Suluh Abdi : Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat
Volume 8 │Nomor 2 │Desember 2026 │Hal 266 - 274

Optimalisasi Pencegahan Anemia pada Remaja Putri melalui Edukasi Kesehatan dan Pemeriksaan Hemoglobin di Posyandu Remaja Cinde

Willy Astriana[1*], Siswanto Pabidang[2], Siti Fadilah[3]
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Guna Bangsa Yogyakarta, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia[1-3]

Dikirim: 01/08/2026 Diperbaiki: 02/11/2026 Diterima: 04/11/2026

Kata Kunci:
anemia, edukasi kesehatan, kesehatan reproduksi, remaja putri, tablet tambah darah

[*]**Penulis Korespondensi:**
Willy Astriana

Email:
willy.astriana@gmail.com

DOI:
doi.org/10.32502/suluhabdi.v8i2.2555

Abstrak: Anemia akibat kurangnya asupan zat besi, pola makan yang tidak seimbang, kebiasaan melewatkan waktu makan, serta rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sering dialami oleh remaja putri sebagai salah satu kelompok rentan. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan mengenai penyebab, tanda dan gejala, dampak, pencegahan, serta penanganan anemia menjadi salah satu langkah penting dalam membentuk perilaku hidup sehat pada remaja. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri peserta Posyandu Remaja Cinde mengenai anemia sebagai upaya meningkatkan kesehatan reproduksi. Metode yang digunakan berupa edukasi kesehatan dengan pendekatan komunikatif dan partisipatif yang melibatkan 25 peserta. Evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* menggunakan kuesioner yang terdiri atas 10 pernyataan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 5,36 pada *pre-test* menjadi 9,04 pada *post-test*. Nilai median meningkat dari 5,00 menjadi 9,00, sedangkan simpangan baku menurun dari 1,036 menjadi 0,841. Secara deskriptif, hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan penurunan variasi skor peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi. Dengan demikian, edukasi kesehatan mengenai anemia dapat digunakan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan pemahaman remaja putri dalam mendukung kesehatan reproduksi.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan yang berdampak pada masyarakat di negara maju maupun negara berkembang (Chauhan et al., 2022; Setyorini et al., 2025). Menurut World Health Organization (2021), prevalensi anemia pada perempuan usia reproduktif 15–49 tahun, termasuk remaja, di seluruh dunia pada 2019 mencapai sekitar 29,9% (Izzara et al., 2023). Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja mencapai 32,0% (Oktavia et al., 2024).

Menurut World Health Organization, batasan usia remaja adalah 10–19 tahun, dengan jumlah sekitar 1,3 miliar orang atau 16% dari populasi dunia. Kelompok usia 10–14 tahun dikategorikan sebagai remaja awal (*early adolescence*), sedangkan kelompok usia 15–19 tahun dikategorikan sebagai remaja akhir (*late adolescence*) (World Health Organization, 2024b). Sementara itu, populasi remaja di Indonesia berjumlah sekitar 17% dari total populasi atau sekitar 46 juta orang (Badan Pusat Statistik, 2024).

Masalah kesehatan reproduksi remaja putri merupakan isu yang perlu diperhatikan oleh orang tua, guru, dan tenaga kesehatan, khususnya bidan, agar remaja putri dapat meningkatkan kualitas diri dan menghadapi persaingan pada era globalisasi (Anggraini et al., 2025). Anemia defisiensi besi menjadi salah satu masalah kesehatan yang perlu diperhatikan pada kelompok remaja (World Health Organization, 2025).

Anemia dapat memiliki berbagai etiologi, tetapi penyebab yang paling umum pada perempuan usia subur adalah kekurangan zat besi. Anemia defisiensi besi memengaruhi sekitar 2–5% perempuan usia subur di Amerika Serikat dengan morbiditas yang telah terdokumentasi.

Email : suluhabdi@um-palembang.ac.id
P-ISSN : 2685-9688
E-ISSN : 2827-816X
Website : ojs.um-palembang.ac.id/index.php/suluhabd

Remaja putri dengan anemia defisiensi besi dapat mengalami dampak negatif terhadap fungsi kognitif, waktu reaksi audiovisual, dan kinerja fisik (Nair & Doibale, 2023).

Anemia pada remaja dikaitkan dengan gangguan kondisi fisik, pertumbuhan, dan perkembangan mental serta peningkatan risiko gangguan reproduksi pada remaja putri ketika memasuki usia dewasa (Sekhar et al., 2016). Anemia akibat kekurangan zat besi dapat mengganggu pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, menurunkan daya tahan tubuh terhadap infeksi, mengurangi kebugaran fisik dan kapasitas kerja, serta menurunkan prestasi belajar (Chauhan et al., 2022; Let et al., 2025). Anemia defisiensi besi yang tidak ditangani juga dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan organ reproduksi. Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi ketika remaja putri memasuki usia dewasa, menjalani kehamilan, dan melahirkan (Hidayati et al., 2024; Lailiyana & Hindratni, 2024).

Posyandu Remaja Cinde merupakan satu-satunya posyandu remaja di wilayah kerja Puskesmas Sukaraya, Kabupaten Ogan Komering Ulu, yang berada di lingkungan institusi pendidikan STIKes Al-Ma'arif. Peserta posyandu berada pada rentang usia remaja akhir, yaitu 16–19 tahun. Kelompok usia tersebut rentan mengalami anemia dan sedang berada pada tahap persiapan menuju masa reproduksi.

Berdasarkan hasil observasi awal dan diskusi dengan pihak STIKes Al-Ma'arif serta petugas kesehatan posyandu, dari 63 peserta Posyandu Remaja Cinde, sekitar 12,7% mengalami anemia. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh pola makan yang tidak seimbang, siklus menstruasi yang tidak teratur, pola tidur, gaya hidup, dan kurangnya asupan gizi. Anemia juga dapat memengaruhi konsentrasi peserta selama mengikuti kegiatan perkuliahan. Sebagai peserta didik di institusi berbasis kesehatan, peserta posyandu dari STIKes Al-Ma'arif diharapkan tidak hanya memiliki kemampuan akademik, tetapi juga memiliki kondisi kesehatan yang baik, terutama kesehatan reproduksi.

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, peserta posyandu diharapkan mampu memahami pencegahan anemia serta mengenali bahaya dan dampaknya terhadap kesehatan, khususnya kesehatan reproduksi remaja. Pemahaman tersebut diharapkan dapat membantu peserta mengambil keputusan dan menerapkan perilaku hidup yang lebih sehat.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini dilaksanakan melalui pemberian edukasi kesehatan mengenai anemia pada remaja sebagai upaya meningkatkan kesehatan reproduksi. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Remaja Cinde yang berada di wilayah kerja Puskesmas Sukaraya, Kabupaten Ogan Komering Ulu. Mitra kegiatan adalah peserta Posyandu Remaja Cinde di STIKes Al-Ma'arif. Kegiatan dilaksanakan selama satu hari pada 21 Juli 2026 melalui penyuluhan kesehatan dengan pendekatan komunikatif dan partisipatif serta menggunakan *leaflet* sebagai media edukasi.

1. Identifikasi Masalah

Pada tahap ini, tim melakukan wawancara dengan mitra untuk mengidentifikasi kebutuhan dan permasalahan peserta Posyandu Remaja Cinde yang berkaitan dengan anemia dan kesehatan reproduksi remaja.

2. Perencanaan Kegiatan

Tahapan kegiatan meliputi persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut. Tim pelaksana berkoordinasi dengan pengelola Posyandu Remaja Cinde dan pihak STIKes Al-Ma'arif mengenai pelaksanaan kegiatan. Koordinasi dilakukan untuk menentukan jadwal, jumlah peserta, tempat pelaksanaan, serta teknis kegiatan edukasi.

Tim juga mempersiapkan media edukasi berupa *leaflet*, kuesioner *pre-test* dan *post-test*, serta alat pendukung kegiatan lainnya.

3. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan edukasi kesehatan diikuti oleh 25 dari 63 peserta remaja yang terdaftar di Posyandu Remaja Cinde. Dengan demikian, evaluasi kegiatan hanya dilakukan terhadap peserta yang hadir dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan.

Sebelum penyampaian materi, peserta diberikan *pre-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mengenai anemia dan kesehatan reproduksi. Selanjutnya, penyuluhan kesehatan dilakukan menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab.

Selain memperoleh materi secara langsung, peserta juga diberikan *leaflet* sebagai media informasi yang dapat dipelajari kembali secara mandiri. Selama kegiatan berlangsung, peserta didorong untuk aktif bertanya dan berdiskusi mengenai permasalahan kesehatan yang dialami selama masa remaja, khususnya yang berkaitan dengan anemia.

4. Evaluasi dan Monitoring

Evaluasi dilakukan melalui pemberian *post-test* setelah kegiatan edukasi selesai. Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui perubahan pengetahuan peserta setelah memperoleh edukasi mengenai anemia dan kesehatan reproduksi.

Hasil *pre-test* dan *post-test* dibandingkan untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah kegiatan edukasi. Selain itu, evaluasi juga dilakukan terhadap partisipasi dan antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung.



Gambar 1. Alur Tahapan Kegiatan PkM

5. Luaran dan Tindak Lanjut

Luaran kegiatan ini berupa peningkatan pengetahuan peserta Posyandu Remaja Cinde mengenai anemia, pencegahannya, dan dampaknya terhadap kesehatan reproduksi. Tim pelaksana bekerja sama dengan petugas Posyandu Remaja Cinde untuk mendorong keberlanjutan edukasi kesehatan mengenai anemia pada remaja.

Petugas posyandu remaja diharapkan dapat melanjutkan penyampaian informasi kesehatan serta mengingatkan peserta untuk menerapkan perilaku pencegahan anemia, seperti mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur sesuai anjuran tenaga kesehatan dan menerapkan pola makan bergizi seimbang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengangkat tema "Optimalisasi Pencegahan Anemia pada Remaja Putri melalui Edukasi Kesehatan dan Pemeriksaan Hemoglobin di Posyandu Remaja Cinde". Kegiatan ini dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan kesehatan reproduksi remaja putri di Posyandu Remaja Cinde, wilayah kerja Puskesmas Sukaraya, Kabupaten Ogan Komering Ulu.

Kegiatan diawali dengan penjelasan mengenai tujuan, sasaran, dan metode pelaksanaan kepada peserta posyandu. Selanjutnya, peserta mengerjakan *pre-test* menggunakan kuesioner pengetahuan yang terdiri atas 10 pernyataan untuk mengukur pemahaman awal mengenai anemia. Kuesioner yang digunakan belum melalui uji validitas dan reliabilitas. Oleh karena itu, hasil pengukuran hanya digunakan untuk memberikan gambaran deskriptif mengenai tingkat pengetahuan peserta dan belum dapat dianggap sebagai hasil pengukuran menggunakan instrumen yang telah tervalidasi.

Setelah pelaksanaan *pre-test*, tim memberikan edukasi kesehatan mengenai anemia pada remaja dengan menggunakan *leaflet* sebagai media edukasi. Peserta menunjukkan antusiasme selama penyampaian materi mengenai anemia dan kesehatan reproduksi remaja. Setelah sesi edukasi, kegiatan dilanjutkan dengan tanya jawab. Peserta memberikan respons aktif yang terlihat dari banyaknya pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Selanjutnya, peserta mengerjakan *post-test* untuk menggambarkan perubahan pengetahuan setelah kegiatan edukasi kesehatan.



Gambar 2. Pengisian *Post-Test* Pengetahuan Anemia oleh Peserta

Materi pengetahuan yang dievaluasi meliputi definisi anemia, tanda dan gejala, faktor risiko, dampak anemia terhadap kesehatan reproduksi, serta langkah-langkah pencegahannya. Distribusi kategori pengetahuan peserta sebelum dan setelah edukasi disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kategori Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi Anemia

Kategori Pengetahuan	***Pre-test***		***Post-test***	
	f	**%**	**f**	**%**
Baik (>5)	12	48	25	100
Kurang (≤ 5)	13	52	0	0
Total	25	100	25	100

Tabel 2. Nilai Pengetahuan Peserta Sebelum dan Setelah Edukasi Kesehatan tentang Anemia

Variabel	N	Rata-rata	Median	Minimum	Maksimum	Standar deviasi
Pretest	25	5,36	5	3	7	1,036
Post Test	25	9,04	9	7	10	0,841

Berdasarkan Tabel 1 dan Tabel 2, sebelum memperoleh edukasi kesehatan, sebanyak 13 peserta atau 52,0% berada dalam kategori pengetahuan kurang. Setelah diberikan edukasi, seluruh peserta atau 100,0% berada dalam kategori pengetahuan baik.

Nilai rata-rata pengetahuan peserta sebelum diberikan edukasi adalah 5,36, dengan median 5,00, nilai minimum 3, nilai maksimum 7, dan simpangan baku 1,036. Setelah diberikan edukasi mengenai anemia, nilai rata-rata pengetahuan meningkat menjadi 9,04, dengan median 9,00, nilai minimum 7, nilai maksimum 10, dan simpangan baku 0,841.

Secara deskriptif, hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata sebesar 3,68 poin setelah peserta mengikuti kegiatan edukasi. Simpangan baku yang lebih kecil pada *post-test* juga menunjukkan bahwa nilai peserta menjadi lebih seragam setelah kegiatan. Namun, karena belum dilakukan analisis inferensial dan instrumen belum diuji validitas serta reliabilitasnya, hasil tersebut hanya menggambarkan perubahan skor pada kelompok peserta yang mengikuti kegiatan dan belum dapat digunakan untuk menyimpulkan efektivitas secara statistik.

Setelah kegiatan edukasi, peserta menjalani pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) menggunakan perangkat EasyTouch GCHb melalui pengambilan sampel darah kapiler yang dilakukan oleh tim pelaksana. Sebelum pemeriksaan, peserta memperoleh penjelasan mengenai tujuan kegiatan, prosedur pengambilan sampel darah, manfaat pemeriksaan, dan tindak lanjut berdasarkan hasil pemeriksaan. Pelaksanaan kegiatan juga memperhatikan hak peserta, kesediaan berpartisipasi secara sukarela, serta kerahasiaan informasi kesehatan.

Klasifikasi anemia pada remaja putri atau perempuan usia subur mengacu pada batas kadar hemoglobin, yaitu tidak anemia apabila Hb ≥12,0 g/dL, anemia ringan apabila Hb 11,0–11,9 g/dL, anemia sedang apabila Hb 8,0–10,9 g/dL, dan anemia berat apabila Hb <8,0 g/dL (World Health Organization, 2017). Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin peserta disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Gambaran Kadar Hemoglobin Peserta Posyandu Remaja Cinde

Klasifikasi Status Anemia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1. Tidak Anemia ≥ 12,0 gram/dL	13	52
2. Anemia Ringan11,0–11,9 gram/dL	10	40
3. Anemia Sedang 8,0–10,9 gram/dL	2	8
4. Anemia Berat < 8,0 gram/dL	0	0
Total	**25**	**100**

Berdasarkan Tabel 3, sebanyak 13 peserta atau 52,0% tidak mengalami anemia. Namun, masih terdapat 12 peserta atau 48,0% yang mengalami anemia, terdiri atas 10 peserta atau 40,0% dengan anemia ringan dan dua peserta atau 8,0% dengan anemia sedang. Tidak terdapat peserta yang mengalami anemia berat.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa meskipun lebih dari setengah peserta memiliki kadar hemoglobin normal, anemia masih ditemukan pada hampir separuh peserta. Kondisi tersebut memerlukan tindak lanjut berupa edukasi gizi, peningkatan konsumsi makanan sumber zat besi, penerapan pola makan bergizi seimbang, dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran tenaga kesehatan.

Peserta yang terdeteksi mengalami anemia sedang memperoleh konseling individual dari tim pelaksana dan petugas posyandu. Konseling meliputi pemenuhan kebutuhan zat besi, asam folat, vitamin B12, dan vitamin C, serta penerapan pola makan bergizi seimbang dan gaya hidup sehat. Sebagai tindak lanjut, peserta dengan anemia sedang dianjurkan melakukan pemeriksaan

ulang di puskesmas atau fasilitas pelayanan kesehatan lainnya untuk memperoleh evaluasi klinis lebih lanjut.

Evaluasi kegiatan juga dilakukan menggunakan kuesioner kepuasan peserta. Kuesioner tersebut mencakup penilaian terhadap materi, metode penyuluhan, media edukasi, dan cara pemateri menyampaikan informasi. Berdasarkan hasil evaluasi, mayoritas peserta menyatakan puas terhadap kegiatan yang dilaksanakan. Kepuasan tersebut berkaitan dengan materi yang sesuai dengan kebutuhan peserta, metode penyuluhan yang interaktif, penggunaan media edukasi, dan kemampuan pemateri menyampaikan informasi secara jelas dan mudah dipahami.

Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin memperlihatkan bahwa anemia masih menjadi permasalahan kesehatan yang memerlukan perhatian karena hampir separuh peserta memiliki kadar hemoglobin di bawah batas normal. Kondisi tersebut menegaskan pentingnya penguatan deteksi dini serta pencegahan anemia secara berkelanjutan pada remaja putri melalui edukasi dan tindak lanjut kesehatan (World Health Organization, 2024; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Tingginya kejadian anemia pada remaja putri dapat dipengaruhi oleh peningkatan kebutuhan zat besi selama pertumbuhan, kehilangan darah akibat menstruasi, rendahnya konsumsi makanan sumber zat besi, kebiasaan melewatkan waktu makan, serta ketidakpatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Konsumsi makanan cepat saji yang rendah zat besi serta kebiasaan minum teh atau kopi setelah makan juga dapat menghambat penyerapan zat besi dan meningkatkan risiko anemia (World Health Organization, 2024; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Sebagian besar peserta yang mengalami anemia berada dalam kategori ringan. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya intervensi promotif dan preventif sebelum anemia berkembang menjadi lebih berat. Edukasi kesehatan perlu dilakukan secara berkelanjutan agar remaja memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang yang mengandung zat besi, protein, asam folat, vitamin B12, dan vitamin C. Remaja putri juga perlu mengikuti anjuran pemerintah untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur sebagai bagian dari pencegahan anemia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021; World Health Organization, 2024).

Pelaksanaan pemeriksaan kadar hemoglobin yang dipadukan dengan edukasi kesehatan memberikan manfaat sebagai sarana deteksi dini sekaligus meningkatkan pemahaman peserta mengenai kondisi kesehatannya. Peserta yang mengetahui hasil pemeriksaan Hb dapat lebih memahami pentingnya menjaga status gizi, menerapkan pola makan bergizi seimbang, dan melakukan upaya pencegahan anemia sejak dini.

Melalui pendekatan tersebut, tenaga kesehatan dapat menyesuaikan materi edukasi dan konseling berdasarkan kondisi serta kebutuhan peserta. Dengan demikian, intervensi yang diberikan menjadi lebih relevan dengan permasalahan yang ditemukan. Integrasi antara edukasi kesehatan dan pemeriksaan kondisi kesehatan juga dapat mendukung peningkatan pemahaman sekaligus mendorong perilaku pencegahan anemia dibandingkan edukasi yang hanya berfokus pada penyampaian informasi (Notoatmodjo, 2018; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Hasil kegiatan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan pada remaja putri. World Health Organization melaporkan bahwa anemia merupakan salah satu masalah gizi yang banyak dialami perempuan usia reproduksi, termasuk remaja putri. Anemia dapat memengaruhi kemampuan belajar, konsentrasi, kebugaran fisik, produktivitas, dan kesehatan reproduksi pada masa berikutnya. Peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan juga diharapkan dapat memperkuat kesadaran remaja mengenai pencegahan anemia dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (World Health Organization, 2024; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Dengan demikian, pemeriksaan kadar hemoglobin dan edukasi mengenai anemia di Posyandu Remaja Cinde, wilayah kerja Puskesmas Sukaraya, yang dilaksanakan di STIKes Al-Ma'arif, merupakan langkah awal dalam meningkatkan deteksi dini, pengetahuan, dan kesadaran remaja putri mengenai pencegahan anemia. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pelaksanaan program Posyandu Remaja Cinde secara berkelanjutan melalui kerja sama antara

institusi pendidikan, tenaga kesehatan, dan kader kesehatan. Keberlanjutan program tersebut diharapkan dapat mendukung pencegahan anemia serta mewujudkan remaja putri yang sehat, produktif, dan memiliki kesiapan kesehatan reproduksi yang baik (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021; World Health Organization, 2024).

SIMPULAN DAN SARAN

Edukasi kesehatan mengenai pencegahan anemia menggunakan media *leaflet* menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan peserta secara deskriptif. Nilai rata-rata pengetahuan meningkat dari 5,36 pada *pre-test* menjadi 9,04 pada *post-test*. Selain itu, pemeriksaan kadar hemoglobin memberikan gambaran mengenai kondisi anemia peserta Posyandu Remaja Cinde. Dari 25 peserta, sebanyak 13 orang atau 52,0% tidak mengalami anemia, sedangkan 12 orang atau 48,0% mengalami anemia ringan hingga sedang.

STIKes Al-Ma'arif diharapkan dapat menjalin kerja sama secara berkelanjutan dengan Puskesmas Sukaraya dalam penyelenggaraan Posyandu Remaja Cinde sehingga program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dapat dilaksanakan secara rutin, terstruktur, dan berkesinambungan. Kegiatan tersebut dapat meliputi edukasi kesehatan mengenai anemia, pemeriksaan kadar hemoglobin, pemantauan status gizi, konseling gizi, serta pemberian dan pemantauan konsumsi tablet tambah darah sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif.

Media edukasi kesehatan, seperti *leaflet*, poster, dan media digital interaktif, dapat digunakan sebagai alternatif media pembelajaran untuk meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai anemia. Namun, penggunaan media tersebut perlu disertai dengan evaluasi menggunakan instrumen yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis statistik inferensial juga diperlukan untuk mengetahui signifikansi perubahan pengetahuan peserta.

Peningkatan pengetahuan diharapkan dapat mendorong peserta untuk menerapkan pola makan bergizi seimbang, mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur sesuai anjuran tenaga kesehatan, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Peserta yang teridentifikasi mengalami anemia juga perlu memperoleh konseling dan pemeriksaan lanjutan di puskesmas atau fasilitas pelayanan kesehatan lainnya.

PERNYATAAN PENGGUNAAN AI

Dalam proses penyusunan artikel ini, penulis menggunakan ChatGPT-5.6 Luna, DeepL Translate, dan QuillBot sebagai perangkat AI generatif untuk membantu mengembangkan gagasan, menyusun kerangka artikel, menerjemahkan teks, serta menyunting bahasa akademik. Penggunaan AI dilakukan untuk meningkatkan efisiensi proses penulisan dan membantu penyempurnaan penyajian ilmiah. AI tidak digunakan untuk menghasilkan atau memanipulasi data penelitian, menentukan hasil penelitian, maupun menggantikan proses analisis ilmiah. Penulis bertanggung jawab sepenuhnya atas keakuratan data, interpretasi, sitasi, isi, dan kesimpulan artikel.

PERNYATAAN KONFLIK KEPENTINGAN

Seluruh penulis menyatakan bahwa tidak terdapat kepentingan finansial maupun nonfinansial yang dapat menimbulkan konflik kepentingan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, interpretasi hasil, penyusunan naskah, dan penerbitan artikel ini.

KONTRIBUSI PENULIS

Nama Penulis	Jenis Kontribusi
Willy Astriana	Konseptualisasi, metodologi, investigasi, dan penulisan draf awal.

Nama Penulis	Jenis Kontribusi
Siswanto Pabidang	Penyediaan sumber daya, supervisi, serta peninjauan dan penyuntingan naskah.
Siti Fadilah	Validasi, supervisi, serta peninjauan dan penyuntingan naskah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pengelola dan peserta Posyandu Remaja Cinde di STIKes Al-Ma'arif serta Puskesmas Sukaraya atas dukungan dan kerja sama selama pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada STIKes Guna Bangsa Yogyakarta yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

REFERENSI

Anggraini, N., Suryandari, A. R., Habibi, R., Jannah, R., Hidayat, L. K., Komariah, O., Sundari, & Rachmiyati, A. B. (2025). Effectiveness of gymnastics dysmenorrhoea and deep breathing relaxation techniques to reduce menstrual pain in adolescent women in Indonesia. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA, 10*(12), 11229–11238. https://doi.org/10.29303/jppipa.v10i12.8860

Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik pemuda Indonesia 2024*. Badan Pusat Statistik.

Chauhan, S., Kumar, P., Marbaniang, S. P., Srivastava, S., & Patel, R. (2022). Prevalence and predictors of anaemia among adolescents in Bihar and Uttar Pradesh, India. *Scientific Reports, 12*(1), Article 8197. https://doi.org/10.1038/s41598-022-12258-6

Hidayati, Y., Sulastri, D., & Defrin. (2024). Analisis faktor risiko anemia defisiensi besi pada remaja putri. *Plexus Medical Journal, 3*(4), 172–191. https://doi.org/10.20961/plexus.v3i4.1817

Izzara, W. A., Yulastri, A., Erianti, Z., Putri, M. Y., & Yuliana. (2023). Penyebab, pencegahan, dan penanggulangan anemia pada remaja putri: Studi literatur. *Jurnal Multidisiplin West Science, 2*(12), 1051–1065. https://doi.org/10.58812/jmws.v2i12.817

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Lailiyana, & Hindratni, F. (2024). Edukasi dampak anemia terhadap kesehatan reproduksi remaja putri di SMAN 2 Pekanbaru. *EBIMA: Jurnal Edukasi Bidan di Masyarakat, 5*(1), 14–18.

Let, S., Chakrabarty, M., & Tiwari, S. (2025). Investigating anaemia vulnerability: Determinants and changes in prevalence among adolescent girls in aspirational districts of India. *Humanities and Social Sciences Communications, 12*(1), Article 268. https://doi.org/10.1057/s41599-025-04573-w

Nair, A., & Doibale, M. K. (2023). Prevalence of anemia among adolescent girls in rural area of a district of Maharashtra. *Indian Journal of Community Health, 35*(1), 21–26. https://doi.org/10.47203/IJCH.2023.v35i01.005

Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan* (Edisi revisi). Rineka Cipta.

Oktavia, N., Priatni, H. L., Nurhayatina, R., & Nurjanah, N. (2024). Studi prevalensi dan faktor risiko anemia pada remaja putri di Kecamatan Cigandamekar, Kabupaten Kuningan. *Jurnal Sains Kesehatan, 31*(2), 93–102. https://doi.org/10.37638/jsk.31.2.93-102

Sekhar, D. L., Murray-Kolb, L. E., Kunselman, A. R., Weisman, C. S., & Paul, I. M. (2016). Differences in risk factors for anemia between adolescent and adult women. *Journal of Women's Health, 25*(5), 505–513. https://doi.org/10.1089/jwh.2015.5449

Setyorini, R. H., & Revika, E. (2025). Anemia pada remaja putri: Tinjauan naratif terhadap prevalensi, determinan, dan efektivitas program pencegahan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *6*(4), 15511–15519. https://doi.org/10.31004/jkt.v6i4.50983

World Health Organization. (2017). *Nutritional anaemias: Tools for effective prevention and control*. https://iris.who.int/handle/10665/259425

World Health Organization. (2024). *Anaemia*. https://www.who.int/health-topics/anaemia

World Health Organization. (2025). *WHO global anaemia estimates: Key findings, 2025*. https://www.who.int/publications/b/80666