

## Upaya edukasi anemia dan tablet tambah darah pada siswi sekolah menengah kejuruan

**Rizky Gustinanda\*, Karunia Nining Handaningrum, Silmi Kaffah, Iis Wahyuningsih, Danang Prasetyaning Amukti**

Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia

\*email Koresponden Penulis: rizkygustinanda@gmail.com

### Info Artikel

#### Riwayat Artikel

**Diajukan:** 2024-08-21

**Diterima:** 2024-12-11

**Diterbitkan:** 2024-12-23



**Lisensi:** cc-by-sa

Copyright © 2024 Penulis

### ABSTRAK

Prevalensi anemia pada wanita meningkat dari 29,6% pada tahun 2019 menjadi 29,9% pada tahun 2021, menurut laporan Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta mengenai prevalensi anemia pada remaja putri meningkat dari 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% pada tahun 2018. Anemia berdampak negatif terhadap pembelajaran, produktivitas, dan risiko infeksi. Di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta, banyak siswi yang kurang memiliki kesadaran tentang anemia dan suplemen tablet tambah darah. Tujuan dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan pendidikan kesehatan dalam bentuk edukasi serta pemberian tablet tambah darah sebagai upaya potensi pencegahan terjadinya anemia. Kegiatan program pemberdayaan umat (PRODAMAT) menerapkan metode Participatory Action Research (PAR) dengan memberikan materi tentang anemia dan obat tablet tambah darah (TTD) meliputi pengertian, gejala, faktor resiko, pencegahan dan cara pengguan TTD yang benar. Hasil yang diperoleh setelah dilaksanakan kegiatan sosialisasi edukasi didapatkan hasil pre-test dan post-test terdapat peningkatan pengetahuan dari 26,6% menjadi sebesar 46,6%. Program ini juga melibatkan penyampaian materi, pembagian leaflet, dan diskusi interaktif untuk memperkuat pemahaman peserta. Intervensi ini terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku remaja putri terkait pencegahan anemia. Pendekatan edukasi berbasis partisipasi, seperti yang diterapkan, dapat terus dikembangkan untuk mendukung terciptanya generasi muda yang sehat dan sadar akan pentingnya menjaga pola hidup sehat. Penelitian ini menegaskan pentingnya kolaborasi antara sekolah dan komunitas dalam mengatasi masalah kesehatan remaja.

**Kata Kunci:** edukasi; anemia; tablet tambah darah

### Cara mensitasi artikel:

Gustinanda, R., Handaningrum, K. N., Kaffah, S., Wahyuningsih, I., & Amukti, D. P. (2025). Upaya edukasi anemia dan tablet tambah darah pada siswi sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 6(1), 106–116. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v6i1.22397>

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu kondisi Kesehatan yang mana kadar hemoglobin (Hb), hematokrit, dan eritrosit di bawah rentang normal. Anemia pada remaja putri dapat menyebabkan kelelahan, menurunnya konsentrasi belajar, dan menurunnya efisiensi kerja. Dampak anemia juga dapat menyebabkan menurunnya imunitas manusia dan rentan terhadap penyakit atau infeksi.

Tingginya prevalensi kasus anemia pada remaja, kejadian ini jika tidak ditangani dengan baik, akan terus berlanjut hingga dewasa dan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kematian ibu, kelahiran prematur, dan stunting (Aliffa Izzara et al., 2023).

Remaja putri pada masa pubertas memiliki risiko tinggi mengalami anemia gizi besi, terutama akibat kehilangan zat besi yang signifikan selama menstruasi. Risiko ini diperparah oleh rendahnya asupan zat besi, padahal zat besi sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan tubuh yang pesat pada usia tersebut. Kebiasaan remaja yang lebih banyak mengonsumsi makanan nabati membuat kebutuhan zat besi harian sulit terpenuhi, terutama karena zat besi dari sumber nabati tidak sebaik yang berasal dari hewani dalam hal penyerapan. Selain itu, keinginan untuk menjaga tubuh tetap langsing sering kali membuat mereka membatasi asupan makanan, yang pada akhirnya meningkatkan risiko anemia. Dampak anemia pada remaja putri meliputi gangguan kesehatan reproduksi, keterlambatan perkembangan motorik, mental, dan kecerdasan, penurunan prestasi belajar, kebugaran yang rendah, serta kegagalan mencapai tinggi badan optimal. Kondisi ini tidak hanya memengaruhi kesehatan mereka saat ini, tetapi juga sebagai calon ibu di masa depan, yang berpotensi meningkatkan risiko komplikasi kehamilan, seperti kematian ibu, bayi lahir prematur, atau berat badan lahir rendah (Elvira & Rizqiya, 2022).

Dari data WHO melaporkan bahwa pada tahun 2021, prevalensi anemia di dunia pada wanita dengan rentang usia 15-49 tahun adalah 29,9%, dengan angka yang sedikit lebih rendah yaitu 29,6% pada wanita tidak hamil dalam rentang usia yang sama, termasuk remaja. Selain itu, laporan Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta menggambarkan kecenderungan adanya peningkatan prevalensi anemia pada remaja putri, meningkat dari 37,1% pada Riskeddas 2013 menjadi 48,9% pada Riskeddas 2018 dengan rentang usia 15-24 dan 25-34 tahun. Akibatnya, anemia telah menjadi masalah kesehatan yang signifikan di kalangan remaja, terutama yang menyerang perempuan muda. Di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta, sekitar 60 siswi sering kali kurang mendapat pendidikan mengenai anemia dan suplementasi zat besi, sehingga menyebabkan kurangnya pemahaman mengenai masalah kesehatan ini.

Pemerintah telah melaksanakan program penanggulangan anemia pada remaja putri melalui suplementasi zat besi dan asam folat yang terkandung dalam tablet tambah darah (TTD). Tablet ini dapat diperoleh melalui fasilitas kesehatan, sekolah, dan inisiatif pribadi. Sasaran program TTD di tingkat sekolah dikembangkan yaitu menjangkau remaja putri SMP, SMA dan sederajat, serta perempuan luar sekolah sebagai upaya strategis dalam upaya memutus siklus permasalahan gizi. Program Pencegahan dan Pengendalian Anemia ini bertujuan untuk meningkatkan kepatuhan terhadap asupan TTD dan pada akhirnya mengurangi prevalensi anemia di kalangan remaja Perempuan (Kemenkes RI, 2018).

Salah satu upaya untuk mengatasi anemia pada remaja, dilakukan terapi farmakologi dan non farmakologi, antara lain dengan pemberian Tablet Suplemen Darah (TTD) yang mengandung zat besi (FeSO 60 mg) dan asam folat (0,25 mg).

Pemerintah Indonesia menggalakkan TTD untuk meningkatkan asupan zat besi di kalangan remaja dan wanita usia subur. Namun, banyak remaja putri, khususnya di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta, kurang memiliki pengetahuan tentang penggunaan TTD yang benar, sehingga menghambat efektivitas terapi.

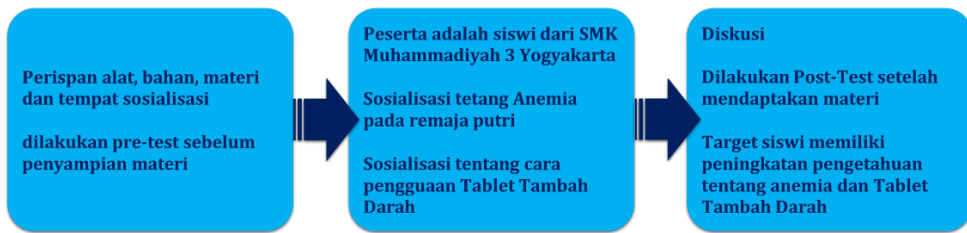
Bedasarkan uraian diatas, tujuan dari kegiatan pelaksanaan program perbedayaan umat (PRODAMAT) adalah untuk memberikan edukasi kepada siswi di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta dalam peningkatan pengetahuan siswi tentang anemia dan penyaluran TTD.

## METODE

Program Pemberdayaan Umat (PRODAMAT) menerapkan metode *Participatory Action Research* (PAR). Metode PAR digunakan dengan harapan, agar mampu meningkatkan partisipasi dan kolaborasi dari berbagai pihak dalam mengelola penelitian action research (Eilks, 2018). Metode yang digunakan melibatkan ceramah dan diskusi, serta pemberian langsung TTD kepada peserta. Kegiatan ini ditujukan untuk siswi kelas X di SMK 3 Muhammadiyah Yogyakarta. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Selasa, 23 Juli 2024, dan Kamis, 25 Juli 2024, dengan partisipasi dari 30 siswi. Analisis masalah yang ditemukan adalah kurangnya perhatian siswi dari SMK 3 Muhammadiyah dalam mengonsumsi tablet tambahan darah dengan benar

Program kerja ini dimulai dengan menganalisis permasalahan terkait kesehatan. Selanjutnya, kami berkoordinasi dengan ketua program studi farmasi di SMK 3 Muhammadiyah dalam memberikan penyuluhan tentang edukasi anemia kepada remaja putri. Setelah itu, kami melanjutkan dengan memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai langkah pencegahan anemia. Kami juga mempersiapkan alat dan bahan yang akan di paparkan di materi presentasi, serta soal pre-test dan post-test sebagai bentuk penilaian pengetahuan remaja putri mengenai anemia.

Perserta Sebelum mendapatkan materi edukasi tentang anemia, siswi diminta mengisi 12 soal pre-test dalam bentuk multiple choice yang telah disusun oleh pematari. Soal yang diberikan berkitan dengan materi yang disampaikan. Setelah itu, dilanjutkan dengan diskusi mengenai edukasi anemia dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Untuk mengukur pemahaman peserta setelah materi disampaikan, maka peserta diberikan soal post-test yang terdiri dari 12 soal yang sama dengan pre-test. Adapun tujuan dari pemberian soal post-test adalah untuk menilai sejauh mana pencapaian peserta terhadap ilmu yang telah diberikan. Peserta diberikan batasan waktu pengerjaan 12 menit untuk mengisi soal post-test. Ringkasan metode jalanya pengabdian dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Diagram alir kegiatan PRODAMAT

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Pemberdayaan Umat (PRODAMAT) adalah sebuah inisiatif pengabdian kepada masyarakat yang melibatkan mahasiswa pascasarjana Universitas Ahmad Dahlan (UAD) dalam memberikan kontribusi positif kepada masyarakat di SMK 3 Muhammadiyah Yogyakarta. Program ini secara rutin diselenggarakan oleh mahasiswa dan dosen yang memiliki kompetensi sesuai dengan bidang keahlian mereka. Pada kesempatan kali ini, kegiatan PRODAMAT diikuti oleh 30 siswi dari kelas X di SMK 3 Muhammadiyah Yogyakarta.

Program Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai anemia dan penggunaan tablet tambahan darah sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Program dimulai dengan penyampaian materi yang menjelaskan betapa pentingnya mengonsumsi tablet tambahan darah untuk mencegah dan mengatasi anemia, terutama di kalangan remaja putri yang lebih rentan terhadap kondisi ini. Sebelum materi disampaikan, peserta diwajibkan untuk mengisi *pre-test*. Kuesioner *pre-test* ini berfungsi untuk mengukur pengetahuan awal siswi mengenai topik anemia dan tablet tambah darah. Tujuan dari pengisian *pre-test* adalah untuk mendapatkan gambaran mengenai tingkat pemahaman peserta sebelum mengikuti edukasi. Proses pengisian kuesioner ini dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Pengisian kuesioner pretest anemia dan TTD

Setelah menyelesaikan *pre-test*, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai anemia dan langkah-langkah pencegahannya, khususnya melalui konsumsi tablet tambahan darah. Dalam pemaparan materi ini, peserta dijelaskan tentang betapa pentingnya tablet tambahan darah untuk mencegah anemia dan

bagaimana anemia dapat memengaruhi kesehatan, terutama pada remaja putri yang rentan terhadap kekurangan zat besi. Tablet tambahan darah diberikan sebagai suplemen untuk mengurangi risiko anemia yang disebabkan oleh kekurangan zat besi. Selain itu, tingkat pengetahuan peserta tentang anemia juga sangat berkaitan dengan kesadaran dan kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet tambahan darah. Konsumsi suplemen darah ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti warna, rasa, bentuk sediaan, serta efek samping yang mungkin dirasakan oleh pengguna. Oleh karena itu, pemahaman dan kesadaran tentang manfaat serta cara penggunaan tablet tambahan darah sangat penting untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsinya secara teratur dan tepat. Gambar 3 menunjukkan momen pemaparan materi ini (Agustina, 2019; Sari, 2019).



**Gambar 3.** Pemaparan materi tentang edukasi Anemia dan TTD

Setelah sesi pemaparan materi selesai, kegiatan berlanjut dengan pembagian leaflet yang berisi informasi penting mengenai anemia serta manfaat tablet tambahan darah. Leaflet ini dirancang dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami, sehingga dapat dijadikan sebagai panduan bagi siswi untuk memahami langkah-langkah pencegahan anemia, serta cara tablet tambahan darah dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh. Dengan adanya leaflet, diharapkan peserta dapat merujuk kembali ke informasi ini kapan saja untuk memperdalam pengetahuan mereka. Pembagian leaflet juga bertujuan untuk membantu peserta mengingat kembali materi yang telah disampaikan dan memperkuat pemahaman mereka tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambahan darah. Leaflet ini juga berfungsi sebagai alat pengingat agar peserta dapat menjaga kesehatan mereka dengan lebih baik, khususnya dalam mencegah anemia.

Selain itu, leaflet tersebut memuat informasi mengenai gejala anemia, efek samping yang mungkin timbul akibat konsumsi tablet darah, serta tips tambahan yang dapat membantu mempertahankan kadar zat besi yang optimal dalam tubuh. Dengan demikian, leaflet ini tidak hanya sebagai materi pendukung, tetapi juga sebagai alat edukasi yang dapat meningkatkan kesadaran peserta akan pentingnya perawatan kesehatan yang tepat dan teratur. Leaflet yang dibagikan dapat dilihat pada gambar 4 dan 5.



**Gambar 4.** Tampilan depan leaflet eudaksi tablet tambah darah

Setelah sesi sosialisasi selesai, kegiatan dilanjutkan dengan tahap diskusi dan tanya jawab, di mana para peserta terlihat sangat antusias dalam mendalami topik yang telah disampaikan, terutama mengenai penggunaan “Eudaksi Tablet Tambah Darah” untuk mengatasi anemia. Pada sesi ini, peserta diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan berdiskusi lebih lanjut tentang materi yang dianggap penting dan relevan dengan pengalaman mereka. Antusiasme peserta sangat terasa, yang menunjukkan bahwa mereka tertarik untuk memahami lebih jauh tentang cara mengatasi anemia dengan penggunaan suplemen darah ini.



**Gambar 5.** Tampilan belakang leaflet edukasi tablet tambah darah

Kemudian, dilakukan evaluasi untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan. Evaluasi dilakukan dengan membagikan lembar *post-test* kepada peserta. Tujuan dari *post-test* ini adalah untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti sosialisasi. Hasil perbandingan antara *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya penggunaan tablet tambah darah dengan cara yang benar. Proses pengisian kuesioner *post-test* ini dapat dilihat pada gambar 6.





**Gambar 6.** Pengisian keusioner posttes edukasi anemia dan TTD

Penilaian terhadap evaluasi kegiatan sosialisasi Eduaksi Tablet Tambah Darah (TTD) untuk mengatasi anemia melibatkan total 30 peserta. Evaluasi ini dilakukan dengan membandingkan hasil dari *pre-test* dan *post-test* yang diadakan sebelum dan setelah sosialisasi. *Pre-test* terdiri dari 12 pertanyaan dalam bentuk pilihan ganda yang dirancang untuk mengukur pengetahuan awal peserta mengenai anemia dan penggunaan tablet tambah darah. Setelah pemaparan materi, peserta kemudian mengisi *post-test* untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan mereka. Hasil dari *pre-test* dan *post-test* ini dapat dilihat lebih rinci pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Hasil *pre-test* dan *post-test* sosialisasi anemia tablet tambah darah

| Kriteria     | Pre-Test |      | Post-Test |      |
|--------------|----------|------|-----------|------|
|              | Jumlah   | %    | Jumlah    | %    |
| Baik (>50)   | 8        | 26.6 | 14        | 46.6 |
| Kurang(<=50) | 22       | 73.4 | 16        | 53.4 |

Hasil *pre-test* menunjukkan sebelum sosialisasi, sebagian besar peserta (73,4%) memiliki tingkat pengetahuan rendah dengan skor  $\leq 50$ , yang menunjukkan bahwa pengetahuan mereka tentang anemia dan penggunaan tablet tambah darah masih terbatas. Hal ini menunjukkan bahwa banyak peserta yang belum sepenuhnya memahami pentingnya pencegahan anemia atau cara penggunaan tablet tambah darah secara tepat. Penyebab kurangnya pengetahuan ini bisa disebabkan oleh kurangnya informasi sebelumnya atau kurangnya konsentrasi saat menjawab soal. Namun, setelah sosialisasi dan pemaparan materi, hasil dari *post-test* menunjukkan perubahan yang positif. Persentase peserta yang mendapatkan skor baik (lebih dari 50) meningkat menjadi 46,6%. Hal ini menunjukkan bahwa sosialisasi berhasil meningkatkan pemahaman peserta tentang pentingnya tablet tambah darah dalam mencegah anemia. Kegiatan ini efektif dalam memberikan edukasi dan meningkatkan kesadaran peserta untuk menjaga kesehatan.

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan edukasi yang dirancang untuk menyampaikan informasi, pesan, dan nilai-nilai kesehatan dengan tujuan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan. Kegiatan ini tidak hanya memberikan pengetahuan baru, tetapi juga membantu

meningkatkan pemahaman dan penerapan anjuran-anjuran terkait pola hidup sehat. Selain itu, penyuluhan juga berfungsi untuk mengembangkan keterampilan dan membentuk sikap positif individu terhadap kesehatan, sehingga mampu mendukung pengambilan keputusan yang berorientasi pada peningkatan kualitas hidup (Notoatmodjo, 2013). Salah satu tantangan kesehatan utama yang dihadapi remaja putri adalah anemia, khususnya anemia defisiensi besi, yang berdampak tidak hanya pada kesehatan individu tetapi juga pada kualitas generasi berikutnya. Berdasarkan penelitian Yuliasari & Lidia Sari (2022) penyuluhan mengenai anemia efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri, hasil ini menegaskan pentingnya penyuluhan sebagai intervensi untuk meningkatkan kesadaran remaja dalam mencegah anemia. Penelitian dari Marselina et al. (2023) mendukung temuan ini dengan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta penyuluhan, seperti yang terlihat dari perbedaan nilai *pretest* dan *posttest*. Kegiatan ini tidak hanya berhasil meningkatkan pemahaman peserta tetapi juga menjadi model edukasi untuk mencegah masalah kesehatan melalui peningkatan pengetahuan masyarakat. Kemudian diperkuat oleh penelitian dari Arifin et al. (2022) menyoroti pentingnya partisipasi aktif peserta selama penyuluhan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa tidak hanya memperoleh pemahaman tentang anemia, serta penyebab, gejala, dan pencegahannya, tetapi juga meningkatkan kesadaran akan kaitan antara kesehatan dan prestasi akademis.

Hasil dari proses pembelajaran yang dilakukan melalui kegiatan pendidikan kesehatan terbukti memberikan dampak positif berupa peningkatan pemahaman siswa. Setelah mengikuti edukasi kesehatan, pengetahuan siswa tentang materi yang disampaikan menjadi lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pemahaman dan penerapan informasi yang relevan untuk mendukung pola hidup sehat (Marlah et al., 2020). Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor utama, seperti pendidikan, pekerjaan, usia, dan pengalaman. Pendidikan memberikan akses terhadap informasi, pekerjaan menentukan paparan terhadap pengetahuan tertentu, usia menambah wawasan seiring waktu, dan pengalaman memberikan pemahaman langsung. Faktor-faktor ini secara signifikan berperan dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran individu (Maharani, 2020). Selain itu, kegiatan penyuluhan kepada masyarakat ini konsisten dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah pembagian leaflet (Suwarno et al., 2017). Penelitian yang dilakukan pada remaja oleh Imas Nur Fauziah et al., (2020) menunjukkan bahwa pemberian penyuluhan kesehatan kepada remaja secara signifikan meningkatkan pengetahuan mereka mengenai anemia. Analisis data menunjukkan nilai *p*-value sebesar 0,000, yang menandakan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi melalui edukasi efektif dalam memperbaiki pemahaman remaja tentang anemia. Namun, penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa remaja umumnya kurang menyadari atau memahami dampak buruk yang dapat ditimbulkan oleh anemia. Banyak yang memandang



anemia sebagai masalah yang sepele dan tidak membutuhkan perhatian khusus. Pandangan seperti ini menunjukkan pentingnya upaya sosialisasi yang lebih intensif untuk meningkatkan kesadaran remaja terhadap risiko kesehatan yang disebabkan oleh anemia serta pentingnya pencegahan (Yusuf & Syamsu, 2011).

Salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan perilaku dan pengetahuan individu maupun kelompok dalam masyarakat adalah melalui intervensi edukasi kesehatan. Program ini dirancang untuk memberikan informasi yang relevan dan praktis mengenai kesehatan, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan membentuk perilaku yang mendukung pola hidup sehat. Edukasi kesehatan tidak hanya berfokus pada pengetahuan, tetapi juga bertujuan mengubah kebiasaan dan sikap masyarakat agar lebih peduli terhadap kesejahteraan mereka sendiri (Amukti et al., 2024). Salah satu langkah pencegahan yang sering diterapkan adalah melalui kegiatan penyuluhan kesehatan. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya remaja putri, mengenai anemia dan pentingnya penggunaan tablet besi atau tablet tambah darah sebagai salah satu upaya pencegahan. Melalui informasi yang disampaikan, diharapkan remaja putri dapat memahami manfaat tablet besi dalam memenuhi kebutuhan zat besi tubuh serta menyadari risiko yang ditimbulkan oleh anemia. Secara keseluruhan, penyuluhan kesehatan terbukti efektif dalam menyampaikan informasi, meningkatkan kesadaran, dan membentuk sikap positif. Dengan pendekatan berbasis evaluasi seperti pretest dan posttest, efektivitas penyuluhan dapat terus ditingkatkan untuk memberikan dampak positif yang lebih luas dalam pencegahan anemia dan masalah kesehatan lainnya. Dengan pemahaman yang lebih baik, remaja putri diharapkan mampu menjaga kesehatan tubuh mereka secara optimal dan mencegah anemia secara efektif (Arifah et al., 2022).

## SIMPULAN

Program Pemberdayaan Umat (PRODAMAT) yang melibatkan mahasiswa pascasarjana Universitas Ahmad Dahlan (UAD) terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswi SMK 3 Muhammadiyah Yogyakarta terkait anemia dan penggunaan tablet tambah darah. Melalui kegiatan edukasi, seperti penyampaian materi, pembagian leaflet, diskusi, dan evaluasi berbasis *pre-test* dan *post-test*, program ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta tentang pentingnya pencegahan anemia dengan cara yang benar. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan persentase peserta dengan pengetahuan baik dari 26,6% sebelum sosialisasi menjadi 46,6% setelahnya. Hal ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan berperan penting dalam membentuk kesadaran dan perilaku positif remaja putri terkait kesehatan mereka. Faktor-faktor seperti usia, pendidikan, pengalaman, dan akses terhadap informasi turut mendukung peningkatan pemahaman ini.

Selain itu, pendekatan yang melibatkan media edukasi, seperti leaflet yang mudah dipahami, serta diskusi interaktif, mampu memperkuat pesan dan relevansi materi yang disampaikan. Partisipasi aktif peserta selama kegiatan juga menunjukkan bahwa penyuluhan tidak hanya memberikan informasi tetapi juga meningkatkan kesadaran untuk menjaga kesehatan sebagai langkah pencegahan.

Secara keseluruhan, program ini membuktikan bahwa penyuluhan kesehatan merupakan salah satu intervensi efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya remaja putri, dalam mencegah anemia. Upaya serupa perlu terus dilakukan dan dikembangkan untuk menciptakan generasi yang lebih sehat dan sadar akan pentingnya pola hidup sehat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis Mengucapkan terimakasih kepada SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta dan seluruh pihak yang membantu pelaksanaannya program pemberdayaan umat (PRODAMAT) hingga terlaksana dengan baik.

## DAFTAR RUJUKAN

- Agustina. (2019). Analisis Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Untuk Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(4), 269–276. <https://doi.org/10.52022/jikm.v11i4.51>
- Aliffa Izzara, W., Yulastri, A., Erianti, Z., & Yulianti Putri, M. (2023). Penyebab, Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri (Studi Literatur). In *Jurnal Multidisiplin West Science* (Vol. 02, Issue 12). <https://doi.org/10.58812/jmws.v2i12.817>
- Amukti, D. P., Humolungo, D. T. W. S., Ardilla, M., Bachri, Moch. S., & Ma'ruf, M. (2024). Pemberian edukasi pada usia remaja terhadap penyakit hipertensi. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 5(2), 251–258. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v5i2.21600>
- Arifah, N., Anjalina, I., Febriana, A. I., Khairunnisa, E., Amir, N. P., Aprilisa, W., Muzhaffar, Z., & Manyullei, S. (2022). Penyuluhan Kesehatan tentang Anemia Pada Siswa di SMPN2 Galesong Selatan Kabupaten Takalar. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 176–182. <https://doi.org/10.25008/altifani.v2i2.222>
- Arifin, A. D. R., Fauziah, L. F., & Prasiwi, N. W. (2022). Pentingnya Zat Besi: Penyuluhan Anemia untuk Menjaga Kestabilan Energi dan Konsentrasi di SMKN Palang Kabupaten Tuban. *ABDIMASNU: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 1–6. <https://doi.org/10.47710/abdimasnu.v4i1.258>
- Elvira, F., & Rizqiya, F. (2022). Edukasi Gizi Mengenai Anemia Pada Remaja Putri di SMPN 6 Jakarta. *Altifani: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1). <https://ejournal.fkmumj.ac.id/index.php/ALTAFANI>
- Imas Nur Fauziah, Dessy Lutfiasari, & Siti Aminah. (2020). Perbedaan Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok. *Jurnal Kesehatan Mahasiswa UNIK*, 2(1). <https://doi.org/10.30737/jumakes.v2i1.1235>
- Kemendes RI. (2018). *Buku\_Pedoman\_Pencegahan\_dan\_Penanggulang*.
- Maharani, S. (2020). Penyuluhan tentang Anemia pada Remaja. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i1.51>
- Marlah, A., Akbar, S., Halim, D., Penduduk, D. P., Berencana, K., & Bulukumba, K. (2020). Strategi Pencegahan Pernikahan Usia Dini Melalui Penerapan Pusat

- Informasi Dan Konseling Remaja (PIK-R) di SMK Negeri 1 Bulukumba. *Jurnal Administrasi Negara*, 26. <https://doi.org/10.33509/jan.v26i2.1249>
- Marselina, Rau, Muh. J., Buchair, H., Rahmania, Umar, M., Simbaju, D., & Hartini, D. A. (2023). Penyuluhan Anemia dan Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Poltekita : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 897–903. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v4i3.1932>
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2013). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. PT. Rineka Cipta.
- Sari, N. W. (2019). Faktor Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Mtsn Talawi Kota Sawahlunto. *MENARA Ilmu*, XIII(4), 70–76.
- Suwarno, S., Shaluhiah, Z., & Prabamurti, P. N. (2017). Effective Media For Genital Organ Health Education Junior High School Student. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 192–199. <https://doi.org/10.26553/jikm.2017.8.3.192-199>
- Yuliasari, A., & Lidia Sari, N. (2022). Penyuluhan Tentang Anemia Berdampak Efektif Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Di Lingkungan Pondok Pesantren. *WOMB Midwifery Journal*, 1(2), 6–12. <https://doi.org/10.54832/wombmidj.v1i2.62>
- Yusuf, & Syamsu. (2011). *Perkembangan Peserta Didik*. Grafindo Persada.