

Edukasi Emo-Demo Tablet Tambah Darah dan Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri dalam Pencegahan Stunting

Aufa Sofie¹, Aleyda Najwa¹, Amanda Aulia¹, Cahya Dhawiya¹, Elza Vidyastuti¹,
Lola Azizah¹, Vania Izdihar¹, Farida Wahyu Ningtyias²

¹Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember, Indonesia

²Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember, Indonesia

Correspondence author: Farida Wahyu Ningtyias

Email: farida.fkm@unej.ac.id

Address: Jl. Kalimanatan I/973 Jember, 0331-322995

DOI: <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v6i2.649>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: To date, the problem of anemia among adolescents in Indonesia has not been resolved. This has become a concern for the government because it indirectly contributes to the risk of *stunting*. In Bondowoso Regency, the rate of anemia among adolescents continues to increase. This is due to a lack of knowledge about the dangers of anemia and adolescents' compliance in taking iron supplements.

Objective: This activity aims to increase students' understanding of the importance of iron consumption through iron tablets to overcome anemia.

Method: This activity was carried out using a combination of the Emo-Demo method and lectures. The activity was held at SMPN 7 Bondowoso and attended by 44 students on December 7, 2024. The effectiveness of the activity was evaluated by measuring the increase in knowledge about anemia in the form of a *post-test* knowledge.

Results: The *pre-test* results showed an average of 76,7% correct answers, while the *post-test* results after the material and Emo-Demo were delivered showed an average of 94% correct answers. There was a 17,3% increase in participants' knowledge and understanding.

Conclusion: It can be concluded that Emo-Demo activities with lectures and practice can increase knowledge and understanding.

Keywords: anaemia, blood supplement tablets, emotional-demonstration, stunting

Latar Belakang

Sampai saat ini *stunting* masih menjadi problema yang belum terselesaikan. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 angka *stunting* secara nasional mengalami penurunan sebesar 1,6% per tahun. Tahun 2019 angka *stunting* berada pada 27,7% menjadi 24,4% di tahun 2021. Pemerintah sudah melakukan berbagai cara untuk menurunkan angka kejadian *stunting* yang terjadi di Indonesia. Banyak program yang dilakukan mulai dari menangani faktor risiko *stunting* hingga penanganan langsung pada sasaran *stunting*. Salah satu faktor risiko *stunting* yang ditangani adalah anemia pada remaja (Kemenkeu, 2022). Program yang dilakukan pemerintah untuk mengatasi anemia pada remaja adalah pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada anak remaja putri usia sekolah (12-18 tahun).

Remaja, terutama remaja putri, termasuk kelompok yang memiliki risiko tinggi terhadap berbagai masalah kesehatan yang dapat berdampak pada tahap kehidupan berikutnya, khususnya saat mereka menjadi ibu (Pratiwi *et al.*, 2021). Ketidakseimbangan gizi, baik berupa kekurangan maupun kelebihan, yang tidak ditangani sejak masa remaja dapat memengaruhi kondisi gizi sepanjang hidup, termasuk selama masa kehamilan. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan zat gizi pada remaja putri menjadi hal penting sebagai persiapan menghadapi peran sebagai ibu di masa mendatang (Hidana *et al.*, 2022). Status gizi sebelum kehamilan, yang dipengaruhi oleh kondisi gizi saat remaja dan dewasa, sangat berpengaruh terhadap kesehatan ibu hamil dan perkembangan janin (Muchtar *et al.*, 2023; Siswanti *et al.*, 2022).

Prevalensi anemia pada remaja menurut Riskesdas RI pada tahun 2018 yaitu sebesar 32%. Angka tersebut mengalami kenaikan pada tahun 2020, menurut data dari Depkes (2020) penderita anemia pada remaja putri sebesar 33,7%. Artinya dalam 2 tahun terjadi kenaikan angka anemia pada remaja sebesar 1,7%. Sedangkan menurut Dinkes Kabupaten Bondowoso tahun 2018 terdapat sekitar 39,2% remaja putri yang berisiko anemia. Kurangnya pengetahuan mengenai bahaya anemia dan kepatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dapat meningkatkan prevalensi anemia pada tahun yang akan datang. Dengan demikian, tim pelaksana kegiatan Pendidikan dan Konsultasi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember memilih topik peningkatan pengetahuan tentang bahaya anemia dan patuh minum TTD pada SMPN 7 di Kabupaten Bondowoso.

SMPN 7 Bondowoso, sebagai lembaga pendidikan yang dipilih menjadi tempat untuk melakukan intervensi edukasi guna meningkatkan kesadaran remaja terkait pentingnya pencegahan anemia dan patuh minum TTD dengan alasan letaknya yang strategis, yang lokasinya berada di tengah kota, tepatnya di Kotakulon Kabupaten Bondowoso. Salah satu pendekatan inovatif yang dilakukan adalah melalui kegiatan *Emotional Demonstration* (Emo-Demo), sebuah metode edukasi interaktif yang bertujuan menggugah emosi dan pemahaman peserta melalui demonstrasi langsung.

Tujuan

Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah.

Metode

Salah satu metode edukasi dalam promosi kesehatan adalah Emo-Demo. Teknik ini merupakan kegiatan demonstrasi dengan menggunakan kekuatan emosional dan merupakan

strategi komunikasi perubahan perilaku (Ibnu, 2024). Pelaksanaan Emo-Demo dilakukan di SMP Negeri 7 Bondowoso pada tanggal 7 Desember 2024. Peserta dalam kegiatan ini dengan melibatkan siswi kelas 7, 8, dan 9 SMP Negeri 7 Bondowoso yang berjumlah 44 siswi.

Pelaksanaan Emo-Demo pada peserta dimulai dengan tahap perkenalan dan penyampaian tujuan kegiatan oleh Wakil Kepala Sekolah SMP Negeri 7 Bondowoso. Berikutnya, penyampaian materi edukasi terkait anemia, *stunting*, dan gizi seimbang sebagai pengantar. Media yang digunakan dalam penyampaian materi edukasi dengan menggunakan materi bentuk *powerpoint* dan alat peraga Tumpeng Gizi Seimbang dari *styrofoam*. Pada kegiatan ini, peserta akan berpartisipasi aktif dengan menancapkan beberapa gambar bahan makanan pada papan Tumpeng Gizi Seimbang dari *styrofoam* untuk menunjukkan pola makan yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Kegiatan selanjutnya adalah mempraktikkan modul Emo-Demo dengan judul Eksperimen Biji Kacang (Ecang) untuk menunjukkan dampak kebiasaan rutin konsumsi tablet tambah darah terhadap risiko anemia pada remaja yang dilakukan oleh peserta secara interaktif.

Pelaksanaan kegiatan Emo-Demo Eksperimen Biji Kacang (Ecang) menggunakan alat peraga dari kacang tanah, *citric acid*, soda kue, air, gelas plastik, dan sendok plastik. Masing-masing alat peraga mengibaratkan sesuatu, di antaranya biji kacang tanah sebagai remaja putri, soda kue sebagai asupan makanan remaja putri, *citric acid* sebagai TTD, sedangkan gelas plastik sebagai tubuh remaja putri. Siswi ikut secara aktif dalam kegiatan Emo-Demo dengan mempraktikkan eksperimen biji kacang tanah.

Dalam Emo-Demo ini, terdapat 2 tim dengan setiap timnya beranggotakan 2 siswi. Tim A diibaratkan sebagai kelompok remaja putri yang rajin konsumsi TTD, pola hidup sehat, dan memiliki asupan makanan yang baik. Sedangkan tim B diibaratkan sebagai kelompok remaja putri yang tidak pernah konsumsi TTD, pola hidup tidak sehat, dan memiliki asupan makanan yang tidak baik. Pada akhir Emo-Demo akan dilakukan pengambilan kesimpulan materi berdasarkan hasil dalam eksperimen biji kacang oleh peserta.

Sebagai evaluasi dari kegiatan, peserta diberikan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur pengetahuan dan pemahaman peserta sebelum dan setelah kegiatan Emo-Demo dilakukan. Berdasarkan hasil Emo-Demo, evaluasi yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu meningkatnya persentase pengetahuan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi Emo-Demo yang dianalisis menggunakan uji statistik dengan jenis *paired t-test*. Uji *paired t-test* merupakan pengujian yang digunakan untuk membandingkan selisih dua *mean* dari dua sampel yang berpasangan dengan asumsi data berdistribusi normal. Data disajikan dengan bentuk sebuah tabel dan dalam bentuk narasi dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil

SMP Negeri 7 Bondowoso merupakan sekolah menengah pertama yang berada di daerah Bondowoso tepatnya di Kotakulon Kabupaten Bondowoso. Peserta yang hadir pada saat pelaksanaan kegiatan Emo-Demo ini berjumlah 44 siswi remaja putri kelas 7, 8, dan 9. Kegiatan ini dimulai pukul 07.30 WIB hingga 10.00 WIB. Peserta hadir tepat waktu, acara diawali dengan berdo'a dan pelaksanaan *pre-test*. *Pre-test* berisi 7 pertanyaan pilihan ganda terkait dengan materi yang akan disampaikan yaitu anemia dan *stunting*.

Sesi pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi 3 sesi dengan 1 sesi tambahan adalah *ice breaking*. Sesi pertama, diberikan materi terkait gizi seimbang dan permainan gizi seimbang yang

dipaparkan oleh tim mahasiswa, materi dibawakan kurang lebih sekitar 30 menit. Pada awal penyampaian materi siswi SMP Negeri 7 Bondowoso tampak kurang antusias, namun begitu di akhir sesi pemaparan materi pertama dan masuk ke dalam sesi permainan mulai terlihat antusias dari siswi-siswi SMP Negeri 7 Bondowoso.



Gambar 1. Materi gizi seimbang dan sesi Permainan

Sesi kedua dimulai pada pukul 08.25 WIB yang dihadiri lengkap 44 siswi dengan estimasi waktu penyampaian materi selama 30 menit. Pada sesi 2 ini siswi SMP Negeri 7 Bondowoso diberikan materi terkait anemia dan *stunting* serta pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah bagi remaja oleh tim mahasiswa.

Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan *ice breaking* dikarenakan siswi-siswi SMP Negeri Bondowoso sudah mulai terlihat penat. Kegiatan *ice breaking* dilaksanakan guna membangkitkan semangat pada siswi-siswi SMP Negeri 7 Bondowoso agar dapat fokus kembali sehingga menerima materi dengan baik. *Ice breaking* yang dilakukan melalui permainan sederhana yaitu menyalurkan botol dengan menyanyikan lagu bersama. Ketika nyanyian selesai, siswi yang menerima botol tersebut diharuskan untuk bernyanyi. Selain itu juga dilakukan menari bersama saat sesi *ice breaking* berlangsung.



Gambar 2. *Ice Breaking*

Kegiatan selanjutnya merupakan kegiatan Emo-Demo dengan eksperimen biji kacang (Ecang). Kegiatan Emo-Demo ini berkisar sekitar 20 menit. Eksperimen biji kacang dilakukan dengan menggunakan alat dan bahan sederhana yaitu kacang tanah, soda kue, *citric acid*, air, gelas, dan sendok. Pada Emo-Demo ini, kacang tanah diibaratkan sebagai remaja putri, soda kue diibaratkan sebagai asupan makanan sehari-hari, dan *citric acid* diibaratkan sebagai TTD. Berdasarkan eksperimen tersebut, gelas yang berisi air, kacang tanah, soda kue, dan *citric acid* menunjukkan reaksi di mana kacang bergerak aktif seperti menari-nari. Sedangkan gelas dengan isi yang sama namun tanpa diberikan *citric acid* tidak memiliki reaksi, hanya beberapa kacang tanah yang mengambang. Dari eksperimen tersebut, dapat disimpulkan bahwa TTD sangat berpengaruh terhadap kesehatan dan produktivitas remaja putri sehingga dapat mencegah remaja putri terkena anemia jangka panjang yang berisiko pada terjadinya *stunting* kelak.

Kelompok 3

SETIA
Sehat Tanpa Anemia dan Stunting untuk Anak Indonesia

KONSUMSI TTD PADA REMAJA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

TUJUAN PERMAINAN	Remaja dapat memahami bahwa konsumsi TTD dapat mencegah remaja dari anemia sehingga risiko melahirkan anak dengan kondisi stunting berkurang
SASARAN	<ul style="list-style-type: none"> • Remaja putri, usia 13-15 tahun • Siswi-siswi SMPN 7 Bondowoso
WAKTU	20 menit

Alat & Bahan

- Air + Gelas
- Kacang Tanah
- Soda Kue
- Citric Acid
- Sendok Makan

Salam Pembuka

Salam TTD Sehat! Supaya tambah comengat, yuk kita yakin TTD Sehat! Kari mulailah

Tablet TTD Sehat!

Ayo-ayo minum TTD
Minum TTD, beda kuit!
Cegah anemia, stunting juga
Remaja sehat, masa depan cerah
Sehat? Yea! Stunting? Nol!

5

Langkah-Langkah

ECANG
Eksperimen Biji Kacang

1. Siapkan alat dan bahan (gelas berisi air, kacang tanah, soda kue, dan citric acid).
2. Masukkan air sampai terisi kurang lebih 3/4 pada 2 gelas berbeda.
3. Masukkan 1 sendok makan kacang tanah pada masing-masing gelas (kacang dilibarkan sebagai anak sekolah).
4. Masukkan 1 sendok makan soda kue pada masing-masing gelas (soda kue dilibarkan sebagai asupan makanan sehari-hari).
5. Aduk sampai larut dan tercampur rata.
6. Masukkan 1 sendok makan citric acid pada salah satu gelas, lalu amati perubahan yang terjadi (citric acid dilibarkan sebagai TTD).
7. Tunjuk satu peserta untuk menyimpulkan terkait perubahan yang terjadi berhubungan dengan konsumsi TTD.

Kesimpulan

- Pentingnya konsumsi TTD setiap minggunya pada remaja putri untuk pencegahan anemia.
- Konsumsi TTD selain dapat mencegah anemia juga untuk mengurangi risiko stunting pada anak yang dilahirkan nantinya.
- Dengan mengatasi anemia pada remaja putri, risiko melahirkan anak dengan stunting dapat diminimalkan. Kondisi ibu yang sehat cenderung melahirkan bayi dengan nutrisi yang cukup.

“Sehatkan anak, hindari anemia, bersama atasi stunting!”

6

Gambar 3. Modul Emo-Demo



Gambar 4. Eksperimen Biji Kacang

Peserta dalam kegiatan ini yaitu remaja putri dengan usia 13 sampai 15 tahun yang merupakan masa optimal untuk menanamkan perilaku dan kebiasaan terkait pentingnya mengonsumsi TTD sehingga meminimalisir terjadinya anemia dalam jangka panjang yang merupakan faktor risiko kejadian *stunting* anak di masa depan.

Tabel 1. Jenis Peserta

Jenis Sekolah	Kelas	Jumlah	Persentase
SMP	7	10	23%
	8	15	34%
	9	19	43%
	Total	44	100%

Berdasarkan tabel 1.1, menunjukkan jenis peserta pada remaja putri di SMPN 7 Bondowoso yaitu terdiri dari siswi kelas 7 sebanyak 10 orang (23%), siswi kelas 8 sebanyak 15 orang (34%), dan siswi kelas 9 sebanyak 19 orang (43%).

Hasil kegiatan edukasi dan Emo-Demo ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang pentingnya zat besi dan tablet tambah darah yang terlihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang sudah dilakukan.

Tabel 2. Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

No.	Soal	Pre-test benar	Pre-test salah	Post-test benar	Post-test salah
1.	Tujuan pemberian TTD	93%	7%	98%	2%
2.	Penyebab utama anemia	56%	44%	89%	11%
3.	Definisi <i>stunting</i>	59%	41%	82%	18%
4.	Akibat tidak konsumsi TTD	84%	16%	89%	11%
5.	Jumlah rekomendasi konsumsi TTD	91%	9%	100%	0%
6.	Tanda-tanda anemia	77%	23%	100%	0%
7.	Faktor utama <i>stunting</i> yang berkaitan dengan anemia	77%	23%	100%	0%
Rata-rata		76,7%	23,3%	94%	6%

Hasil analisis rata-rata pengetahuan peserta sebelum dilakukan edukasi menggunakan Emo-Demo menunjukkan bahwa persentase pengetahuan peserta terkait anemia dan *stunting* melalui *pre-test* dengan jawaban benar sudah cukup baik yaitu sebesar 76,7% dan setelah diberikan edukasi dan Emo-Demo menjadi 94% yang bermakna sangat baik.

Diskusi

Pemilihan judul kegiatan kali ini dikarenakan adanya kesadaran akan pentingnya edukasi terkait pentingnya zat besi dan tablet tambah darah yang sangat penting bagi remaja putri. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mengurangi risiko meningkatnya angka *stunting* yang masih tinggi di Bondowoso. Selain itu, dikarenakan kurangnya pemahaman mengenai pentingnya konsumsi TTD selama remaja dan pada saat fase menstruasi yang sangat penting untuk masa remaja dan pada kehamilan nantinya. Remaja berada pada fase yang sangat mudah dipengaruhi oleh lingkungan luar dan cenderung kurang memperhatikan keseimbangan antara energi yang dikonsumsi dan energi yang dikeluarkan (Baroroh, 2022). Masa remaja ditandai dengan pencarian jati diri dan emosi yang cenderung bergejolak, sehingga mereka sering tertarik mencoba hal-hal baru, termasuk permainan. Metode Emo-Demo dalam edukasi gizi dapat menarik minat remaja untuk mengadopsi perilaku positif baru (Ningtyias *et al.*, 2019). Metode Emo-Demo adalah pendekatan edukasi berbasis teori *Behaviour Centered Design* (BCD) yang menggabungkan strategi komunikasi untuk perubahan perilaku. Metode ini bertujuan menciptakan perubahan perilaku positif melalui interaksi antara individu, kelompok, atau masyarakat (Rohmawati, 2023).

Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa edukasi dan Emo-Demo terkait anemia, *stunting*, dan manfaat konsumsi TTD pada remaja putri. Peningkatan pengetahuan responden diharapkan dapat mendorong terbentuknya sikap positif, yang merupakan kesiapan individu sebelum berperilaku. Sikap juga dapat diartikan sebagai respons seseorang, baik berupa persetujuan maupun penolakan terhadap suatu hal (Nurjanah, *et al.*, 2024).

Berdasarkan hasil dari uji *paired sample t-test* didapatkan rata-rata *pre-test* adalah 5,54, sedangkan rata-rata *post-test* adalah 6,34 yang menunjukkan kenaikan sebesar 0,89. Berdasarkan hasil perhitungan t-test menunjukkan *p-value* <0,05. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan kearah yang lebih baik antara *pre-test* dan *post-test*. Melalui hasil dari *paired samples correlation* didapatkan korelasi antara *pre-test* dan *post-test* adalah 0,674 yang menunjukkan hubungan positif antara kedua variabel. Korelasi 0,674 dan *p-value* 0,000 menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan dan cukup kuat antara skor *pre-test* dan *post-test*, sehingga terdapat perubahan yang cukup kuat antara *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil dari uji *paired samples test*, diketahui bahwa signifikansi (*2-tailed*) yaitu 0,000 yang berarti kurang dari 0,005. Maknanya, H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga terdapat perbedaan rata-rata antara hasil *pre-test* dengan *post-test* yang bermakna terdapat pengaruh edukasi Emo-Demo dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 7 Bondowoso.

Adanya peningkatan pengetahuan siswi setelah pemberian edukasi dan *Emo-Demo* dalam penelitian ini disebabkan adanya penambahan wawasan terkait gizi khususnya mengenai anemia dan *stunting* yang sebelumnya kurang dipahami menjadi lebih diketahui dan dimengerti. Metode edukasi kombinasi ini juga diselingi permainan seperti menancapkan bahan pangan pada tumpeng gizi seimbang dan eksperimen biji kacang sehingga pesan gizi lebih mudah diterima. Hasil ini sejalan dengan penelitian Ahmad dan Afrizal (2024) di SMA 4 Muhammadiyah Jakarta yang menunjukkan bahwa edukasi dengan metode *Emo-Demo* secara signifikan meningkatkan pengetahuan ($p = 0,001$) dan sikap ($p = 0,025$) siswi mengenai anemia. Selain itu, penerapan *Emo-Demo* pada kader Posyandu Mawar di Bogor (Yusuf *et al.*, 2022) memperlihatkan bahwa

kombinasi penyampaian materi dengan demonstrasi interaktif dan *role play* lebih efektif meningkatkan keterlibatan serta pemahaman peserta. Dengan demikian, penggunaan *Emo-Demo* dalam berbagai konteks terbukti lebih efektif dibandingkan edukasi satu arah saja, sehingga mendukung temuan penelitian ini bahwa pendekatan edukasi interaktif mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait anemia.

Kesimpulan

Berdasarkan keseluruhan kegiatan mulai dari penyampaian materi edukasi terkait anemia, *stunting*, dan gizi seimbang sebagai pengantar, hingga Emo-Demo eksperimen biji kacang (Ecang) dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman para siswi kelas 7, 8, dan 9 di SMPN 7 Bondowoso sehingga diharapkan terjadi perubahan perilaku setelah edukasi. Metode Emo-Demo merupakan salah satu metode yang efektif sebagai media pembelajaran guna meningkatkan pengetahuan yang mudah untuk dilakukan dan diterapkan sebagai upaya pencegahan *stunting*. Berdasarkan hasil evaluasi menggunakan lembar *pre-test* dan *post-test* dapat disimpulkan terjadi peningkatan sebesar 17,3%. Saran yang dapat diberikan kepada pihak sekolah yakni melakukan monitoring dan evaluasi kepada seluruh siswi kelas 7, 8, dan 9 di SMPN 7 Bondowoso untuk selalu menerapkan pola hidup sehat, sesuai dengan edukasi yang telah diberikan. Pemberian edukasi secara berkala juga dapat dilakukan melalui pelatihan kader UKS sehingga keberlanjutan kegiatan edukasi di sekolah dapat lebih terjaga dan dilaksanakan secara maksimal

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami ucapkan kepada pihak SMP Negeri 7 Bondowoso yang telah bersedia meluangkan waktu, memfasilitasi, dan berpartisipasi dalam kegiatan yang diadakan oleh tim mahasiswa Kelompok 3 Pendidikan dan Konsultasi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember.

Daftar Pustaka

1. Ahmad, M. A., & Afrizal, H. (2024). Pengaruh edukasi Emo-Demo tentang anemia terhadap pengetahuan dan sikap siswi di SMA 4 Muhammadiyah Jakarta. *Berajah Jurnal*, 6(1), 45–52.
2. Baroroh, I. (2022). Peningkatan Pengetahuan tentang Pemenuhan Gizi Remaja dan Edukasi Pencegahan. *Jurnal ABDIMAS-HIP*, 3(2), 60–64.
3. Fayasari, A., et al. (2023). Pencegahan Dini Anemia pada Remaja Putri Awal di SMP Al'Araf Indonesia melalui Edukasi dan Demo Masak Camilan Tinggi Zat Besi. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 112–117.
4. Hidana, R., Wahyani, A. D., Simanjuntak, R. R., & Lestari, Y. N. (2022). Bagaimana Status Menarche Berpengaruh terhadap Status Gizi serta Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Remaja Putri?. *NUTRIZIONE (Nutrition Research and Development Journal)*, 2(1), 19–35.
5. Ibnu, I. N., Perdana, S. M., & Kasyani. (2024). Edukasi Emotional Demonstration untuk Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Minat terhadap Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMP di Kota Jambi. *JPGKM*, 1(2), 39–46.
6. Marzuki, D. S., Tahirim, N., Sahid, M. R. A., Sudirman, N. M. S., Putri, N. N., Arny, S. S. T., Athaya, F., & Lathifatunnisa. (2024). Emo-Demo Pentingnya Zat Besi dan Tablet Tambah Darah di SMPN 1 Ma'rang, Pangkep. *Jurnal Altifani*, 4(2), 169–173.

7. Muchtar, F., Rejeki, S., Elvira, I., & Hastian. (2023). Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), 138–144.
8. Ningtyias, F. W., Adi, D. I., Yuniarti, R., Widowati, N., & Debriani, A. (2022). Edukasi Pentingnya Pemantauan Status Gizi Anak melalui Metode Emotional Demonstration (Emo-Demo). *Journal of Community Engagement and Empowerment*, 4(2), 81–90.
9. Ningtyias, F. W., Purnamasari, D. A., Hanin, Y., Astuti, N. F. W., & Adi, D. I. (2019). Pengenalan Keanekaragaman Pangan Melalui Metode Emotional Demonstration (Emo-Demo) Tumpeng Gizi Pada Siswa MTs Negeri 2 Jember. *Prosiding Artikel SENIAS*, 142–147.
10. Nurak, A., & Bakri, H. (2022). Peran Pemerintah Daerah Kabupaten Pegunungan Bintang Dalam Penanggulangan Stunting. *DINAMIS*, 19(1), 58–62.
11. Nurjanah, S., Purwaningtyas, D. R., & Rahayu, N. S. (2024). Efektivitas Emo-Demo Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, Serta Konsumsi Sayuran Dan Buah Pada Remaja. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 5(2), 243–250.
12. Pratiwi, R. M., Andriana, D. T., Kusumajati, A. A., Nimah, M., Azhar, F., Maula, L. H., Sari, I. N., Rahmawati, J., Veronica, P., Al Ayubi, Z. A., Hasan, M. A., Salwah, & Apriani, A. N. (2021). Penyuluhan kepada Remaja Puteri di Dusun Kunden-Kamijoro Terkait PHBS, Gizi Seimbang dan Anemia. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(1), 39–47.
13. Purba, T. H., Soromi, S., Demitri, A., & Maisyaroh, Y. (2022). Hubungan Konsumsi Sayur Dan Buah Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Kelurahan Mabar Kota Medan. *Scientia Journal*, 11(2), 61–70.
14. Putri, F., K. (2021). Emo-Demo Pentingnya Zat Besi dan Tablet Tambah Darah Pada Siswi SMP Labschool UM, Malang. *Jurnal UNUSA*, 1(1), 130–135.
15. Rifani, S., Liddini, L., Fatimah, N. N., Antoni, D. H., Laraswati, A., Sabin, A. M., Maylina, F., Fauzia, S., Purwanti, R., Rahma, D., & Zulfa A. (2024). Edukasi Pencegahan Anemia melalui Gerakan Minum Tablet Tambah Darah bagi Remaja Putri di Desa Mlandi, Kabupaten Wonosobo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 4(2), 155–163.
16. Rohmawati, N., Antika, R., Rachmawati, S., & Hermilasari, R. (2023). Pesan Gizi Seimbang “Isi Piringku” untuk Mencegah Stunting melalui Media Modul Emo-Demo. *UNEJ E-Proceeding*, 22–27.
17. Siswanti, D. N., Sari, N. F., Ilham, N. F., T’sana, A. A., & Nurwahidah. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Psikoedukasi Kepada Remaja. *INOVASI: Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 64–67.
18. Yusuf, A. M., Alfiah, E., Rahmawati, L. A., Umami, Z., & Langit, A. S. S. (2022). Pengenalan Media Edukasi Emo-Demo terkait Gizi Ibu dan Anak pada Kader Posyandu Mawar, Desa Cikarawang, Bogor. *Prosiding Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat*, 123–129.