

EDUKASI KESEHATAN TENTANG PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP BINTANG LANGKAT

Siswanto Pabidang¹, Evy Ernawati², Mudrika³

^{1,2,3}Program Studi Magister Kebidanan, Stikes Guna Bangsa Yogyakarta, Indonesia

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Diterima, 4 Juni 2025

Direvisi, 17 Juni 2025

Diterima, 28 Juni 2025

Kata Kunci:

Edukasi

Anemia

Remaja Putri

Buku Saku PATEN

ABSTRAK

Program kesehatan pada remaja sesuai dengan Permenkes RI No. 88 tahun 2014 tentang standar Tablet Tambah Darah (TTD) bagi wanita usia subur dan ibu hamil melalui upaya mencegah anemia pada remaja putri yaitu program pembagian Tablet Tambah Darah (TTD) yang diinisiasi oleh Kementerian Kesehatan sejak tahun 2014. Penyaluran TTD kepada remaja putri melalui perantara pihak sekolah. Kemudian, sekolah diberikan tanggung jawab untuk melaksanakan kegiatan konsumsi TTD bersama satu minggu satu kali. Hal ini merupakan upaya pencegahan anemia pada remaja putri dikarenakan remaja puteri adalah calon ibu. Tujuan kegiatan pengabdian adalah untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja putri dalam bentuk pemberian edukasi melalui buku saku remaja PATEN di SMP Bintang Langkat Kabupaten Langkat berjumlah sebanyak 40 remaja putri. Hasil kegiatan dilakukan dengan memberikan edukasi tentang pencegahan anemia pada remaja putri dengan menggunakan buku saku remaja PATEN yang dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab guna memberdayakan remaja putri. Kegiatan dilakukan selama dua minggu yaitu tanggal 21 dan 28 Februari 2025 di SMP Bintang Langkat. Diharapkan kegiatan ini dapat dilaksanakan secara rutin dan mendapat dukungan dari semua pihak sekolah ataupun pihak kesehatan.

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



Corresponding Author:

Siswanto Pabidang,

Program Studi Magister Kebidanan,

STIKes Guna Bangsa Yogyakarta,

Jl. Padjajaran No.Kel, Ngringin, Condongcatur, Kec. Depok, Sleman 55283.

Email: siswanto@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Anemia adalah masalah kesehatan masyarakat yang dapat meningkatkan angka morbiditas mortalitas. Pencegahan anemia remaja puteri merupakan salah satu upaya untuk menurunkan Angka Kematian Ibu, pemahaman akan pencegahan anemia remaja puteri sangat penting dikarenakan remaja puteri adalah calon ibu. Rekomendasi WHO pada *World Health Assembly* (WHA) ke-65 yang menyepakati rencana aksi dan target global untuk gizi ibu, bayi, dan anak, dengan komitmen mengurangi separuh (50%) prevalensi anemia pada WUS pada tahun 2025. Menindaklanjuti rekomendasi rekomendasi tersebut maka pemerintah Indonesia melakukan intensifikasi pencegahan dan penanggulangan anemia pada pada remaja putri dan WUS dengan memprioritaskan

pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) melalui institusi sekolah. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan RI tahun 2015-2019 menargetkan cakupan pemberian TTD pada remaja putri secara bertahap dari 10% (2015) hingga mencapai 30% (2019). Diharapkan sektor terkait ditingkat pusat dan daerah mengadakan TTD secara mandiri sehingga intervensi efektif dengan cakupan dapat dicapai hingga 90% (*The Lancet Series Maternal and Child Nutrition, 2013*) (Kemenkes RI 2022).

Data Riset Kesehatan Dasar Riskesdas (2018) menyebutkan secara nasional prevalensi anemia berdasarkan gizi besi pada remaja usia 10-19 tahun sebesar 76,2%. Anemia dapat mengakibatkan mudah lelah, penurunan produktifitas dan kreativitas, daya tahan tubuh melemah sehingga mudah terserang penyakit. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan menderita anemia, dikarenakan mengalami menstruasi secara rutin setiap bulan. Pendidikan kesehatan mengenai cara pencegahan anemia pada remaja menjadi penting dilakukan demi generasi muda yang prima (Yusnita et al. 2024). Menurut data RISKESDAS pada 2018 telah terjadi peningkatan anemia khusus ibu hamil sebesar 11,8% daripada tahun 2013. Serta 37,1% ibu hamil menderita anemia pada tahun 2013 serta pada tahun 2018 mencapai 48,9% (Kemenkes RI, 2018).

Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara bekerja sama dengan Dinas Kesehatan Kabupaten Langkat dalam program penanggulangan tingginya prevalensi anemia pada remaja putri yang disebut Program Pencegahan dan Pengendalian Anemia Gizi Besi (PPAGB). Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2019 mencantumkan Kabupaten Langkat sebagai salah satu dari 13 kabupaten/kota yang tidak memiliki atau belum melaporkan data cakupan pemberian Tablet Tambahan Darah (TTD) pada remaja putri. Hal ini dilakukan dengan memberikan tablet tambah darah kepada remaja putri selama empat bulan, yang harus dikonsumsi sesuai aturan agar remaja putri tidak mengalami anemia gizi besi. Selain TTD, skrining anemia sangat penting hanya sedikit orang, bahkan remaja yang memeriksakan kadar hemoglobin mereka (Koka et al. 2022).

Puskesmas Pantai Cermin di Kabupaten Langkat merupakan salah satu puskesmas yang sudah mengikuti program pemerintah minum tablet Fe secara rutin yang mana pendistribusiannya melalui petugas gizi dan petugas KESPRO pada kegiatan UKS dan posyandu remaja di 28 sekolah tingkat SMP dan SMA, adapun tingkat SMP nya sebanyak 18 sekolah dan tingkat SMA sebanyak 10 sekolah. Berdasarkan hasil pemeriksaan remaja putri SMP Bintang Langkat didapatkan 7 dari 10 remaja putri mengalami anemia.

Sesuai rekomendasi WHO tahun 2011, upaya penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur difokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan, yaitu peningkatan makanan kaya zat besi, suplemen (TTD), serta peningkatan fortifikasi bahan pangan dengan zat besi dan asam folat. Suplementasi TTD pada remaja putri dan wanita usia subur merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh (Fathony, Amalia, and Lestari 2022).

Langkah pemerintah dalam upaya mencegah anemia pada remaja putri yaitu melalui program pembagian Tablet Tambah Darah (TTD) sesuai dengan Permenkes RI No. 88 tahun 2014 tentang standar TTD bagi wanita usia subur dan ibu hamil (Permenkes, 2014). Program ini diinisiasi oleh Kementerian Kesehatan sejak tahun 2014. Penyaluran TTD kepada remaja putri melalui perantara pihak sekolah. Kemudian, sekolah diberikan tanggung jawab untuk melaksanakan kegiatan konsumsi TTD bersama satu minggu satu kali. Penelitian oleh McLoughlin (2020) menyatakan TTD menjadi intervensi yang efektif mengurangi anemia pada remaja putri (Yusnita et al. 2024).

Edukasi pencegahan anemia pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kepada masyarakat, kelompok, atau individu dengan harapan agar

bisa memperoleh pengetahuan yang lebih baik sehingga dapat berpengaruh sikap dan perilaku. Beberapa faktor yang mempengaruhi proses edukasi yaitu metode, materi atau pesannya, pemateri yang melakukannya, dan alat-alat bantu atau media yang digunakan untuk menyampaikan pesan. Edukasi pencegahan anemia tidak dapat lepas dari metode yang menarik salah satunya adalah metode *brainstorming* sehingga pesan-pesan yang disampaikan dapat lebih menarik dan dipahami, sehingga sasaran dapat mengadopsi perilaku yang positif (Rasdianah, Yusuf, and Tandiabang 2023).

2. METODE

Pendekatan pada pengabdian masyarakat yang dilakukan di SMP Bintang Langkat dengan melakukan edukasi kesehatan tentang pencegahan anemia pada remaja putri yang memfokuskan pada pemberdayaan remaja putri dengan upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan catin menggunakan buku saku remaja PATEN yang diikuti oleh 40 orang peserta remaja putri. Metode yang digunakan saat kegiatan pengabdian masyarakat yaitu ceramah, diskusi dan tanya jawab serta diawal sebelum tahapan ceramah dan diskusi, responden diberikan kuesioner pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden tentang bahaya anemia pada remaja terutama remaja putri. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan selama 2 minggu yang dimulai sejak tanggal 21 dan 28 Februari 2025 di SMP Bintang Langkat. Ada tiga tahapan alur pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan melakukan sosialisasi melalui edukasi kesehatan tentang pencegahan anemia di SMP Bintang Langkat Kabupaten Langkat menggunakan buku saku remaja PATEN yaitu tahapan persiapan seperti melakukan koordinasi kepihak sekolah, persiapan peserta, koodinasi tim, persiapan tempat dan materi yang akan disampaikan ke remaja putri. Pada tahapan kedua adalah tahapan pelaksanaan sebelum memberikan materi melakukan uji kuesiaoner atau pre-test setelah itu dengan pemberian materi tentang pencegana anemia pada remaja dengan buku saku remaja PATEN melalui ceramah tanya jawab dan diskusi kepada siswi putri dan tahapan akhir yaitu evaluasi atau monitoring dengan melakukan penilaian dari pengetahuan remaja putri dari *pre-test* dan *post test*.

3. HASIL DAN ANALISIS

SMP Swasta Bintang Langkat, berlokasi di Jl. Stabat - Secanggih Dusun I Ara Condong, Kec. Stabat, Kab. Langkat, Prov. Sumatera Utara, merupakan sekolah swasta yang berkomitmen untuk memberikan pendidikan berkualitas bagi generasi muda di Langkat. Dengan luas tanah mencapai 11.600 meter persegi, SMP Swasta Bintang Langkat memiliki fasilitas yang memadai untuk menunjang proses belajar mengajar. Sekolah ini beroperasi dengan waktu penyelenggaraan pagi selama 6 hari dalam seminggu, menandakan dedikasi sekolah untuk memberikan pembelajaran yang optimal kepada siswa SMP Swasta Bintang Langkat telah mendapatkan akreditasi "B" dengan nomor SK 789/BANSM/PROVSU/LL/X/2018 tertanggal 10-10-2018, menunjukkan komitmen sekolah untuk terus meningkatkan kualitas pendidikan dan pengajaran.



Gambar 1. Pengmas di SMP Swasta Bintang Langkat

Anemia merupakan kondisi dimana jumlah sel darah merah lebih rendah dari kadar hemoglobin (Hb) normal yaitu < 12 g/dL. Pemeriksaan deteksi dini anemia bertujuan untuk mencegah terjadinya anemia, edukasi kesehatan tentang bahaya anemia penting dilakukan sehingga pengabdian masyarakat di SMP Swasta Bintang Langkat adalah suatu upaya untuk memberdayakan remaja putri dalam meningkatkan kesadaran diri akan pentingnya menjaga kesehatan yang berpengaruh pada kesehatan reproduksinya. Selain pemeriksaan Hb, edukasi kesehatan tentang pencegahan anemia dengan menggunakan buku saku remaja PATEN merupakan salah satu bentuk pencegahan yang dilakukan tenaga kesehatan untuk mengatasi anemia pada remaja putri. Buku saku remaja PATEN (**PA**ham **TE**rhadap **a**Nemia) sebagai buku edukasi dan jadwal minum tablet zat besi (Fe) merupakan buku pegangan bagi remaja sehat bebas anemia. Tiga langkah pada tahapan yang akan dilakukan dalam pemberian edukasi kesehatan tentang pencegahan anemia pada remaja putri dengan menggunakan buku saku remaja PATEN, antara lain:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap awal kegiatan yang dilakukan adalah mengurus untuk kegiatan pengabdian Masyarakat diantaranya:

- a. Melakukan koordinasi dengan kepala sekolah dan wakil kepala sekolah serta bagian kesiswaan di SMP Bintang Langkat.
- b. Melakukan persiapan pengumpulan siswa putri di Aula sekolah atau dilokasi yang ditentukan pihak sekolah untuk melakukan kegiatan.
- c. Melakukan koordinasi dengan tim pengabdian yaitu enumerator untuk membantu dalam pengabdian masyarakat.
- d. Menyiapkan tempat dan pelaksanaan kegiatan pemberian edukasi seperti leaflet, PPT, spanduk, meja, dan keperluan penyuluhan untuk mempermudah dalam kegiatan.



Gambar 2. Persiapan Pengmas dan Menganalisis Remaja Putri Untuk Edukasi Kesehatan

2. Tahap Pelaksanaan

Tahapan yang kedua adalah tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, dimana kegiatan ini dilakukan selama 2 minggu dimulai pada tanggal 21 dan 28 Februari 2025, bertempat di SMP Bintang Langkat Kabupaten Langkat Sumatera Utara. Pada awal kegiatan terdiri dari pembukaan oleh moderator dan sambutan dari kepala sekolah dan guru BK. Pemberian materi edukasi kesehatan yang bertujuan untuk mencegah anemia pada remaja putri dengan pendekatan melalui pemberdayaan remaja sehingga meningkatkan pengetahuan dan merubah sikapnya untuk selalu menjaga kesehatan reproduksi. Sebelum memberikan penjelasan terkait anemia, penulis melakukan pre-test untuk menganalisis pengetahuan dari peserta atau remaja putri. Hasil pre-test dianalisis untuk kebutuhan bahan dari materi yang akan disampaikan pada saat pelaksanaan edukasi kesehatan tentang pencegahan anemia pada remaja putri.



Gambar 3. Pengarahan Dan Pre-Test Tentang Edukasi Kesehatan Anemia Pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil pre-test menunjukkan hasil yang membutuhkan adanya edukasi kesehatan dan mengingat pengetahuan ini penting bagi remaja putri. Edukasi pencegahan anemia pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kepada masyarakat, kelompok, atau individu dengan harapan agar bisa memperoleh pengetahuan

yang lebih baik sehingga dapat berpengaruh sikap dan perilaku. Menerapkan perilaku pencegahan anemia sejak dini sangatlah penting terutama bagi remaja putri agar mampu mempersiapkan diri dengan baik dalam menghadapi kehamilan dan persalinan di masa dewasanya kelak. Isi materi tertuang dalam buku saku remaja PATEN merupakan buku yang dirancang oleh penulis untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri sadar akan pentingnya menjaga kesehatan terutama tentang pencegahan anemia. Anemia pada remaja putri dapat berdampak panjang bagi dirinya dan juga anak yang dilahirkan kelak. Dampak dari anemia adalah terganggunya pertumbuhan dan perkembangan, meningkatnya kerentanan terhadap infeksi karena sistem kekebalan tubuh yang menurun, hingga lebih rentan terhadap keracunan. Buku saku remaja PATEN yang dimaksud adalah (**PA**ham **TE**rhadap **a**Nemia) yang berisi tentang pedoman gizi seimbang, fortifikasi makanan yang dikonsumsi remaja, suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) dan pengobatan penyakit penyerta. Hal ini merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia.



Gambar 4. Buku Saku Remaja PATEN (PAham TERhadap aNemia)

Remaja memiliki peranan penting dalam pembangunan dan perkembangan suatu bangsa, karena remaja yang sehat merupakan investasi masa depan. Salah satu masalah kesehatan yang menjadi beban pada remaja, khususnya remaja putri adalah anemia. Anemia merupakan kondisi penyakit yang ditandai dengan kurangnya sel darah merah dalam tubuh sehingga menyebabkan kondisi lelah, letih, lesu dan berdampak pada produktivitas penderita. Di samping itu, remaja putri yang mengalami anemia berisiko lebih besar melahirkan Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) dan *stunting* (Sartika et al. 2021). Prevalensi anemia pada remaja di Indonesia tergolong cukup tinggi, yaitu sebesar 32%.

Oleh karena itu, penanggulangan dan pencegahan anemia pada remaja putri menjadi masalah kesehatan yang difokuskan oleh pemerintah (Kemenkes RI 2018b). Edukasi kesehatan yang diberikan adalah upaya untuk menghasilkan pengetahuan dan pemahaman yang baik bagi remaja putri tentang bahaya anemia. Menstruasi yang terjadi setiap bulanannya menyebabkan para remaja putri mudah mengalami anemia, yaitu kondisi dimana sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari biasanya. Sehingga membuat tubuh lebih mudah lemas dan mudah untuk pingsan. Dampak lain yang dapat ditimbulkan dari anemia juga menyebabkan para remaja putri mengalami berbagai kondisi seperti: 1) Penurunan imunitas sehingga lebih rentan terpapar berbagai penyakit infeksi; 2) Penurunan konsentrasi belajar di kelas; 3) Penurunan prestasi di sekolah; 4) Penurunan kebugaran dan produktivitas kerja.

Upaya pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) menjadi penting untuk diberikan untuk remaja putri dalam proses pertumbuhannya. Selain untuk meminimalisir potensi anemia yang berakibat terhadap kesehatan dan prestasi di sekolah, pemberian tablet tambah darah juga untuk mempersiapkan kesehatan remaja putri pada saat sebelum menjadi seorang ibu. Pemberian TTD pada remaja putri ini untuk mencegah ibu nantinya melahirkan bayi dengan tubuh pendek (*stunting*) atau berat badan lahir rendah (BBLR), dengan minum TTD secara rutin, diharapkan mampu mengurangi potensi anemia dan lahirnya bayi dalam keadaan *stunting* dari para ibu di Indonesia, sehingga terciptanya generasi muda dan generasi penerus yang sehat serta mampu berdaya saing dapat terbentuk dengan maksimal. Menurut (Helmyati et al. 2023) TTD merupakan suplemen gizi dengan kandungan zat besi setara 60 mg besi elemental dan 400 µg asam folat yang diberikan secara gratis melalui Puskesmas/Pustu dan sekolah serta dapat diperoleh secara mandiri dari apotek terdekat. Penerimaan program tablet tambah darah (TTD) secara umum masih sangat rendah dan masih jauh dibawah target konsumsi TTD nasional pada tahun 2024 sebesar 58%. Faktor yang memengaruhi penerimaan program TTD ini antara lain yaitu faktor personal yang meliputi pengetahuan, motivasi, efikasi diri, dan sikap, faktor sosiopsikologi yang meliputi orang tua dan teman sebaya, kebijakan dan komitmen sekolah, serta tablet tambah darah yang diberikan.



Gambar 5. Penyampaian Materi Buku Saku Remaja PATEN

Petugas kesehatan telah menyampaikan materi dengan cukup baik sehingga pengetahuan remaja putri meningkat setelah dilakukan edukasi kesehatan tentang anemia.

Setelah dilakukan edukasi kesehatan remaja putri diberikan kesempatan untuk bertanya sehingga menghasilkan unpan balik pada saat diskusi berlangsung dan menciptakan interaksi yang positif antara remaja putri dengan petugas kesehatan, sehingga didapatkan hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini antara lain:

- a. Kegiatan tersebut diikuti oleh 40 orang remaja putri di Sekolah Bintang Langkat.
- b. Keaktifan dari seluruh siswa yang hadir dilihat dari antusias dalam mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat.
- c. Remaja putri mengetahui masalah anemia dan cara mencegah agar tidak mengalami anemia.

Rendahnya kesadaran remaja dalam meminum Tablet Tambah Darah (TTD) juga dipengaruhi oleh orangtua dan lingkungan yang tidak memiliki kesadaran pentingnya konsumsi zat besi salah satunya melalui tablet tambah darah. Pemberian TTD pada remaja putri dilakukan setiap 1 kali seminggu. Pemberian TTD ini diberikan secara *blanket approach* dimana seluruh remaja putri diharuskan meminum TTD untuk mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh tanpa dilakukan skrining awal terlebih dahulu. Semua lingkungan harus mendukung sehingga berpengaruh positif dalam merubah mindset remaja putri. Kendala yang dihadapi setelah meminum TTD terdapat beberapa keluhan yang dirasakan remaja, sehingga mindset remaja belum berubah seperti takut minum TTD karena setelah minum ada yang mengalami mual yang berpengaruh kepada nafsu makan. Jadi saat ini untuk membangun kesadaran remaja putri meminum TTD harus melibatkan semua lingkungan mulai dari lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat dan negara. Dukungan orang tua berperan dalam membentuk keyakinan dan cenderung membentuk persepsi positif terhadap konsumsi TTD remaja putri untuk mencegah risiko anemia (Dwiyana et al. 2024).

3. Tahap Evaluasi

Kegiatan akhir adalah evaluasi kegiatan dengan melakukan evaluasi berupa post test untuk mengetahui sejauh mana remaja putri memahami dari materi pencegahan anemia menggunakan buku saku remaja PATEN. Berikut ini adalah hasil pre test dan *post test* yang telah dilakukan.

Tabel 1. Pengetahuan Remaja Putri tentang Edukasi Kesehatan Pencegahan Anemia dengan Buku Saku Remaja PATEN

Pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Pre Test	7	17,5	6	15,0	27	67,5	40	100
Post Test	24	60,0	10	25,0	6	15,0	40	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa pada pre-test pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 27 orang (67,5%) dan paling sedikit memiliki pengetahuan sebanyak 7 orang (17,5%). Setelah dilakukan edukasi tentang bahaya anemia menggunakan buku saku remaja PATEN, setelah dilakukan post-test mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan baik sebanyak 24 orang (60%) dan yang paling sedikit remaja putri memiliki pengetahuan kurang sebanyak 6 orang (15%).

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan pengabdian masyarakat sebagai upaya untuk pemberdayaan pencegahan anemia pada remaja putri menggunakan buku saku remaja PATEN. Dilihat dari pre test yang lebih rendah daripada rata-rata post test setelah pengabdian masyarakat. Hal ini menunjukkan

bahwa edukasi kesehatan tentang pencegahan anemia dengan menggunakan buku saku remaja PATEN dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri. Media edukasi yang digunakan dalam pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahannya anemia menggunakan buku saku remaja PATEN menggunakan LCD, laptop dan leaflet dan buku saku. Pembelajaran akan lebih efektif dan optimal apabila memberdayakan semua indra melalui media yang dipakai seperti yang telah dilakukan menggunakan *power point* dan *leaflet*.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Koka et al. 2022) menyatakan rata-rata nilai siswi pada saat pre test adalah 36,02 sedangkan rata-rata nilai siswi pada saat post test adalah 66,92. Perbedaan rata-rata nilai siswi pada saat pre test dan pada saat post test adalah 30,90. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan antara nilai siswi pada saat pre test dan pada saat post test. Hal ini mengindikasikan bahwa edukasi ini memberikan peningkatan terhadap pemahaman dan pengetahuan remaja putri tentang anemia. Pemberian edukasi tentang pencegahan anemia melalui pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri, selain itu kegiatan praktik penilaian status gizi berupa cek kadar hemoglobin, IMT dan LiLA yang dilakukan dapat meningkatkan pemahaman remaja putri tentang deteksi dini masalah gizi seperti anemia, kelebihan dan kekurangan gizi, serta risiko kurang energi kronis (KEK). Buku Saku Remaja PATEN yang terbentuk dari kegiatan pengabdian dapat terus mengedukasi teman sebayanya tentang anemia dan pencegahannya, melakukan pemeriksaan fisik dan pemeriksaan hemoglobin dengan menggunakan sumber daya yang tersedia di UKS, dan pada akhirnya dapat menurunkan prevalensi anemia di kalangan masyarakat khususnya remaja putri.

Pemberian edukasi pada remaja haruslah menarik supaya penyampaian informasi dapat diterima dengan baik, dengan begitu pemberian edukasi membutuhkan media pembelajaran yang tepat sebagai perantara. Media pembelajaran adalah alat bantu atau pelengkap yang dapat digunakan untuk membantu memperlancar, memperjelas penyampaian seluruh konsep, ide, pengertian atau materi pelajaran dalam kegiatan belajar (Irianto et al. 2024). Media dan metode yang tepat diharapkan mampu meningkatkan pemahaman remaja tentang pencegahan anemia. Pada pengabdian masyarakat ini menggunakan media buku saku remaja PATEN yang dirancang semenarik mungkin untuk meningkatkan minat remaja putri untuk mempelajarinya.

4. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan tema “Edukasi Kesehatan Tentang Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri di SMP Bintang Langkat tahun 2025” ini akan dilaksanakan dua minggu, yaitu tanggal 21 dan 28 Februari 2025 di SMP Bintang Langkat dengan peserta 40 orang remaja putri. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, merubah sikap dan perilaku remaja putri agar memahami tentang pencegahan anemia melalui edukasi kesehatan dan memberikan tablet tambah darah yang merupakan program pemerintah dengan menganjurkan minum tablet tambah darah 1 minggu 1 tablet, kegiatan ini diharapkan mampu untuk meningkatkan kesadaran remaja putri akan pentingnya pencegahan anemia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada STIKes Guna Bangsa Yogyakarta dan Sekolah SMP Swasta Bintang Langkat Sumatera Utara yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat sehingga program-program kesehatan terutama edukasi kesehatan tentang pencegahan anemia pada remaja putri dengan

menggunakan buku saku remaja PATEN di SMP Swasta Bintang Langkat dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwiyana, Parlin, Annisa Nursita Angesti, Ratih Agustin Prikhatina, Kharisma Kharisma, and Dhea Marlina Salsabila. 2024. "Analisis Dukungan Orang Tua Terhadap Program Pemberian Tablet Tambah Darah Remaja Putri." *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman* 8(1):56. doi: 10.20884/1.jgipas.2024.8.1.11874.
- Fathony, Zaiyidah, Rizki Amalia, and Pratiwi Puji Lestari. 2022. "Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Disertai Cara Benar Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd)." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan* 4(2):49. doi: 10.26714/jpmk.v4i2.9967.
- Helmyati, Siti, Cut Alima Syarif, Nisa Ayu Rizana, Nova Lidia Sitorus, and Dessy Pratiwi. 2023. "Acceptance of Iron Supplementation Program among Adolescent Girls in Indonesia: A Literature Review." *Amerta Nutrition* 7(3SP):50–61. doi: 10.20473/amnt.v7i3SP.2023.50-61.
- Irianto, Irni Dwiastiti, Herni Sulastien, Siti Zuraida Muhsinin, Siti Aisyah, Musniati, Diny Kusumawardani, Erniawati Pujiningsih, and Ni nyoman Ernawati. 2024. "Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Dengan Isi Piring Ku." *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3(7):12–17.
- Kemkes RI. 2018a. "Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018." *Kementrian Kesehatan RI* 53(9):1689–99.
- Kemkes RI. 2018b. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta, Indonesia: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Kemkes RI. 2022. *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Vol. 1999. Jakarta, Indonesia.
- Koka, Ecia Meilonna, Ernawati Nasution, Fitri Ardian, and Dina Rasmita. 2022. "Upaya Pencegahan Anemia Dengan Membentuk Kelompok Remaja 'PATEN' Di SMA Negeri 1 Binjai Kabupaten Langkat." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)* 3(2):1–8.
- Rasdianah, Nur, Muhammad Nur Syukriani Yusuf, and Pascal Adventra Tandiang. 2023. "Edukasi Anemia Bagi Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Dini Stunting." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society* 2(2):97–102. doi: 10.37905/phar.soc.v2i2.18841.
- Sartika, Arindah Nur, Meirina Khoirunnisa, Eflita Meiyetriani, Evi Ermayani, Indriya Laras Pramesthi, and Aziz Jati Nur Ananda. 2021. "Prenatal and Postnatal Determinants of Stunting at Age 0–11 Months: A Cross-Sectional Study in Indonesia." *PLoS ONE* 16(7 July):1–14. doi: 10.1371/journal.pone.0254662.
- Yusnita, Lisma Luciana, Muhammad Shalahuddin, and Isni Hijriana Isni. 2024. "Edukasi Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri." *Beujroh: Jurnal Pemberdayaan Dan Pengabdian Pada Masyarakat* 2(2):301–10. doi: 10.61579/beujroh.v2i2.159.