



Volume 3 Nomor 2 (Desember) 2024

**GENITRI: JURNAL PENGABDIAN  
MASYARAKAT BIDANG KESEHATAN**  
ISSN: 2964-7010

**Inisiasi dan Optimalisasi Duta Remaja Sehat dalam Upaya Pencegahan  
Terhadap Anemia dan Kekurangan Gizi Remaja di Lingkungan Sekolah**

Nabila Amelia Hanisyah Putri, Nis'atul Khoiroh, Yuni Kurniawati, Hesteria Friska Armynia Subratha,  
Kadek Renitha Safitri, Ika Nur Fadila  
*Program Studi Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Pendidikan Ganesha*

Corresponding author: Nabila Amelia Hanisyah Putri  
Email: [h.putri@undiksha.ac.id](mailto:h.putri@undiksha.ac.id)

**ABSTRAK**

Isu gizi remaja, khususnya anemia, memerlukan perhatian lebih dari pemerintah. Saat ini, fokus utama program pemerintah lebih diarahkan pada ibu hamil, meskipun anemia pada remaja juga dapat menimbulkan komplikasi serius, termasuk meningkatkan risiko perdarahan saat persalinan dan kematian ibu. Pencegahan anemia sejak remaja, khususnya pada remaja putri yang berisiko lebih tinggi akibat menstruasi, penting untuk memastikan kesehatan ibu hamil di masa depan dan mengurangi risiko kelahiran bayi dengan anemia maupun stunting. Data yang diperoleh dari profil kesehatan Kabupaten Buleleng tahun 2020 menunjukkan angka cakupan remaja putri 12-18 tahun yang mendapat tablet tambah darah sebesar 88,80% dari total 28.314 remaja putri. Namun hal ini diharapkan dapat meningkat hingga minimal 90%. Faktor-faktor seperti kurangnya pengetahuan, kesadaran, dan asupan nutrisi menjadi kendala utama. Tujuan dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri tentang pentingnya pencegahan anemia melalui konsumsi tablet tambah darah. Kegiatan akan dilaksanakan dalam tiga tahap, yaitu edukasi/pelatihan dan dua kali pendampingan untuk mendukung rencana aksi peserta di lingkungan sekolah. Hasil yang diharapkan dari kegiatan ini adalah peningkatan cakupan konsumsi tablet tambah darah serta publikasi artikel di jurnal nasional dan publikasi video kegiatan melalui kanal YouTube.

**Kata Kunci:** Anemia, Remaja, Gizi, TTD

**ABSTRACT**

*The issue of adolescent nutrition, particularly anemia, requires more attention from the government. Currently, the primary focus of government programs is more directed towards pregnant women, even though anemia in adolescents can also lead to serious complications, including increased risk of bleeding during childbirth and maternal death. Preventing anemia from adolescence, especially in girls who are at higher risk due to menstruation, is essential to ensure the future health of pregnant women and reduce the risk of giving birth to babies with anemia or stunting. According to the 2023 Buleleng District Health Profile, the coverage of iron tablet consumption among adolescent girls remains low at 88,80% of a total of 28,314 adolescent girls. However, this is expected to increase to at least 90%. Factors such as lack of knowledge, awareness, and nutritional intake are the main obstacles. The goal of this Community Service (PkM) activity is to enhance the knowledge and awareness of adolescent girls about the importance of preventing anemia through the consumption of iron tablets. The activity will be carried out in three stages: education/training and two mentoring sessions to support participants' action plans within the school environment. The expected outcomes of this activity are increased coverage of iron tablet consumption as well as the publication of an article in a national journal and the release of a video of the activities on a YouTube channel.*

**Keyword:** Anemia, Adolescents, Nutrition, Iron Supplementation (TTD)

## PENDAHULUAN

Data Statistik Kesehatan Dunia 2021 yang dirilis oleh World Health Organization menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia subur (usia 15-49 tahun) di seluruh dunia pada tahun 2019 adalah sekitar 29,9%. Selanjutnya berdasarkan hasil Laporan Survei Kesehatan Dasar Balitbangkes Indonesia tahun 2018 menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri usia 15 hingga 24 tahun adalah sekitar 27,2%. Sedangkan pada remaja putra menunjukkan angka anemia yang lebih rendah yaitu sebesar 20,3%. Penyebab anemia umumnya karena kurangnya pengetahuan tentang anemia dan kekurangan zat besi, asam folat, vitamin B12, dan vitamin A. Selain itu kemungkinan juga dipengaruhi oleh asupan gizi yang belum optimal. (Aulya et al., 2022)

Anemia merupakan kondisi ketika jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dalam darah berada di bawah nilai normal yang sesuai dengan rentang usia dan jenis kelamin tertentu. Kekurangan mikronutrien salah satunya zat besi, dapat menyebabkan anemia bagi remaja. Walaupun zat besi utamanya dapat diperoleh dari makanan, namun terkadang asupan makanan bergizi remaja masih tergolong kurang. Sehingga diperlukan tambahan suplementasi zat besi dalam bentuk tablet tambah darah (Fe).

Pada individu yang sehat, sel darah merah mengandung hemoglobin yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dan nutrisi penting seperti vitamin dan mineral ke otak serta jaringan tubuh lainnya. Kadar hemoglobin yang dianggap normal berbeda antara laki-laki dan perempuan, dengan batas anemia pada laki-laki adalah kurang dari 13,5 g/dl dan pada perempuan adalah kurang dari 12 g/dl. Anemia dapat menyebabkan berbagai gejala klinis meliputi; kelesuan, kelemahan, pusing, penglihatan kabur, dan kulit wajah yang pucat. Faktor yang dapat menyebabkan anemia termasuk kehilangan darah yang signifikan, defisiensi zat besi, kurangnya asam folat, kekurangan vitamin B12 dan C, penyakit malaria, infestasi cacing, leukemia, kondisi kronis, status gizi, lamanya periode menstruasi, tingkat pendidikan orang tua, pengetahuan, dan ekonomi.

Anemia menjadi isu gizi global. Menurut laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), lebih dari 30% atau sekitar 2 miliar orang di seluruh dunia mengalami anemia. Prevalensi anemia di Indonesia mencapai 21,7%, dengan tingkat kejadian anemia pada kelompok usia 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 57% pada kelompok usia 15-24 tahun.

Data ini menegaskan bahwa anemia merupakan permasalahan gizi yang kerap terjadi di kalangan remaja. (Muhayati & Ratnawati, 2019). Isu gizi pada remaja memerlukan perhatian yang khusus oleh pemerintah. Namun saat ini, fokus program pemerintah lebih banyak terarah pada ibu hamil untuk mencegah kelahiran bayi dengan anemia. Padahal remaja yang mengalami anemia juga memiliki risiko komplikasi serius, termasuk meningkatnya risiko perdarahan saat persalinan yang dapat menyebabkan kematian ibu. Selain itu kelahiran bayi dengan anemia bisa dicegah dengan memaksimalkan pemenuhan nutrisi calon ibu sejak remaja. Termasuk mencegah remaja putri mengalami anemia. Fakta menunjukkan bahwa remaja putri juga cenderung lebih berisiko mengalami anemia daripada remaja putra karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya. Sehingga pemenuhan nutrisinya perlu perhatian khusus. Sehingga diharapkan ketika remaja menginjak usia dewasa, menikah dan menjalani kehamilan, maka akan dilahirkan bayi yang sehat dan tidak berisiko anemia bahkan stunting. Karena salah satu faktor yang dapat menyebabkan stunting adalah anemia pada ibu hamil. Anemia pada ibu hamil bisa disebabkan oleh anemia yang tidak tertangani dengan baik sejak remaja.

Fakta ini menunjukkan bahwa upaya penanganan masalah nutrisi yang salah satunya dalam rangka pencegahan anemia pada remaja masih terbatas, terutama dalam program-program seperti Program Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang dilaksanakan oleh Dinas Kesehatan. Masalah ini membutuhkan perhatian yang lebih besar dari semua pihak dalam bidang kesehatan untuk meningkatkan efektivitas program dan menjangkau lebih banyak remaja di seluruh Indonesia, termasuk di lingkungan sekolah. Adapun salah satu program pemerintah yaitu mengenai remaja mengkonsumsi tablet tambah darah untuk pencegahan anemia. Sehingga program ini perlu didukung dalam upaya pencegahan anemia remaja. (Sulistyawati & Nurjanah, 2018)

Namun hasil studi pendahuluan melalui wawancara yang dilakukan kepada 5 remaja di sekolah menunjukkan minimnya pengetahuan siswa mengenai anemia. Hal ini mungkin disebabkan oleh kurangnya informasi kesehatan yang diperoleh siswa. Sebagian besar siswa telah mengetahui gejala anemia. Namun belum mengetahui tentang tata cara dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah, pencegahan, dampak/efek anemia, hingga kekurangan gizi. Adapun sumber informasi mereka cenderung lebih banyak dari hasil diskusi antar teman sebaya ketika mulai merasakan sendiri gejala anemia.

Berdasarkan paparan diatas, dapat diketahui bahwa remaja / siswi di sekolah memerlukan wawasan dan meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya pencegahan anemia dan kekurangan gizi. Penunjukan duta remaja sehat diperlukan sebagai perpanjangan tangan yang lebih luas kepada seluruh siswa mengenai pencegahan anemia dan kekurangan gizi. Duta remaja sehat akan diinisiasi dan dibekali dengan berbagai edukasi mengenai anemia dan kekurangan gizi agar dapat menggalakkan pencegahan anemia kepada sesama teman di lingkungan sekolah. Sehingga diharapkan terdapat gerakan aksi bergizi dan cegah anemia oleh duta remaja sehat yang telah didukasi mengenai anemia dan gizi oleh tim pengabdian. Angka kejadian anemia di seluruh dunia diperkirakan mencapai 1,32 miliar individu, atau sekitar 25% dari populasi global. Di antara wanita usia subur, sekitar 30,4% menderita anemia. Tingkat kejadian ini bervariasi di berbagai wilayah, dengan angka tertinggi terjadi di Benua Afrika sebesar 44,4%, diikuti oleh Benua Asia dengan kisaran 25% hingga 33%, dan angka terendah tercatat di Benua Amerika Utara sebesar 7,6%.

Oleh karena itu, anemia merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang signifikan di berbagai negara di dunia, terutama di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Anemia cenderung lebih sering terjadi pada remaja putri dan ibu hamil, dengan prevalensi yang terus meningkat dari tahun ke tahun.

Data yang diperoleh dari profil kesehatan Kabupaten Buleleng tahun 2020 menunjukkan angka cakupan remaja putri 12-18 tahun yang mendapat tablet tambah darah sebesar 88,80% dari total 28.314 remaja putri. Namun hal ini diharapkan dapat meningkat hingga minimal 90%. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh berbagai faktor, meliputi kurangnya pengetahuan maupun kesadaran mengenai anemia maupun tablet tambah darah, asupan nutrisi untuk pencegahan anemia, dampak anemia bagi generasi akan datang, serta faktor lainnya. Sehingga diperlukan berbagai upaya untuk meningkatkan cakupan konsumsi tablet tambah darah remaja agar tidak terjadi kekurangan gizi pada remaja.

Data dari Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga Kabupaten Buleleng, diperoleh bahwa terdapat 74 SMP Negeri maupun Swasta yang terdaftar pada Kabupaten Buleleng. SMP Muhammadiyah 2 Singaraja merupakan salah satu sekolah menengah pertama berbasis islam terbaik di Singaraja dengan akreditasi B, yang telah berdiri sejak tahun 1967.

Sekolah ini berada di tengah tengah Kota Singaraja. Selain itu, kurikulum yang ditawarkan juga mengikuti standar pendidikan SMP oleh Kemdikbudristek. Sebagai salah satu sekolah menengah pertama berbasis Islam di Singaraja, sekolah ini memiliki potensi untuk menyebarkan informasi kepada sekolah berbasis Islam lainnya. Berbagai prestasi juga telah ditorehkan oleh siswa SMP Muhammadiyah 2 Singaraja seperti meraih kemenangan dalam Olimpiade Online Nasional. Saat ini jumlah remaja putri (siswi) di SMP Muhammadiyah 2 Singaraja yaitu sejumlah 87 siswi.

Pihak SMP Muhammadiyah 2 Singaraja juga menyambut baik rencana pengabdian masyarakat yang akan dilakukan oleh tim pengabdian. Karena edukasi mengenai kesehatan remaja dipandang perlu agar dapat menjadi bekal bagi siswa yang baru menginjak usia remaja awal. Siswa cenderung memiliki pengetahuan yang minim mengenai kesehatan remaja, khususnya kesehatan reproduksi hingga nutrisi yang perlu dipenuhi untuk menunjang masa remaja yang sehat. Namun, pihak puskesmas di cakupan wilayah kerja SMP Muhammadiyah 2 Singaraja, telah rutin membagikan tablet tambah darah kepada remaja, meski belum dilakukan agenda edukasi/penyuluhan khusus terkait anemia.

Sebelum kegiatan pengabdian dilakukan, pihak puskesmas di wilayah SMP Muhammadiyah 2 Singaraja telah rutin melakukan pemberian tablet tambah darah. Namun /;

Adapun sasaran kegiatan pengabdian ini adalah perwakilan siswi dari setiap tingkat/kelas/angkatan yang akan dipilih dan didukasi untuk menjadi Duta Remaja Sehat. Mereka akan bertugas menyebarkan informasi yang lebih luas kepada seluruh siswa lainnya di lingkungan sekolah. Adapun penjabaran target peserta sebagai berikut;

No	Kelas/ Tingkat	Jumlah Siswa
1	Kelas I	10 Siswi (remaja putri)
2	Kelas II	10 Siswi (remaja putri)
3	Kelas III	10 Siswi (remaja putri)
<b>Jumlah</b>		<b>30 siswi (remaja putri)</b>

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan oleh tim pengabdian dapat diidentifikasi beberapa hal yakni;

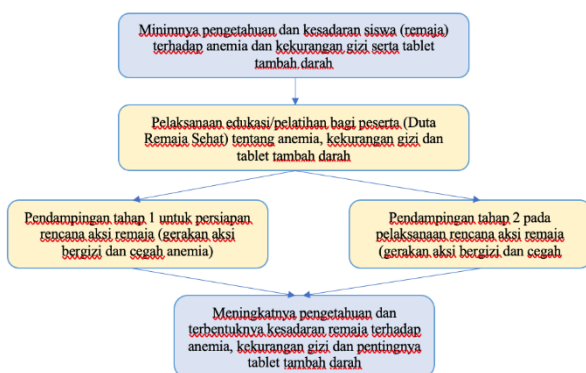
- Kurangnya pengetahuan remaja putri / siswi terhadap pencegahan anemia dan kekurangan gizi
- Kurangnya kesadaran remaja putri / siswi terhadap pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah untuk pencegahan anemia dan kekurangan gizi

Pada kegiatan pengabdian ini, akan diinisiasi satu kelompok perwakilan remaja yang akan berperan dalam penyebaran informasi dan sustainabilitas informasi di lingkungan sekolah. Kelompok ini dinamakan Duta Remaja Sehat. Peran duta di sekolah dalam edukasi kepada teman sebaya sangat penting dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang inklusif, mendukung, dan berorientasi pada pembelajaran sosial. (Fitriani & Masing, 2022) Berikut adalah beberapa peran penting dari seorang duta di sekolah dalam memberikan edukasi kepada teman sebaya:

- a. Membangun Kesadaran. Duta sekolah dapat membantu dalam membangun kesadaran tentang isu-isu penting dalam hal ini mengenai anemia, gizi dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah di antara teman-teman sebayanya.
- b. Memberikan Informasi. Duta sekolah dapat menjadi sumber informasi yang handal tentang berbagai topik penting, dalam hal ini mengenai anemia, gizi dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah.
- c. Menyediakan Dukungan Emosional. Duta sekolah dapat menjadi pendengar yang baik dan menyediakan dukungan emosional kepada teman-teman sebayanya yang mungkin mengalami kesulitan khususnya yang terkait dengan gejala anemia dan kekurangan gizi.
- d. Mengadakan Kampanye dan Acara. Duta sekolah dapat mengorganisir kampanye, yang juga akan dilakukan pada agenda pengabdian ini kepada teman-teman sebayanya
- e. Menjadi Contoh Teladan. Duta sekolah dapat menjadi contoh teladan bagi teman-teman sebayanya dengan menunjukkan perilaku yang positif, toleransi, keterbukaan, dan sikap peduli terhadap sesama.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim pengabdian sebagai berikut;

1. Tahap persiapan, dimulai dengan peninjauan dan pertemuan awal antara tim pengabdian dengan pihak terkait, yaitu kepala sekolah untuk menjelaskan maksud, tujuan dan sasaran kegiatan. Selain itu juga memohon izin pelaksanaan kegiatan sebagai mitra terkait.
2. Tahap pra pelaksanaan, dilakukan dengan evaluasi awal (*pretest*) kepada peserta untuk menilai pengetahuan peserta mengenai anemia dan kekurangan gizi. Serta menilai kesadaran peserta dalam mengkonsumsi tablet tambah darah.
3. Pelaksanaan edukasi/pelatihan bagi peserta (Duta Remaja Sehat) mengenai anemia, kekurangan gizi dan tablet tambah darah.
4. Pendampingan tahap 1 (Persiapan) dilakukan untuk mendampingi peserta dalam melakukan persiapan rencana aksi / kampanye di lingkungan sekolah mengenai anemia, kekurangan gizi dan tablet tambah darah.



Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah



5. Pendampingan tahap 2 (Hari aksi) dilakukan untuk mendampingi peserta pada hari kegiatan rencana aksi / kampanye di lingkungan sekolah mengenai anemia, kekurangan gizi dan tablet tambah darah.



6. Tahap akhir, dilakukan dengan evaluasi akhir (*posttest*) kepada peserta untuk menilai pengetahuan peserta mengenai anemia dan kekurangan gizi. Serta menilai kesadaran peserta dalam mengonsumsi tablet tambah darah, setelah dilakukan edukasi dan pendampingan oleh tim pengabdian.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat memerlukan evaluasi untuk mengukur keberhasilan pelaksanaan program. Pengukuran/evaluasi ini berdasarkan;

No	Luaran	Kegiatan	Indikator Keberhasilan
1	Meningkatkan pengetahuan remaja putri (siswi) mengenai anemia dan kekurangan gizi	Ceramah dan diskusi	Hasil <i>post test</i> 90% peserta memperoleh nilai $\geq 85$
2	Meningkatkan kesadaran remaja putri (siswi) terhadap pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah untuk pencegahan anemia dan kekurangan gizi	Ceramah dan diskusi	85% peserta berkomitmen untuk mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan dan pendampingan inisiasi optimalisasi duta remaja sehat dalam upaya pencegahan terhadap anemia dan kekurangan gizi di lingkungan sekolah, dilaksanakan dengan beberapa tahapan dan jadwal sebagai berikut;

1. Pelaksanaan edukasi/pelatihan bagi peserta (Duta Remaja Sehat) mengenai anemia, kekurangan gizi dan tablet tambah darah serta pengisian kuesioner pretest dilaksanakan pada hari Jumat, 23 Agustus 2024 di Ruang Perpustakaan SMP Muhammadiyah 2 Singaraja pada pukul 09.00-11.00 WITA. Adapun materi yang diberikan antara lain;
  - a) Anemia dan kaitannya dengan gizi remaja
  - b) Definisi anemia
  - c) Pencegahan dan penanganan anemia
  - d) Pentingnya tablet tambah darah

Selain itu dilakukan penunjukan duta remaja sehat berdasarkan keaktifan dan hasil nilai pretest. Selanjutnya dilakukan prosesi pemasangan atribut dalam bentuk pin yang bertuliskan "Duta Remaja Sehat SMP Muhammadiyah 2 Singaraja" sebagai identitas khusus para duta remaja yang bersiap menyebarkan informasi lebih luas di lingkungan sekolah.

2. Pendampingan tahap 1 (Persiapan) dilakukan untuk mendampingi peserta dalam melakukan persiapan rencana aksi / kampanye di lingkungan sekolah mengenai anemia, kekurangan gizi dan tablet tambah darah. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 24 Agustus 2024 bersama duta remaja sehat yang telah ditunjuk berdasarkan hasil pretest, keaktifan dalam edukasi dan perwakilan kelas. Duta remaja sehat menggunakan pin baju sebagai atribut sebagai duta yang akan menyebarkan informasi ke seluruh lingkungan sekolah.
3. Pendampingan tahap 2 (Hari aksi) dilakukan untuk mendampingi peserta pada hari kegiatan rencana aksi / kampanye di lingkungan sekolah mengenai anemia, kekurangan gizi dan tablet tambah darah. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Senin, 26 Agustus 2024 bersama duta remaja sehat. Rencana aksi dilakukan dengan penyebaran leaflet tentang pentingnya tablet tambah darah kepada sesama teman di lingkungan sekolah. Sekaligus dilakukan evaluasi akhir (*posttest*) kepada peserta untuk menilai pengetahuan peserta mengenai anemia dan kekurangan gizi. Serta menilai kesadaran peserta dalam mengkonsumsi tablet tambah darah, setelah dilakukan edukasi dan pendampingan oleh tim pengabdian.

Adapun hasil kegiatan pengabdian berupa analisis yang menggambarkan rerata nilai pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan pelatihan dan pendampingan mengenai pentingnya tablet tambah darah bagi remaja. Adapun hasil kegiatan disajikan pada Tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1. Distribusi Hasil Penilaian Pretest dan Posttest Variabel Pengetahuan Siswa (Remaja) SMP Muhammadiyah 2 Singaraja

Kategori	Mean	Min	Mak
Pengetahuan			
<i>Pretest</i>	50	40	60
<i>Posttest</i>	90	80	95

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pada rerata nilai pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan edukasi serta pendampingan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi dan pendampingan yang diberikan dapat berdampak pada peningkatan wawasan remaja terkait anemia dan pentingnya tablet tambah darah. Sehingga dapat diasumsikan pula, bahwa adanya peningkatan pengetahuan secara tidak langsung akan mempengaruhi sikap dan perilaku positif remaja terhadap tablet tambah darah.

Usia memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan pengetahuan seseorang, termasuk dalam hal pemahaman tentang kesehatan, seperti anemia. Seiring bertambahnya usia, individu umumnya mengalami perkembangan kognitif yang lebih baik. Sehingga lebih mampu memahami informasi yang lebih kompleks dan membuat keputusan yang lebih matang. Pada remaja, peningkatan pengetahuan tentang anemia disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain;

1. Perkembangan kognitif. Remaja berada pada fase perkembangan yang memperkuat kemampuan berpikir abstrak dan logis, yang memungkinkan mereka untuk lebih memahami konsep medis seperti anemia.
2. Paparan informasi. Remaja sering kali lebih terpapar pada sumber informasi, baik dari sekolah, media sosial, atau lingkungan sekitar, yang memperluas pengetahuan mereka tentang berbagai topik, termasuk kesehatan.
3. Pengalaman pribadi atau orang lain. Usia yang lebih tua sering kali membawa pengalaman lebih banyak, baik dari diri sendiri atau orang di sekitar, yang dapat meningkatkan kesadaran akan masalah kesehatan seperti anemia.

Selanjutnya peningkatan pengetahuan ini dimungkinkan juga karena pendampingan dan edukasi yang diberikan, menggunakan beberapa metode. Pada pendampingan ini digunakan metode ceramah sekaligus games yang interaktif sehingga terjadi peningkatan pengetahuan secara efektif. (Rahayu & Purnamasari, 2019)

Selain itu pendampingan dan edukasi yang dilakukan juga menggunakan instrumen dalam bentuk leaflet yang memuat ringkasan penting terkait anemia dan tablet tambah darah. Hal ini juga menjadi salah satu faktor peningkatan pengetahuan remaja terkait anemia dan tablet tambah darah. Penggunaan leaflet sebagai media pembelajaran, berfungsi dalam memberikan informasi atau pesan tentang pembelajaran sehingga juga dapat memberikan interaksi positif antara pengabdian dan peserta dalam hal ini remaja.

Media pembelajaran adalah sebuah alat atau benda yang biasanya untuk memudahkan guru/pengajar/instruktur agar dapat mencapai tujuan pembelajaran/edukasi secara efektif dan efisien (Umiyati, 2014)

Dengan metoda dan media seadanya tentunya tidak banyak informasi yang didapat oleh peserta didik. Menurut (Aro et al., 2019) bahwa masalah kesehatan dapat disebabkan karena kurangnya informasi yang didapatkan. Kondisi lain yang menunjang keberhasilan pendidikan kesehatan adalah situasi yang sangat harmonis saat pendidikan kesehatan dilaksanakan.

Pemberian edukasi atau penyampaian materi berlangsung tanpa hambatan, termasuk sesi pendampingan peserta. Sesi materi juga dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang bertujuan mengetahui perubahan pengetahuan peserta sebelum dan setelah dilakukan edukasi. Peserta tampak antusias mengajukan beberapa pertanyaan salah satunya mengenai efek samping tablet tambah darah yang dirasakan berdasarkan pengalaman pribadi. Tim pengabdian juga memberikan *reward* kepada peserta yang mampu menjawab pertanyaan dengan benar pada akhir sesi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Kusyairy et al., 2018) yang menyatakan bahwa pemberian reward dapat meningkatkan hasil belajar seseorang.

## SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pendampingan dan edukasi remaja terkait inisiasi optimalisasi duta remaja sehat di lingkungan sekolah berlangsung lancar dan sesuai perencanaan. Selain itu diperoleh peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia dan tablet tambah darah. Peserta mengikuti kegiatan dengan antusias. Peserta juga ikut aktif menjawab pertanyaan yang ditanyakan oleh pemateri hingga menanyakan beberapa pertanyaan yang berhubungan dengan pengalaman pribadi dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Tidak ditemukan kesenjangan pada pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Universitas Pendidikan Ganesha atas dukungan yang diberikan untuk pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini. Sehingga kami dapat melaksanakan kegiatan yang bermanfaat bagi masyarakat dan tujuan yang direncanakan dapat tercapai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, A., & Darmadja, S. (2020). Pengaruh Enam Variabel terhadap Perilaku Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 10(03), 83–95. <https://journals.stikim.ac.id/index.php/jiki/article/view/757>
- Amir, N., & Djokosujono, K. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia: Literatur Review. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(2), 119. <https://doi.org/10.24853/jkk.15.2.119-129>
- Astuti, Y., & Kusumawardhani, A. M. (2023). Efektifitas Antara Metode Peer Group dan Think, Pair, Share terhadap Pengetahuan dan Perilaku Pencegahan Anemia Remaja. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(2), 221–230. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol9.iss2.1417>
- Aulya, Y., Siauta, J. A., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), 1377–1386. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Fitriani, D., & Masing, M. (2022). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Orientasi Masa Depan Siswa. *Satya Widya*, 38(1), 25–37. <https://doi.org/10.24246/j.sw.2022.v38.i1.p25-37>
- Muchtar, F., Sabrin, S., Effendy, D. S., Lestari, H., & Bahar, H. (2022). Pengukuran status gizi remaja putri sebagai upaya pencegahan masalah gizi di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe. *Abdi Masyarakat*, 4(1), 43–48. <https://doi.org/10.58258/abdi.v4i1.3782>
- Muhayati, A., & Ratnawati, D. (2019). Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(01), 563–570. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i01.183>
- Pemayun, C. I. M., Winangsih, R., & Ariyanti, K. S. (2023). Gambaran Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Tabanan. *Jurnal Medika Usada*, 6(1), 64–73. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v6i1.164>
- Sulistiyawati, N., & Nurjanah, A. S. (2018). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Studi Kasus Pada Siswa Putri SMAN 1 Piyungan Bantul. *Jurnal Kesehatan Samodra Biru*, 9(2), 1–7.



Yunita, F. A., Hardiningsih, H., Yuneta, A. E. N., Sulaeman, E. S., & Ada', Y. R. (2020). Hubungan Pola Diet Remaja dengan Status Gizi. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah*

*Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(2), 93.  
<https://doi.org/10.20961/placentum.v8i2.434>  
16