberikan minuman seperti teh kepada siswi saat makan siang. Selain itu, sekolah harus terus melakukan kampanye minum TTD bersama untuk mencegah dan menanggulangi anemia pada remaja perempuan (Herawati et al., 2025).

Aksi Bergizi bertujuan untuk meningkatkan gizi remaja di Indonesia melalui pengendalian dan pencegahan anemia, peningkatan perilaku makan sehat dan aktivitas fisik (Siti Mutmainnah; Reni Zuraida, 2023). Penggerakan Aksi Bergizi diawali dengan Kampanye Aksi Bergizi yang diinisiasi oleh Dinas Kesehatan Kota Tegal mengumpulkan perwakilan masing – masing 8 siswa/siswi dan 1 orang guru pendamping dari 30 SMP dan 21 SMA /SMK sederajat, promotor kesehatan, nutrisisionis dan penanggung jawab program UKS/M Puskesmas serta OPD terkait. Kampanye Aksi Bergizi Dinas Kesehatan Kota Tegal dilaksanakan pada hari Senin, 12 Agustus 2024 dimulai pukul 07.00 sampai pukul 11.30 WIB di Bumi Perkemahan Kota Tegal dan pencaangan minum tablet tambah darah. Setelah kegiatan Penggerakan Aksi Bergizi Dinas Kesehatan Kota Tegal sekolah – sekolah yang menjadi peserta kegiatan ini diwajibkan melaksanakan Aksi Bergizi secara mandiri sampai tanggal 12 September 2024 dan melanjutkan kegiatan Aksi Bergizi secara mandiri setiap minggunya.

Upaya pemantauan, pencatatan dan pelaporan konsumsi tablet tambah darah dilakukan oleh guru penanggungjawab UKS/M sekolah melalui Google Spreadsheet yang sudah disediakan Dinas Kesehatan Kota Tegal. Diharapkan setelah remaja putri secara rutin mengonsumsi tablet tambah darah di sekolah melalui kegiatan penggerakan Aksi Bergizi ini dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang gizi seimbang serta menurunkan anemia remaja putri secara signifikan di Kota Tegal. Penelitian yang telah dilakukan oleh Siti Mutmainnah dkk pada tahun 2023 dengan 196 responden, Tingkat pengetahuan peserta didik tentang tablet tambah darah berhubungan dengan kepatuhan minum tablet tambah darah, peserta didik yang memiliki pengetahuan dengan kategori kurang baik beresiko 5,22 kali tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah (Suaib et al., 2024).

Pembiasaan minum tablet tambah darah secara teratur melalui penggerakan Aksi Bergizi ini diyakini penulis dapat meningkatkan kepatuhan minum TTD sehingga dapat menurunkan kejadian anemia pada remaja putri (Isnaniah, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Fatmawaty Suaib dkk tahun 2024 pada siswi sebanyak 31 orang, menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan minum tablet tambah darah dengan kejadian anemia remaja putri pada siswi SMP Muhammadiyah 9 Berua (Suaib et al., 2024). Pemberian suplemen zat besi secara berkala dapat mengurangi anemia dan dapat meningkatkan simpanan zat besi (Permatasari et al., 2018).

Edukasi kesehatan yang diberikan pada kegiatan Aksi Bergizi di Kota Tegal bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja putri, meningkatkan kepatuhan minum tablet tambah darah dan menurunkan anemia remaja putri. Hasil penelitian Khabibah dkk tahun 2021, menyatakan bahwa pemberian pendidikan kesehatan memberikan dampak positif dalam perubahan perilaku. Kondisi 100 responden siswi SMA sebelum mendapatkan edukasi menunjukkan 85 siswi tidak anemia dan 15 siswi mengalami anemia. Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang anemia dan tablet tambah darah, responden rutin minum tablet tambah darah, dan dilakukan pemeriksaan ulang Hb menunjukkan 94 orang siswi tidak anemia dan 6 orang mengalami anemia (Astyandini, 2021).

## SIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, disimpulkan sebagai berikut: Identifikasi masalah kesehatan pada program pelayanan kesehatan pada anak usia sekolah dan remaja adalah persentase remaja putri mengonsumsi ttd (68,51%) dan persentase remaja putri (kelas 7 dan kelas 10) dengan anemia (60,60%). prioritas masalah kesehatan pada program pelayanan kesehatan pada anak usia sekolah dan remaja adalah persentase remaja putri (kelas 7 dan kelas 10) dengan anemia (60,60%). intervensi masalah kesehatan pada program pelayanan kesehatan pada anak usia sekolah dan remaja adalah dengan penggerakan aksi bergizi.

diharapkan dinas kesehatan dapat melaksanakan peningkatan kapasitas guru penanggungjawab uks sekolah terkait materi dan prosedur kegiatan aksi bergizi secara luas di setiap satuan pendidikan jenjang SMP dan SMA sederajat sehingga sekolah mampu secara mandiri dan rutin melaksanakan aksi bergizi. diharapkan peserta didik khususnya remaja putri di sekolah dapat mengikuti dengan antusias semua rangkaian kegiatan aksi bergizi secara rutin 1 minggu sekali dan menerapkan perilaku hidup sehat.

## Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon yang telah support kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini, satuan pendidikan jenjang SMP dan SMA sederajat, lintas sektor seperti Dinas Pendidikan dan Kebudayaan, Cabang Dinas Pendidikan, Kantor Kementerian Agama, Sekretaris Daerah, Asisten Pemerintahan dan Kesejahteraan Rakyat serta remaja putri di sekolah jenjang SMP dan SMA sederajat di Kota Tegal, yang telah bekerja sama dan memfasilitasi sehingga terlaksananya dengan baik kegiatan PkM ini.

## REFERENSI

- Amerta, M. Y., Athiyah, Q., Dwi, F., Putri, E., Afidah, N., Alfia, S. M., & Rahmawati, I. (2025). Upaya Pencegahan Stunting melalui kampanye Smart Snacking untuk Menumbuhkan Kesadaran tentang Pentingnya Kecukupan Gizi siswa di Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhineka*, 3(4), 267–280.
- Anggreiniboti, T. (2025). Program Gizi Remaja Aksi Bergizi Upaya Mengatasi Anemia Pada Remaja Putri Di Indonesia. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 5(2), 60–66.
- Asma, Nurbaiti, Bedjo Santoso, S. (2025). Model edukasi meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Jurnal Sains Kebidanan*, 7(1), 22–31. <https://doi.org/10.31983/jsk.v7i1.12849>
- Astyandini, K. T. N. M. R. B. (2021). Anemia Remaja dan Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 3(2), 11–17.
- Banowati, L., Melati, M., Putri, D., Herawati, C., Hikmat, R., & Dani, A. H. (2025). Role of Management Functions in Stunting Coverage among Nutrition Officers in Majalengka Regency. *Jurnal Bidan Cerdas*, 7(2), 300–307. <https://doi.org/10.33860/jbc.v7i2.4235>
- Herawati, C., Muthia, W. R., & Dharmawan, A. (2025). Determinant Behavioral Factors in Adolescent Anemia : Logistic Regression Analysis. *Eduwest-Journal of Universal Studies*, 5(12), 10555–10566.

- Hutapea, M., & Siagian, N. (2024). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri Mengenai Pemberian Tablet Tambah Darah sebagai Tindakan Pencegahan Stunting di SMP Kristen Hidup Baru. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 4(2), 475–482.
- Isnaniah, E. yuliasuti; N. maslani; (2023). Pemberdayaan remaja puteri dan guru UKS untuk peningkatan kepatuhan minum tablet tambah darah melalui giat remaja peduli anemia di SMP IT Ukhuwah Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(6), 1221–1230.
- Julaecha. (2020). Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 2018–2021.
- Marisita, N. H., Zuhroidaturrahmah, A., Nurfatimah, A. S., Aini, N. N., Biologi, P., Maulana, U. I. N., & Ibrahim, M. (2024). Urgensi pemahaman kesehatan reproduksi remaja sebagai bekal pencegahan stunting di Desa Mendalanwangi Kecamatan Wagir. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 12–26. <https://doi.org/10.47498/meuseuraya.v3i1.2870>
- Nilawaty, E., Kridawati, A., & Ulfa, L. (2024). Pengaruh Pelaksanaan Aksi Bergizi Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Bagi Remaja Putri di SMPN 1 Cibinong Kabupaten Bogor Jawa Barat Tahun 2023. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 8(2), 120–133.
- Permatasari, T., Briawan, D., & Madaniyah, S. (2018). E fektivitas Program Suplementasi Zat Besi pada Remaja Putri di Kota Bogor Effectiveness of Iron Supplementation Programme in Adolescent girl at Bogor City. *Jurnal MKMI*, 14(1), 1–8.
- Putri, P. R. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Medika Utama*, 03(01), 1293–1298.
- Siti Mutmainnah; Reni Zuraida, S. (2023). Jurnal Penelitian Perawat Profesional. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1321–1328.
- Suaib, F., Rowa, S. S., & Adwiah, W. (2024). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Media Kesehatan Politeknik Makasar*, XIX(1), 71–76.
- Veronica, R. N., Langi, F. L. F. G., Joseph, W. B. S., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2018). Prevalensi dan determinan penggunaan narkotika dan obat-obatan terlarang di kalangan remaja Indonesia; Analisis data survei demografi dan kesehatan Indonesia Tahun 2012. *Jurnal KESMAS*, 7(5).

#### Copyright and License



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

© 2023 Author1, Author2

Published by LP2M of IAIN Syekh Nurjati Cirebon