

Implementasi edukasi pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN B Srikaton

Indah Dewi Ridawati*, Wella Juartika, Jhon Feri, Zuraidah
Poltekkes Kemenkes Palembang, Lubuklinggau, Indonesia

*) Korespondensi (e-mail: indahdewi@poltekkespalembang.ac.id)

Received: 10-February-26; Revised: 3-March-26; Accepted: 9-March-26

Abstract

Low knowledge about anemia and its prevention is a risk factor for anemia in school-age children. Based on initial observations at SMPN B Srikaton, most adolescent girls do not yet have an optimal understanding of anemia prevention and early detection. This community service activity aims to increase adolescent girls' knowledge of anemia prevention and detection through educational leaflets. The activity was carried out on Friday, February 14, 2025, involving 30 adolescent girls and 2 female teachers, in the form of health education delivered through materials and leaflet distribution. It followed the preparation, implementation, and evaluation stages. The evaluation was conducted using a pre-test and a post-test. The results showed that the average knowledge score increased from 65 in the pre-test to 83 in the post-test. Leaflets have proven effective for adolescent health education because they have a simple format, are easy to understand, and can be reread by participants after the educational activity. Delivering information through leaflets with pictures and brief explanations helps improve adolescents' understanding of the provided health material. Continuous education needs to be carried out.

Keywords: Anemia, Adolescent Girls, Health Education, Leaflet, Community Service.

Abstrak

Rendahnya pengetahuan mengenai anemia dan pencegahannya menjadi salah satu faktor risiko terjadinya anemia pada usia sekolah. Berdasarkan hasil observasi awal di SMPN B Srikaton, diketahui bahwa sebagian besar remaja putri belum memahami secara optimal mengenai pencegahan dan deteksi dini anemia. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan dan deteksi anemia melalui edukasi menggunakan media leaflet. Kegiatan dilaksanakan pada hari Jumat, 14 Februari 2025 dengan melibatkan 30 remaja putri dan 2 guru putri berupa edukasi kesehatan melalui penyampaian materi dan pembagian leaflet, yang dilaksanakan melalui tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 65 pada *pre-test* menjadi 83 pada *post-test*. Media leaflet terbukti efektif sebagai sarana edukasi kesehatan bagi remaja karena memiliki bentuk yang sederhana, mudah dipahami, serta dapat dibaca kembali oleh peserta setelah kegiatan. Penyampaian informasi melalui leaflet yang disertai dengan gambar dan penjelasan singkat membantu meningkatkan pemahaman remaja mengenai materi kesehatan yang diberikan. Edukasi berkelanjutan perlu dilakukan sebagai upaya pencegahan anemia di lingkungan sekolah.

Kata kunci: Anemia, Remaja Putri, Edukasi Kesehatan, Leaflet, Pengabdian Masyarakat

How to cite: Ridawati, I. D., Juartika, W., Feri, J., & zuraidah. (2026). Implementasi edukasi pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN B Srikaton. *Penamas: Journal of Community Service*, 6(1), 141–152. <https://doi.org/10.53088/penamas.v6i1.2832>



1. Pendahuluan

Anemia merupakan salah satu permasalahan gizi yang masih menjadi isu kesehatan masyarakat baik di negara berkembang maupun negara maju. *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan anemia sebagai kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah nilai normal sesuai usia dan jenis kelamin, sehingga kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh menjadi berkurang (WHO, 2023). Pada kelompok remaja, anemia dapat menimbulkan dampak jangka pendek maupun jangka panjang, antara lain mudah lelah, penurunan daya tahan tubuh, gangguan konsentrasi, serta menurunnya prestasi belajar di sekolah.

Remaja putri merupakan kelompok yang sangat rentan mengalami anemia. Remaja putri berusia 10–19 tahun memiliki kebutuhan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki karena adanya pertumbuhan pesat dan kehilangan darah secara rutin selama menstruasi (Aswandani et al., 2024; Kemenkes, 2018). Kondisi ini diperberat dengan pola konsumsi makanan yang kurang memperhatikan kecukupan zat besi dan zat gizi pendukung lainnya. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan makan tidak teratur, rendahnya konsumsi sumber protein hewani, serta tingginya konsumsi makanan cepat saji menjadi faktor yang berkontribusi terhadap kejadian anemia pada remaja putri (Hidayati et al., 2025).

Di Indonesia, anemia pada remaja putri masih menjadi permasalahan kesehatan yang signifikan. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri masih cukup tinggi dan memerlukan intervensi yang berkelanjutan (Kemenkes, 2023). Tingginya angka kejadian anemia ini tidak hanya disebabkan oleh faktor biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor perilaku, sosial, dan lingkungan, termasuk rendahnya tingkat pengetahuan remaja mengenai anemia dan pencegahannya (Yulianti et al., 2024).

Permasalahan yang sama juga ditemukan di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di SMPN B Srikaton, diketahui bahwa sebagian remaja putri masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai anemia, baik terkait pengertian, penyebab, tanda dan gejala, maupun cara pencegahannya. Selain itu, kegiatan edukasi kesehatan khususnya mengenai pencegahan anemia masih belum dilakukan secara optimal di lingkungan sekolah. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan informasi kesehatan remaja dengan kegiatan edukasi kesehatan yang tersedia di sekolah.

Anemia pada remaja putri dapat berdampak langsung terhadap kemampuan mengikuti proses belajar mengajar di sekolah (Rudeva & Ardi, 2025). Remaja dengan kadar hemoglobin rendah cenderung mengalami penurunan konsentrasi, mudah mengantuk, dan cepat lelah sehingga berisiko mengalami penurunan prestasi akademik dan kehadiran di sekolah (Nugraha, 2023). Kondisi ini terjadi karena anemia menyebabkan berkurangnya kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh, termasuk otak, sehingga dapat memengaruhi fungsi kognitif dan daya konsentrasi dalam proses belajar.

World Health Organization menyatakan bahwa anemia pada remaja dapat berdampak pada penurunan kapasitas kognitif, produktivitas, serta kemampuan belajar apabila tidak ditangani dengan baik (WHO, 2023). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa kekurangan zat besi yang menyebabkan anemia dapat berdampak pada fungsi kognitif dan kemampuan belajar pada remaja. Kekurangan zat besi berhubungan dengan penurunan perhatian, konsentrasi, serta memori yang berperan penting dalam proses pembelajaran. Studi menunjukkan bahwa remaja dengan anemia defisiensi besi memiliki skor fungsi kognitif yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang memiliki status zat besi normal. Selain itu, kadar hemoglobin dan ferritin yang lebih tinggi diketahui berkorelasi positif dengan performa kognitif yang lebih baik pada remaja. Apabila kondisi anemia tidak ditangani secara tepat, masalah kekurangan zat besi dapat berlanjut hingga usia dewasa dan berpotensi meningkatkan risiko berbagai komplikasi kesehatan, termasuk gangguan perkembangan otak serta masalah kesehatan reproduksi pada masa kehamilan di kemudian hari (Fiani et al., 2025; Gutema et al., 2023; Yeboah et al., 2024).

Upaya pencegahan anemia pada remaja putri perlu dilakukan secara komprehensif melalui pendekatan promotif dan preventif. Konsumsi makanan bergizi seimbang yang kaya zat besi, vitamin C, dan protein, kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah, istirahat yang cukup, serta aktivitas fisik yang teratur merupakan langkah penting dalam mencegah anemia. Namun demikian, upaya tersebut tidak akan optimal tanpa didukung oleh pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai pentingnya pencegahan anemia (Nuryana et al., 2025).

Edukasi kesehatan dan deteksi anemia menjadi salah satu strategi utama dalam meningkatkan pengetahuan remaja terhadap pencegahan anemia (Aprilyadi et al., 2022). Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan secara sistematis dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja dalam mencegah anemia (Desti & Djamil, 2024; Hisanah et al., 2023; Isnaini et al., 2026). Pemilihan media edukasi yang tepat sangat berperan dalam keberhasilan penyampaian informasi kesehatan. Media leaflet dinilai efektif karena menyajikan informasi secara singkat, jelas, dan menarik, serta dapat dibaca kembali secara mandiri oleh remaja (Putri et al., 2021).

Sekolah merupakan lingkungan yang strategis untuk pelaksanaan edukasi kesehatan karena menjadi tempat berkumpulnya remaja dalam jumlah besar dan berlangsung secara berkelanjutan. Setiap tahun terdapat pergantian peserta didik, sehingga edukasi pencegahan dan deteksi dini anemia perlu dilakukan secara rutin agar seluruh remaja putri memperoleh informasi yang memadai. Pelibatan berbagai pihak, termasuk tenaga kesehatan, dosen, dan mahasiswa keperawatan, dalam kegiatan edukasi di sekolah dapat meningkatkan efektivitas program pencegahan anemia (Budiarti et al., 2025).

Deteksi dini anemia melalui pemeriksaan kadar hemoglobin merupakan langkah penting untuk mengetahui status anemia sejak awal. Deteksi dini memungkinkan dilakukannya intervensi yang tepat sebelum anemia berkembang menjadi lebih berat.

Kombinasi edukasi kesehatan dan deteksi dini anemia dapat meningkatkan kesadaran serta mendorong perubahan perilaku sehat pada remaja putri (Ruhayati et al., 2024). Beberapa peneliti internasional bahkan merekomendasikan skrining hemoglobin secara rutin pada remaja putri sebagai strategi pencegahan yang mampu mengidentifikasi defisiensi zat besi sebelum muncul gejala klinis yang jelas (Revel-Vilk et al., 2025). Selain itu, panduan kesehatan dari lembaga seperti CDC menunjukkan bahwa penggunaan pemeriksaan hemoglobin sebagai bagian dari kunjungan kesehatan rutin dapat meningkatkan deteksi anemia, terutama pada kelompok perempuan usia reproduktif (Sekhar et al., 2015). Edukasi kesehatan yang terintegrasi dengan pemeriksaan ini juga terbukti meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia, sebagaimana ditemukan pada studi *eHealth* yang menilai perubahan sikap dan praktik setelah program edukasi (Jullien, 2021).

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan memberikan edukasi pencegahan dan deteksi anemia menggunakan media leaflet pada remaja putri di SMPN B. Srikaton. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri mengenai anemia, mendorong penerapan pola makan sehat dan bergizi, serta mendukung upaya pencegahan anemia secara berkelanjutan di lingkungan sekolah.

2. Metode Pengabdian

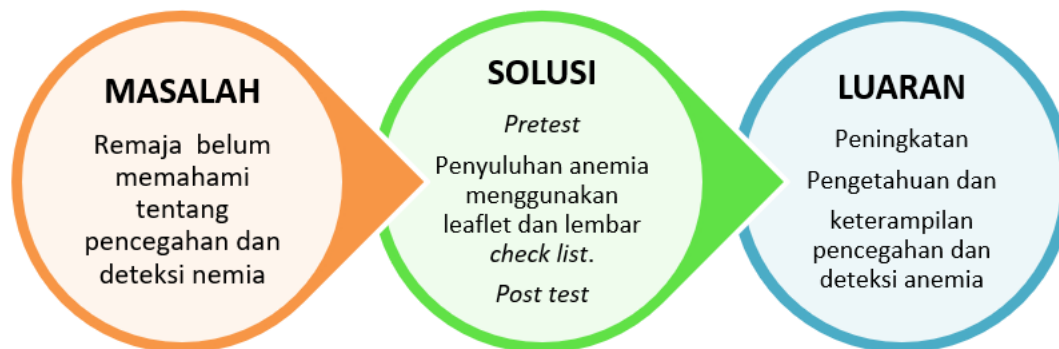
Jenis pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan adalah ceramah insidental berupa edukasi anemia pada remaja putri. Alur kegiatan pengabdian masyarakat digambarkan pada Gambar 1. Kegiatan diawali dengan identifikasi masalah, yaitu masih rendahnya pemahaman remaja mengenai anemia, baik terkait pengertian, penyebab, gejala, maupun upaya pencegahannya.

Berdasarkan permasalahan tersebut, dilakukan solusi intervensi berupa kegiatan edukasi kesehatan. Tahapan kegiatan dimulai dengan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai anemia. Selanjutnya dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai anemia yang mencakup pengertian anemia, faktor penyebab, tanda dan gejala, dampak anemia pada remaja, serta upaya pencegahan dan deteksi dini. Penyuluhan disampaikan menggunakan media leaflet agar informasi lebih mudah dipahami dan dapat dipelajari kembali oleh peserta. Selain itu, peserta juga diberikan lembar checklist untuk membantu memahami langkah-langkah pencegahan dan deteksi anemia secara sederhana.

Setelah kegiatan edukasi selesai, dilakukan post-test untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mendapatkan materi edukasi. Hasil dari rangkaian kegiatan tersebut diharapkan menghasilkan luaran berupa peningkatan pengetahuan dan keterampilan remaja putri dalam pencegahan serta deteksi dini anemia. Alur kegiatan pengabdian Masyarakat digambarkan sebagai mana Gambar 1.

Alur kegiatan pengabdian kepada masyarakat dimulai dari identifikasi masalah, yaitu masih rendahnya pemahaman remaja putri mengenai anemia, termasuk

pengertian, penyebab, tanda dan gejala, serta cara pencegahannya. Berdasarkan permasalahan tersebut, dilakukan intervensi berupa edukasi kesehatan tentang anemia.



Gambar 1. Alur kegiatan Program Kemitraan Masyarakat

Kegiatan diawali dengan pelaksanaan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai anemia. Selanjutnya dilakukan penyuluhan kesehatan tentang anemia yang disampaikan menggunakan media leaflet dan lembar checklist agar peserta lebih mudah memahami materi yang diberikan. Setelah kegiatan edukasi selesai, dilakukan post-test untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan. Melalui rangkaian kegiatan tersebut diharapkan dapat menghasilkan luaran berupa peningkatan pengetahuan dan keterampilan remaja putri dalam melakukan pencegahan serta deteksi dini anemia.

Adapun tahapan pada pelaksanaan kegiatan pengabmas sebagai berikut:

Tahap persiapan

Kegiatan ini bermula dari undangan Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Rawas untuk melakukan pengabdian masyarakat. Tanggal dan tempat sudah diputuskan oleh pihak Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Rawas. Pengabdi Prodi Keperawatan Lubuklinggau melakukan koordinasi dengan Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Rawas terhadap rencana penyampaian materi anemia. Selanjutnya, tim pengabdian menyusun materi edukasi yang disesuaikan dengan karakteristik remaja usia sekolah.

Tahap pelaksanaan:

Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada hari Jumat, 14 Februari 2025 pukul 09.00–11.00 WIB di SMPN B. Srikaton. Kegiatan diawali dengan pembukaan serta penjelasan singkat mengenai tujuan dan rangkaian kegiatan yang akan dilaksanakan. Penyampaian materi edukasi dilakukan oleh dosen Program Studi Keperawatan Lubuklinggau Poltekkes Kemenkes Palembang yang memiliki kompetensi di bidang anemia. Sebelum materi disampaikan, seluruh peserta diminta untuk mengisi pre-test guna mengetahui tingkat pengetahuan awal terkait anemia.

Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai keberhasilan dan efektivitas kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan. Evaluasi difokuskan pada

perubahan tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia setelah diberikan edukasi pencegahan dan deteksi anemia menggunakan media leaflet.

Evaluasi dilakukan dengan metode kuantitatif menggunakan *pre-test* dan *post-test*. *Pre-test* diberikan kepada peserta sebelum pelaksanaan edukasi untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal tentang anemia, sedangkan *post-test* diberikan setelah seluruh rangkaian edukasi dan kegiatan selesai dilaksanakan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Instrumen evaluasi berupa kuesioner tertutup yang berisi pertanyaan terkait pengertian anemia, penyebab, tanda dan gejala, dampak anemia, serta upaya pencegahan dan deteksi dini anemia.

Hasil *pre-test* dan *post-test* kemudian dianalisis dengan membandingkan skor rata-rata sebelum dan sesudah edukasi. Peningkatan nilai *post-test* dibandingkan *pre-test* digunakan sebagai indikator keberhasilan kegiatan edukasi. Selain itu, evaluasi juga dilakukan secara deskriptif melalui observasi partisipasi dan keaktifan peserta selama kegiatan berlangsung. Hasil evaluasi diharapkan dapat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia serta menjadi dasar perbaikan dan pengembangan kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya.

3. Hasil Pengabdian

Edukasi Pencegahan dan Deteksi Anemia

Materi edukasi mencakup pengertian anemia, penyebab anemia pada remaja putri, tanda dan gejala anemia, dampak anemia terhadap kesehatan dan prestasi belajar, serta upaya pencegahan dan deteksi dini anemia. Materi tersebut kemudian dituangkan ke dalam media leaflet yang dirancang dengan bahasa sederhana, tampilan menarik, dan mudah dipahami oleh remaja. Selain itu, tim juga menyiapkan instrumen evaluasi berupa soal *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi. Kegiatan ini dilaksanakan di SMPN B. Srikaton Kecamatan Tugumulyo Kabupaten Musi Rawas dengan waktu tempuh ± 22 menit. Peserta kegiatan terdiri dari Remaja putri SMPN B. Srikaton sebanyak 30 orang dan guru putri sebanyak 2 orang.



Gambar 2. Dosen Memberikan Edukasi Pencegahan Anemia

Penyampaian materi edukasi berlangsung selama kurang lebih 60 menit. Materi yang diberikan mencakup pengertian anemia, penyebab anemia pada remaja putri, tanda dan gejala anemia, dampak anemia terhadap kesehatan dan prestasi belajar, serta upaya pencegahan dan deteksi dini anemia. Edukasi disampaikan menggunakan media leaflet yang dirancang secara sederhana dan menarik, sehingga mudah dipahami oleh peserta.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab untuk memberikan kesempatan kepada peserta mengklarifikasi materi yang belum dipahami. Peserta terlihat aktif mengajukan pertanyaan dan berdiskusi terkait anemia dan pencegahannya. Selanjutnya, peserta diberikan kesempatan untuk melakukan latihan pemeriksaan konjungtiva secara berpasangan dan bergantian sebagai upaya pengenalan deteksi dini anemia secara sederhana. Pada sesi ini, peserta dilatih untuk menilai kondisi anemis atau tidak anemis berdasarkan pengamatan warna konjungtiva.

Evaluasi Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi pencegahan dan deteksi anemia pada remaja putri telah dilaksanakan sesuai dengan rencana. Evaluasi hasil kegiatan dilakukan menggunakan metode *pre-test* dan *post-test* untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi menggunakan media leaflet.

Tabel 1. Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia

No	Variabel	Skor Rata-rata	Kategori
1	<i>Pre-test</i>	65	Cukup
2	<i>Post-test</i>	83	Baik
	Peningkatan Skor	+18	-

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan yang bermakna pada tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia setelah diberikan edukasi pencegahan dan deteksi anemia menggunakan media leaflet. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 65 pada saat *pre-test* menjadi 83 pada *post-test*. Peningkatan sebesar 18 poin ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta terkait anemia. Temuan ini sejalan dengan tujuan utama kegiatan pengabdian masyarakat, yaitu meningkatkan kapasitas pengetahuan sebagai langkah promotif dan preventif dalam menurunkan risiko anemia pada remaja putri.

Peningkatan pengetahuan setelah edukasi menunjukkan bahwa remaja putri sebelumnya masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai anemia, baik dari segi pengertian, penyebab, dampak, maupun cara pencegahannya. Kondisi ini sejalan dengan penelitian oleh Novianty & Fatimah (2022) yang menyatakan bahwa anemia pada remaja sering kali diperparah oleh rendahnya pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi. Kurangnya pemahaman menyebabkan remaja tidak menyadari pentingnya asupan zat besi, pola makan seimbang, serta deteksi dini anemia, sehingga berpotensi meningkatkan kejadian anemia di kelompok usia ini.

Media leaflet yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini terbukti efektif sebagai sarana edukasi kesehatan. Leaflet memiliki keunggulan karena menyajikan informasi secara ringkas, sistematis, dan mudah dipahami, serta dapat dibaca ulang oleh peserta setelah kegiatan selesai. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Hardjito Koekoeh (2022) yang menyatakan bahwa media cetak seperti leaflet mampu meningkatkan pengetahuan karena melibatkan proses membaca dan visualisasi, sehingga membantu peserta dalam memahami dan mengingat informasi yang diberikan. Selain itu, leaflet juga memungkinkan peserta untuk belajar secara mandiri di luar sesi edukasi.

Hasil peningkatan skor pengetahuan dalam kegiatan ini juga sejalan dengan penelitian Sari (2024) yang menemukan bahwa edukasi kesehatan menggunakan media leaflet secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia. Dalam penelitiannya, remaja yang diberikan edukasi dengan media leaflet menunjukkan peningkatan pemahaman yang lebih baik dibandingkan sebelum edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa media leaflet masih relevan dan efektif digunakan dalam kegiatan promosi kesehatan, khususnya di lingkungan sekolah dan masyarakat.

Selain media, metode penyampaian edukasi juga berperan penting dalam peningkatan pengetahuan peserta. Edukasi yang dilakukan secara interaktif, disertai penjelasan langsung dan diskusi, mampu meningkatkan perhatian dan keterlibatan peserta. Maharani et al (2025) menyebutkan bahwa kombinasi antara penyuluhan verbal dan media edukasi dapat meningkatkan efektivitas penyampaian pesan kesehatan karena peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga memiliki kesempatan untuk bertanya dan mengklarifikasi materi yang belum dipahami. Hal ini terlihat dari keaktifan remaja putri selama kegiatan pengabdian berlangsung.

Peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia sangat penting mengingat dampak anemia yang luas terhadap kesehatan dan kualitas hidup. Anemia pada remaja putri dapat menyebabkan kelelahan, penurunan konsentrasi belajar, gangguan pertumbuhan, serta berdampak pada kesehatan reproduksi di masa depan. Menurut Pasricha et al (2021), remaja putri yang mengalami anemia berisiko lebih tinggi mengalami komplikasi saat kehamilan dan persalinan di kemudian hari. Oleh karena itu, edukasi sejak dini merupakan langkah strategis untuk mencegah dampak jangka panjang anemia.

Hasil pengabdian ini juga mendukung teori bahwa peningkatan pengetahuan merupakan tahap awal perubahan perilaku kesehatan. Berdasarkan teori perilaku kesehatan oleh Normalia et al (2025) pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang memengaruhi sikap dan praktik individu. Dengan meningkatnya pengetahuan remaja putri tentang anemia, diharapkan akan terjadi perubahan sikap dan perilaku, seperti meningkatkan konsumsi makanan kaya zat besi, kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, serta kesadaran untuk melakukan deteksi dini anemia.

Namun demikian, meskipun terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan, kegiatan pengabdian ini masih memiliki keterbatasan. Evaluasi yang dilakukan hanya mengukur perubahan pengetahuan dalam jangka pendek, sehingga belum dapat

menggambarkan perubahan perilaku secara nyata. Penelitian oleh Sufenti et al (2021) menyebutkan bahwa peningkatan pengetahuan tidak selalu diikuti oleh perubahan perilaku tanpa adanya pendampingan dan penguatan berkelanjutan. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan lanjutan seperti monitoring, pengulangan edukasi, atau program pendukung lainnya agar dampak pengabdian lebih berkelanjutan.

Secara keseluruhan, hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi pencegahan dan deteksi anemia menggunakan media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian dan rekomendasi kesehatan masyarakat yang menekankan pentingnya edukasi sebagai upaya promotif dan preventif. Dengan peningkatan pengetahuan yang dicapai, kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri serta mendukung terciptanya generasi muda yang sehat dan produktif.

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi pencegahan dan deteksi anemia pada remaja putri menggunakan media leaflet terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 65 pada pre-test menjadi 83 pada post-test. Peningkatan skor tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu memperbaiki pemahaman remaja putri mengenai pengertian anemia, penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta upaya pencegahan dan deteksi dini anemia.

Dengan meningkatnya pengetahuan remaja putri tentang anemia, kegiatan edukasi ini memiliki implikasi praktis sebagai salah satu strategi promotif dan preventif yang dapat diterapkan oleh tenaga kesehatan, sekolah, maupun pihak puskesmas dalam upaya pencegahan anemia pada remaja. Edukasi kesehatan menggunakan media leaflet dapat dijadikan sebagai metode penyuluhan yang efektif, sederhana, dan mudah diterapkan dalam kegiatan promosi kesehatan di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Selain itu, kegiatan ini juga dapat mendukung program kesehatan remaja melalui peningkatan kesadaran dan perilaku hidup sehat, khususnya dalam pemenuhan kebutuhan gizi dan pencegahan anemia.

Untuk pengabdian selanjutnya, disarankan agar kegiatan serupa dilakukan dengan jumlah peserta yang lebih besar serta menggunakan metode edukasi yang lebih bervariasi, seperti media audiovisual atau pendekatan interaktif, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas berbagai metode pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia pada remaja. Selain itu, pengabdian selanjutnya juga dapat mengevaluasi perubahan perilaku kesehatan atau status hemoglobin peserta setelah intervensi edukasi guna mengetahui dampak jangka panjang dari kegiatan tersebut.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada SMPN B Srikaton yang telah memberikan izin, dukungan, serta fasilitasi tempat dan peserta sehingga

kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Rawas atas dukungan dan kerja sama yang diberikan dalam mendukung pelaksanaan kegiatan ini. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas C Nawangsasi yang telah berperan aktif dalam pendampingan, koordinasi, serta kontribusi tenaga kesehatan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Semoga kerja sama yang telah terjalin dapat terus berlanjut dan memberikan manfaat bagi peningkatan derajat kesehatan masyarakat, khususnya remaja.

Referensi

- Aprilyadi, N., Zuraidah, Z., Suwito, B., & Juartika, W. (2022). Deteksi Anemia pada Remaja Putri SMA Negeri 4 Kota Lubuklinggau Tahun 2021. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(2), 296. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i2.341>
- Aswandani, A., Danianto, A., & Cholidah, R. (2024). Relationship Between Menstrual Cycle and Anemia in Adolescent Girl at MA Nurul Islam Mataram. *Jurnal Biologi Tropis*, 24(4), 589–595. <https://doi.org/10.29303/jbt.v24i4.7709>
- Budiarti, I., Delia, M. D., & Ayu, R. N. S. (2025). Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Pencegahan Anemia Melalui Edukasi Di Sekolah Menengah Atas Khadijah Pesawaran. *Jompa Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 22–27. <https://doi.org/10.57218/jompaabdi.v4i3.1785>
- Desti, E. Y., & Djamil, A. (2024). Pengaruh edukasi gizi dengan media booklet terhadap tindakan pencegahan anemia gizi besi pada remaja putri di SMPN 4 Tulang Bawang Barat. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 9(2), 1. <https://doi.org/10.34012/jumkep.v9i2.5814>
- Fiani, D., Kim, J. W., Hu, M., Salas, R., Heilbronner, S., Powers, J., Haque, M., Dinh, S., Huang, X., Worthy, D., Devaraj, S., Xu, J., & Calarge, C. (2025). Iron Deficiency Without Anemia and Reduced Basal Ganglia Iron Content in Youths. *JAMA Network Open*, 8(6), 1–13. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2025.16687>
- Gutema, B. T., Sorrie, M. B., Megersa, N. D., Yesera, G. E., Yeshitila, Y. G., Pauwels, N. S., De Henauw, S., & Abbeddou, S. (2023). Effects of iron supplementation on cognitive development in school-age children: Systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE*, 18(6 June). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0287703>
- Hardjito, K. (2022). Optimalisasi Media Leaflet dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang ASI Eksklusif. *HEALTHY: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(4), 33–40.
- Hartati, Y., Maharani, A. Z., Nilawati, N. S., & Nazarena, Y. (2025). Efektivitas Penyuluhan Melalui Metode Ceramah Dan Media Lembar Balik Terhadap Perilaku Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Di SMAN 14 Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 13(3), 73–80. <https://doi.org/10.25047/j-kes.v13i3.635>
- Hidayati, Handayani, L., Noval, & Iswandari, N. D. (2025). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Madrasah Aliyah Swasta Normal Islam Puteri Rakha Amuntai. *Health Research Journal of Indonesia*, 3(4), 241–248. <https://doi.org/10.63004/hrji.v3i4.649>
- Hisanah, R., Nuryanto, Rahadiyanti, A., & Wijayanti, H. S. (2023). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Permainan Ular Tangga Dan Booklet. *Jurnal of Nutrition College*,

12(November), 301–310.

- Isnaini, Lisviarose, Tanberika, F. S., & Mardiya, R. (2026). Efektifitas Edukasi Kesehatan Menggunakan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia di SMKS Perikanan Al-Ittihadiyah Kabupaten Rokan Hilir. *Ensiklopedia of Journal*, 8(2), 177–181. <https://doi.org/10.33559/eoj.v8i2.3606>
- Jullien, S. (2021). Screening of iron deficiency anaemia in early childhood. *BMC Pediatrics*, 21(Suppl 1), 1–6. <https://doi.org/10.1186/s12887-021-02725-w>
- Kemenkes. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kemenkes.
- Kemenkes, B. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Dalam Angka. In *Kemenkes*.
- Normalia, N., Rusmilawaty, R., Kristiana, E., & Tunggal, T. (2025). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Si SMA Negeri 1 Kusan Hilir Tahun 2024. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 1(8), 1387–1393. <https://doi.org/10.59837/jpnmb.v1i8.254>
- Novianty, A., & Fatimah, F. (2022). Pendidikan kesehatan tentang anemia dan pemenuhan kebutuhan gizi remaja dalam kaitannya dengan kesehatan reproduksi remaja di SMPN 10 Kota Tangerang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, 4(1), 1–5. <https://doi.org/10.30604/abdi.v4i1.411>
- Nugraha, G. (2023). Memahami Anemia secara Mendasar. In *Mengenal Anemia: Patofisiologi, Klasifikasi, dan Diagnosis* (pp. 1–12). BRIN. <https://doi.org/10.55981/brin.906.c799>
- Nuryana, R., Nagaring, S. P., & Lahay, S. F. F. (2025). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Melalui Peningkatan Asupan Zat Besi dan Pola Hidup Sehat. *Pemberdayaan Masyarakat: Jurnal Aksi Sosial*, 2(4), 98–108. <https://doi.org/10.62383/aksisosial.v2i4.2530>
- Pasricha, S.-R., Tye-Din, J., Muckenthaler, M. U., & Swinkels, D. W. (2021). Iron deficiency. *The Lancet*, 397(10270), 233–248.
- Putri, A. A. A., Salwa, A., & Wahyuningsih, U. (2021). Edukasi Mengenai Anemia Defisiensi Besi Bagi Remaja Putri Dengan Media Leaflet. *Prosiding SENAPENMAS*, 279. <https://doi.org/10.24912/psenapenmas.v0i0.15000>
- Revel-Vilk, S., Ben-Ami, T., & Constantini, N. (2025). Is it time to offer routine screening for iron deficiency in healthy adolescent females. *BJHaem*, 1242–1247.
- Rudeva, A. D., & Ardi. (2025). Hubungan Anemia dengan Hasil Belajar Siswi : Literature Review. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 1312–1317. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1438>
- Ruhayati, R., Insani, W. N., Liska, C., Rahayu, I., Handriana, I., & Rais, Y. (2024). Pemeriksaan Hemoglobin Dan Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia Pada Remaja Putri, Sebagai Upaya Deteksi Dini Anemia Dan Peningkatan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia, Di Desa Dukuh Kabupaten Bandung. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 1801–1805.
- Sari, D. A. (2024). Pemberian Edukasi terkait Anemia Menggunakan Media Leaflet dan PowerPoint terhadap Pengetahuan Remaja di Desa Kalimas, Kecamatan Besuki,

Kabupaten Situbondo. *Media Gizi Kesmas*, 13, 712–719.

Sekhar, D. L., Murray-Kolb, L. E., Wang, L., Kunselman, A. R., & Paul, I. M. (2015). Adolescent Anemia Screening During Ambulatory Pediatric Visits in the United States. *Journal of Community Health*, 40(2), 331–338. <https://doi.org/10.1007/s10900-014-9939-2>

Sufenti, N., Khairani, N., & Sanisahhuri. (2021). Hubungan pengetahuan dan sikap dengan upaya pencegahan anemia gizi besi pada siswi di SMAN 11 Kota Bengkulu. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 440–447. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v5i1.1598>

WHO. (2023). *Anaemia*. World Health Organization.

Yeboah, F. A., Bioh, J., Amoani, B., Effah, A., Senu, E., Mensah, O. S. O., Agyei, A., Kwarteng, S., Agomuo, S. K. S., Opoku, S., Agordzo, S. K., Aidoo, E. K., & Sakyi, S. A. (2024). Iron deficiency anemia and its association with cognitive function among adolescents in the Ashanti Region - Ghana. *BMC Public Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20640-4>

Yulianti, A., Aisyah, S., & Handayani, S. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja Putri. *Lentera Perawat*, 5(1), 10–17. <https://doi.org/10.52235/lp.v5i1.276>