



### Pelajar Yogya Deklarasi Anti Anemia

**P**elajar SMA Negeri 11 Yogyakarta mendeklarasikan gerakan cantik dan cerdas tanpa anemia. Pada acara itu, sekaligus ditetapkan 87 siswa dari kelas X dan XI menjadi motivator gerakan tersebut untuk pelajar lain.

Deklarasi gerakan tersebut yang dilaksanakan Senin (13/5) lalu itu dimotori oleh Puskesmas Jetis melalui program peningkatan gizi masyarakat yang terintegrasi dalam kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di SMA Negeri 11 Yogyakarta.

"Tujuan dari gerakan ini adalah mencegah anemia pada remaja putri di SMA Negeri 11 dan akan dikembangkan di SMA lain," kata Kepala Puskesmas Jetis, Ernawati Hardani.

Gerakan tersebut dilatarbelakangi hasil penelitian yang dilakukan Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta bekerja sama dengan Universitas Gajah Mada pada 2012. Penelitian menunjukkan 34 persen remaja putri di Yogyakarta mengalami anemia.

Banyaknya remaja putri yang terkena anemia, lanjut dia, disebabkan adanya kecenderungan kesalahan penerapan pola makan pada remaja.

"Remaja putri biasanya takut gemuk, sehingga menerapkan pola diet yang salah, misalnya tidak mengonsumsi nasi. Padahal usia remaja masih membutuhkan asupan gizi yang baik untuk tumbuh dan berkembang mulai dari karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan mineral," katanya.

Untuk mendukung gerakan tersebut, Puskesmas Jetis akan menyediakan tablet tambah darah gratis satu kali dalam sepekan selama satu bulan untuk 274 siswa, baik putra atau putri.

"Namun demikian, tablet tambah darah tidak akan bermanfaat bila tidak disertai dengan pola makan yang baik," katanya.

Dalam deklarasi gerakan cantik dan cerdas tanpa anemia, para pelajar menyatakan akan berkomitmen mengonsumsi gizi seimbang, meningkatkan asupan makanan sumber zat besi, dan sebelum selama serta sesudah menstruasi minum tablet tambah darah.

Salah satu motivator gerakan cantik dan cerdas tanpa anemia, Sri Maharini, mengatakan bahwa tubuh membutuhkan zat gizi dan vitamin serta asupan protein dan karbohidrat dalam jumlah yang seimbang.

"Sarapan pagi sangat diperlukan agar tidak terkena anemia," katanya.

Sedangkan Ketua Tim Penggerak Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) Kota Yogyakarta, Tri Kirana Muslidatun mengatakan kegiatan tersebut merupakan bentuk inovasi yang harus diapresiasi secara positif.

"Kegiatan ini bisa dikembangkan di sekolah lain bahkan di jenjang sekolah menengah pertama, karena banyak remaja putri yang sudah mengalami menstruasi di usia itu," katanya.

■ yulianingsih



Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. Dinas Pendidikan	Positif	Biasa	Untuk Diketahui
2. Dinas Kesehatan			
3. TP. PKK/ Dekranasda			

Yogyakarta, 09 Juli 2026  
Kepala

**Ig. Trihastono, S.Sos. MM**  
NIP. 19690723 199603 1 005