

## INTERVENSI EDUKASI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI MENGENAI ANEMIA DEFISIENSI BESI DI LINGKUNGAN SEKOLAH

Putri Berliana, Nurma Suri\*, Ihsanti Dwi Rahayu, Zulpakor Oktoba

Program Studi Farmasi, Jurusan Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Lampung

Penulis Korespondensi : [nurma.suri@fk.unila.ac.id](mailto:nurma.suri@fk.unila.ac.id)

### Abstrak

Anemia defisiensi besi masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami remaja putri akibat meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan kehilangan darah saat menstruasi. Kondisi ini dapat berdampak pada kesehatan fisik, penurunan konsentrasi belajar, produktivitas, serta kesehatan reproduksi di masa mendatang. Rendahnya pengetahuan mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD) menjadi salah satu faktor yang meningkatkan risiko anemia pada remaja putri. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia defisiensi besi melalui sosialisasi kesehatan di SMAN 1 Bandar Sribhawono, Lampung Timur. Kegiatan melibatkan 45 siswi kelas X dan XI dengan metode deskriptif-eksplanatif yang meliputi tahap pengumpulan data, perencanaan, pelaksanaan sosialisasi, dan evaluasi melalui *pretest* serta *posttest*. Materi yang diberikan mencakup pengertian anemia, penyebab, gejala, dampak, pencegahan, serta pentingnya konsumsi TTD. Penyampaian materi dilakukan melalui presentasi audiovisual, *leaflet* edukatif, dan diskusi interaktif. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan *p value* sebesar 0,024 ( $<0,05$ ) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta yang terlihat dari hasil *posttest* lebih tinggi dibandingkan *pretest* serta tingginya antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung. Edukasi kesehatan terbukti efektif meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai pencegahan anemia defisiensi besi sehingga diperlukan edukasi berkelanjutan melalui kerja sama sekolah dan tenaga kesehatan.

**Kata kunci:** Anemia, Defisiensi Besi, Edukasi, Remaja Putri, Tablet Tambah Darah.

### Abstract

*Iron deficiency anemia remains one of the most common health problems experienced by adolescent girls due to the increased need for iron during growth and blood loss during menstruation. This condition can negatively affect physical health, learning concentration, productivity, and future reproductive health. Limited knowledge about anemia and the importance of consuming iron supplementation tablets is one of the factors contributing to the high prevalence of anemia among adolescent girls. This community service activity aimed to improve adolescent girls' knowledge regarding iron deficiency anemia through health education at SMAN 1 Bandar Sribhawono. The activity involved 45 female students from grades X and XI using a descriptive-explanatory method consisting of data collection, planning, implementation of health education, and evaluation through pretest and posttest assessments. The educational materials included the definition, causes, symptoms, impacts, prevention of anemia, and the importance of consuming iron supplementation tablets. The education was delivered through audiovisual presentations, educational leaflets, and interactive discussions. The results of the Wilcoxon Signed Rank Test showed a *p-value* of 0.024 ( $<0.05$ ), indicating a significant improvement in participants' knowledge, as demonstrated by the higher post-test scores compared to the pre-test scores, as well as the high level of participant enthusiasm throughout the activity. Health education was proven effective in improving adolescent girls' understanding of iron deficiency anemia prevention; therefore, continuous educational programs involving schools and healthcare providers are necessary.*

**Keywords:** Anemia, Iron Deficiency, Education, Adolescent, Iron Supplementation Tablets.

## 1. Pendahuluan

Anemia merupakan kondisi ketika jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) berada di bawah nilai normal sehingga kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh menjadi menurun. Kadar hemoglobin dinyatakan normal apabila mencapai  $\geq 12,0$  g/dL pada anak usia 12–14 tahun dan perempuan tidak hamil usia  $\geq 15$  tahun (Rachmi et al., 2019). Penurunan kadar hemoglobin menyebabkan suplai oksigen ke jaringan tubuh tidak terpenuhi secara optimal sehingga dapat mengganggu berbagai fungsi fisiologis tubuh (WHO, 2011). Kondisi ini umumnya ditandai dengan keluhan seperti mudah lelah, lemah, pusing, menurunnya konsentrasi, serta penurunan daya tahan tubuh yang pada akhirnya dapat memengaruhi aktivitas dan produktivitas sehari-hari (Kemenkes, 2016).

Hingga saat ini, anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memiliki prevalensi tinggi di berbagai negara, terutama pada kelompok perempuan usia reproduktif, ibu hamil, dan remaja putri. Data World Health Organization (WHO) tahun 2019 menunjukkan bahwa prevalensi anemia secara global mencapai sekitar 30% pada perempuan usia 15–49 tahun, 37% pada ibu hamil, dan 40% pada anak usia 6–59 bulan, dengan wilayah Afrika dan Asia Tenggara sebagai kawasan dengan angka kejadian tertinggi (WHO, 2023). Di Indonesia, prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif tahun 2022 tercatat sebesar 27,40%, sehingga menempatkan Indonesia pada urutan ketiga tertinggi di Asia Tenggara setelah Myanmar dan Timor-Leste (WHO, 2025). Tingginya angka kejadian anemia menunjukkan bahwa kondisi ini masih menjadi tantangan serius dalam bidang kesehatan masyarakat yang memerlukan upaya pencegahan dan penanggulangan secara berkelanjutan.

Anemia pada remaja putri memerlukan perhatian khusus karena tidak hanya berdampak pada kesehatan saat ini, tetapi juga berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi di masa mendatang. Remaja putri yang mengalami anemia cenderung mengalami penurunan konsentrasi belajar, kebugaran, serta daya tahan tubuh. Dalam jangka panjang, kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko komplikasi pada masa kehamilan, seperti perdarahan, persalinan prematur, dan melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR). Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa sekitar 3–4 dari 10 remaja di Indonesia mengalami anemia. Tingginya prevalensi tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain rendahnya asupan gizi, tingginya aktivitas fisik, menstruasi, masa pertumbuhan, penyakit penyerta, serta rendahnya konsumsi tablet tambah darah (TTD). Selain itu, rata-rata tingkat kecukupan energi pada remaja usia 13–18 tahun hanya mencapai 72,3% dan kecukupan protein sebesar 82,5%. Persentase remaja putri yang mengonsumsi TTD sesuai standar juga masih sangat rendah, yaitu sebesar 1,4% (Kemenkes, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa upaya pencegahan anemia pada remaja putri masih menghadapi berbagai tantangan, baik dari aspek perilaku maupun pemenuhan gizi.

Berbagai upaya pencegahan anemia dapat dilakukan melalui penerapan pola makan bergizi seimbang, fortifikasi pangan, pengendalian penyakit infeksi, serta suplementasi tablet tambah darah. Pemerintah Indonesia telah melaksanakan program suplementasi TTD melalui kegiatan “Aksi Bergizi” yang menasar remaja tingkat SMP dan SMA dengan pemberian tablet yang mengandung 60 mg besi elementar dan 400 mcg asam folat (Kemenkes, 2023). Di Provinsi Lampung, cakupan remaja putri yang memperoleh TTD pada tahun 2024 mencapai 74,8%, meningkat dibandingkan tahun sebelumnya, meskipun masih lebih rendah dibandingkan capaian tertinggi pada tahun 2019 sebesar 90,3% (Dinkes, 2024). Data tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat remaja putri yang belum memperoleh maupun mengonsumsi TTD secara optimal. Rendahnya pemahaman mengenai anemia dan manfaat TTD juga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kepatuhan konsumsi pada remaja putri. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi kesehatan yang berkesinambungan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terkait pencegahan anemia.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia defisiensi besi sebagai salah satu strategi

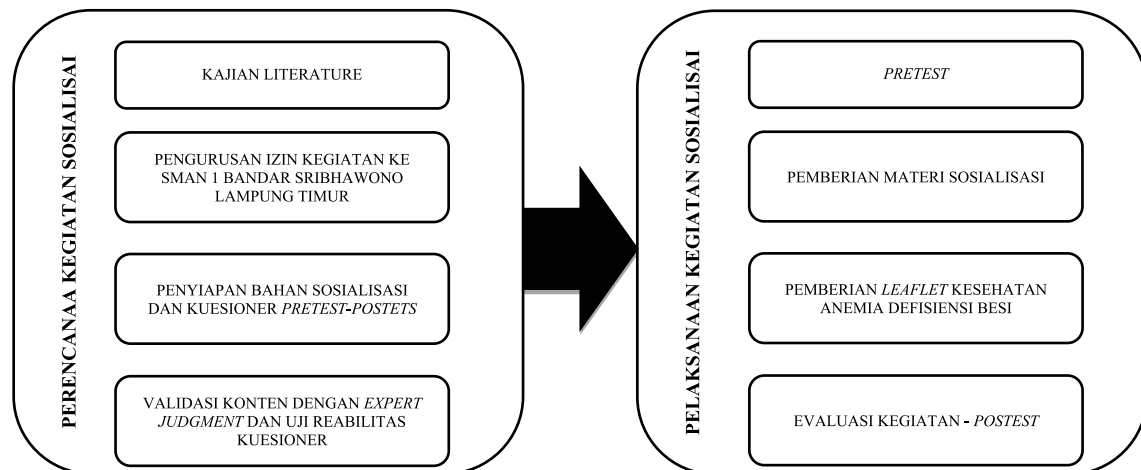
edukasi dan intervensi kesehatan guna meningkatkan kesadaran konsumsi TTD dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 1 Bandar Sribhawono, Lampung Timur.

## 2. Bahan dan Metode

Kegiatan sosialisasi dilaksanakan di SMAN 1 Bandar Sribhawono, Lampung Timur, dengan jumlah peserta sebanyak 45 remaja putri yang berasal dari kelas X dan XI. Penulisan artikel ini menggunakan pendekatan deskriptif-eksplanatif yang bertujuan untuk memberikan gambaran secara sistematis dan mendalam mengenai pelaksanaan kegiatan sosialisasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia defisiensi besi. Pendekatan ini digunakan untuk menjelaskan tahapan kegiatan sekaligus menggambarkan perubahan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi kesehatan.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap pengumpulan data dan identifikasi permasalahan yang berkaitan dengan pengetahuan remaja putri mengenai anemia defisiensi besi dan konsumsi tablet tambah darah (TTD). Selanjutnya dilakukan perencanaan kegiatan yang meliputi penyusunan materi sosialisasi, penentuan metode penyampaian edukasi, serta persiapan instrumen evaluasi. Tahap pelaksanaan dilakukan melalui penyampaian materi edukasi mengenai pengertian anemia, penyebab, dampak, cara pencegahan, serta pentingnya konsumsi TTD bagi remaja putri. Untuk mengetahui efektivitas kegiatan, dilakukan evaluasi menggunakan *pretest* dan *posttest* guna mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah sosialisasi.

Data yang digunakan dalam penyusunan artikel ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui observasi langsung selama kegiatan berlangsung serta hasil evaluasi *pretest* dan *posttest* peserta. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari berbagai sumber literatur, seperti jurnal ilmiah, laporan penelitian terdahulu, dan dokumen pendukung lainnya yang berkaitan dengan upaya peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia defisiensi besi dan pencegahannya.



**Gambar 1. Alur Kegiatan Sosialisasi Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Kesehatan Anemia Defisiensi Besi di SMAN 1 Bandar Sribhawono Lampung Timur**

### 3. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia defisiensi besi di SMAN 1 Bandar Sribhawono telah dilaksanakan pada tanggal 12 Mei 2026. Kegiatan ini diikuti oleh 45 siswi kelas X dan XI serta 4 orang guru pendamping. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja putri mengenai pentingnya pencegahan anemia defisiensi besi sebagai salah satu masalah kesehatan yang masih banyak ditemukan pada kelompok usia remaja, khususnya remaja putri. Dokumentasi peserta yang mengikuti kegiatan sosialisasi ditampilkan pada Gambar 1.



**Gambar 1. Peserta Pelaksanaan Kegiatan Sosialisasi Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Kesehatan Anemia Defisiensi Besi di SMAN 1 Bandar Sribhawono Lampung Timur**

Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh pihak sekolah yang diwakili oleh guru dari SMAN 1 Bandar Sribhawono. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi mengenai anemia defisiensi besi pada remaja putri. Penyampaian materi dilakukan menggunakan beberapa metode edukasi agar informasi yang diberikan dapat diterima secara optimal oleh peserta. Penggunaan berbagai metode edukasi dalam kegiatan penyuluhan kesehatan dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan karena mampu melibatkan lebih banyak indera dalam proses penerimaan informasi. Menurut Safrudin (2024), pendidikan kesehatan yang dilakukan melalui kombinasi metode ceramah, media visual, dan diskusi interaktif dapat meningkatkan pemahaman serta mempermudah seseorang dalam menerima dan mengingat informasi kesehatan. Selain itu, penggunaan media audiovisual diketahui dapat meningkatkan daya tarik peserta selama proses pembelajaran sehingga informasi yang diberikan lebih mudah dipahami dibandingkan penyampaian secara verbal saja. Media *leaflet* atau selembur kertas sebagai media edukasi dapat membantu meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan karena media *leaflet* simple dan ringkas untuk dibaca secara cepat oleh serta dapat dibaca ulang secara mandiri kapan saja.

Pada kegiatan pengabdian ini, metode pertama berupa presentasi menggunakan media *slide* PowerPoint yang memadukan unsur visual dan audio sehingga dapat membantu meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan. Di tengah laju informasi yang cepat dan dominasi media digital, pendidik dan ahli kesehatan berupaya untuk menjangkau mereka melalui metode yang lebih menarik dan mudah dicerna. Salah satu pendekatan yang semakin populer adalah penggunaan video sebagai media untuk mengedukasi (Basofi *et al.*, 2024). Metode kedua berupa pembagian *leaflet* sebagai media informasi visual yang dapat dibaca kembali oleh peserta setelah kegiatan selesai. Selain itu, dilakukan pula metode diskusi dan tanya jawab yang bertujuan untuk meningkatkan partisipasi aktif peserta

sekaligus memperkuat pemahaman mereka terhadap materi yang telah diberikan. Dokumentasi proses penyampaian materi ditampilkan pada Gambar 2.



**Gambar 2. Kegiatan Pemberian Materi Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Kesehatan Anemia Defisiensi Besi di SMAN 1 Bandar Sribhawono Lampung Timur**

Sebelum pemberian materi dilakukan, seluruh peserta diminta mengisi kuesioner *pretest* yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal siswi mengenai anemia defisiensi besi. Kuesioner terdiri atas 15 pertanyaan yang mencakup pengertian anemia, penyebab, tanda dan gejala, dampak anemia, serta upaya pencegahannya. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa sebagian besar siswi masih memiliki pengetahuan yang terbatas terkait anemia defisiensi besi, terutama mengenai dampak jangka panjang dan pentingnya konsumsi zat besi secara teratur. Kondisi ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pengetahuan remaja putri mengenai anemia masih tergolong rendah sehingga diperlukan edukasi kesehatan secara berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran dan perilaku pencegahan anemia (Nahak *et al.*, 2022).

Setelah pemberian materi selesai, dilakukan evaluasi melalui sesi tanya jawab dan *posttest*. Pada sesi tanya jawab terlihat antusiasme peserta dalam menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri. Pertanyaan yang diajukan merupakan bentuk umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi yang telah diberikan. Antusiasme siswi menunjukkan bahwa metode penyampaian materi yang interaktif mampu meningkatkan perhatian dan keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Dokumentasi sesi evaluasi kegiatan ditampilkan pada Gambar 3.

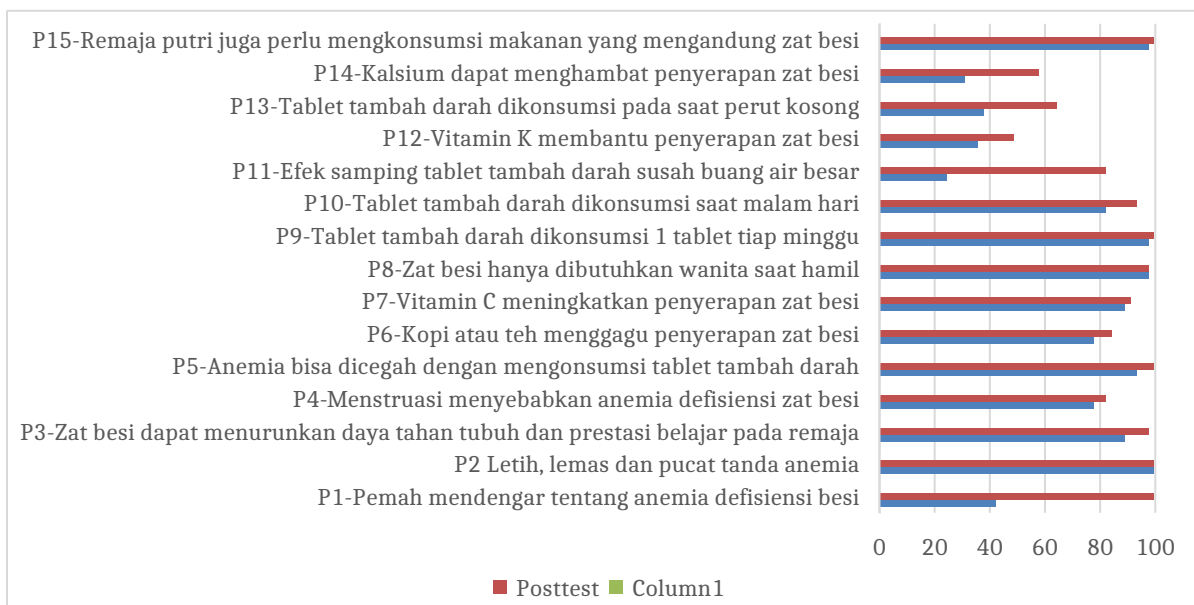


**Gambar 3. Evaluasi Kegiatan Sosialisasi Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Kesehatan Anemia Defisiensi Besi di SMAN 1 Bandar Sribhawono Lampung Timur**

Hasil evaluasi *posttest* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan sosialisasi. Pada Tabel 1 diperlihatkan adanya peningkatan nilai pengetahuan siswi sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai anemia defisiensi besi. Hasil ini menunjukkan bahwa metode edukasi melalui presentasi, *leaflet*, dan diskusi interaktif efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia. Temuan ini didukung oleh penelitian yang menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual dan *leaflet* dapat meningkatkan pengetahuan serta kesadaran remaja tentang pencegahan anemia secara signifikan. Penelitian yang dilakukan oleh Arum Sari (2024), menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi dibandingkan sebelum edukasi dilakukan. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 atau  $<0,05$ , yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan remaja antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Menurut Mahadewi (2021), didapatkan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan *leaflet* dapat meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah saat menstruasi dilihat dari nilai  $p=0,000$  pada masing-masing perlakuan.

**Tabel 1. Perubahan Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Kesehatan Anemia Defisiensi Besi di SMAN 1 Bandar Sribhawono Lampung Timur**

No	Keadaan Awal	Perlakuan	Keadaan akhir
1	Rendahnya Pengetahuan Anemia Defiensi Besi Pada Siswi Remaja	Pemberian Materi Mengenai Anemia Defisiensi Besi	Peningkatan Pengetahuan Anemia Defiensi Besi Pada Siswi Remaja
	a. 2 Siswi Remaja Memiliki Pengetahuan Kurang (Nilai $< 60$ )	a. Ceramah Langsung Menggunakan Power Point	a. 0 Siswi Remaja Memiliki Pengetahuan Kurang (Nilai $< 60$ )
	b. 30 Sisiwi Remaja Memiliki pengetahuan Cukup (Nilai 60-79)	b. <i>Leaflet</i>	b. 8 Sisiwi Remaja Memiliki pengetahuan Cukup (Nilai 60-79)
	c. 13 Siswa Remaja Memiliki Pengetahuan Baik ( $> 79$ )	c. Diskusi dan Tanya Jawab	c. 37 Siswa Remaja Memiliki Pengetahuan Baik ( $> 79$ )



**Gambar 4. Grafik Perubahan Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Kesehatan Anemia Defisiensi Besi Dilihat dari Jawaban Per Pertanyaan Pada Saat *Pretest* dan *Posttest***

**Tabel 2. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test***

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max	<i>p value</i>
<i>Pretest</i>	45	71,5289	12,58285	40,00	100	0,024
<i>Posttest</i>	45	86,6378	9,10493	73,30	100	

Hasil nilai pengetahuan dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui perbandingan hasil *pretest* dan *posttest*. Pada Tabel 2 data memperlihatkan adanya perbedaan nilai *mean* antara sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan, dimana nilai *mean* mengalami peningkatan setelah intervensi dilakukan. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* juga menunjukkan nilai *p value* sebesar 0,024 ( $<0,05$ ), yang menandakan terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah edukasi kesehatan diberikan. Dengan demikian, edukasi kesehatan yang dilakukan melalui kombinasi metode ceramah dan media *leaflet* terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan dan penanganan anemia di SMAN 1 Bandar Sribhawono.

Anemia defisiensi besi merupakan salah satu masalah gizi yang sering terjadi pada remaja putri karena meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan adanya kehilangan darah saat menstruasi. Remaja putri yang mengalami kekurangan zat besi umumnya menunjukkan gejala seperti mudah lelah, pusing, sakit kepala, tangan dan kaki terasa dingin, wajah pucat, sesak napas saat beraktivitas, kuku mudah patah, serta jantung berdebar lebih cepat. Kondisi anemia juga dapat menyebabkan penurunan konsentrasi belajar dan produktivitas sehingga berdampak terhadap prestasi akademik remaja (Kemenkes RI, 2023).

Selain berdampak dalam jangka pendek, anemia defisiensi besi juga dapat menimbulkan dampak jangka panjang, terutama bagi remaja putri yang kelak akan menjadi ibu. Kekurangan zat besi pada masa remaja berisiko meningkatkan kejadian anemia saat kehamilan, persalinan prematur, bayi berat lahir rendah (BBLR), stunting, hingga meningkatnya risiko perdarahan saat persalinan. Oleh karena itu, pencegahan anemia sejak usia remaja menjadi langkah penting dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak di masa mendatang. Hal ini sejalan dengan program pemerintah melalui pemberian tablet tambah darah bagi remaja putri sebagai salah satu strategi percepatan penurunan anemia dan stunting di Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Kegiatan sosialisasi ini berfokus pada peningkatan pengetahuan siswi mengenai pentingnya pencegahan anemia defisiensi besi. Namun demikian, peningkatan pengetahuan saja belum cukup untuk mengubah perilaku kesehatan secara berkelanjutan (Afrianty & Naim, 2024). Diperlukan kerja sama yang berkesinambungan antara pihak sekolah, tenaga kesehatan, keluarga, dan puskesmas sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan di wilayah setempat. Dukungan tersebut dapat dilakukan melalui edukasi rutin, pemantauan konsumsi tablet tambah darah, serta penyediaan informasi kesehatan reproduksi dan gizi remaja secara berkelanjutan. Dengan adanya kolaborasi lintas sektor, diharapkan remaja putri dapat memiliki kesadaran yang lebih baik dalam menjaga status gizi dan mencegah anemia defisiensi besi sejak dini (Flora, 2026).

Peningkatan nilai *mean* menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan responden setelah diberikan edukasi kesehatan. Hasil tersebut juga terbukti signifikan secara statistik berdasarkan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan nilai *p value* sebesar 0,024 ( $<0,05$ ). Nilai signifikansi tersebut menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan melalui kombinasi metode ceramah dan media



leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan dan penanggulangan anemia.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SMAN 1 Bandar Sribhawono, dapat disimpulkan bahwa sosialisasi mengenai anemia defisiensi besi berhasil meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang penyebab, gejala, dampak, dan pencegahan anemia, yang terlihat dari peningkatan hasil *pretest* dan *posttest* serta antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung. Edukasi melalui presentasi, *leaflet*, dan diskusi interaktif dinilai efektif dalam meningkatkan pemahaman siswi mengenai pentingnya pemenuhan zat besi sejak remaja sebagai upaya menjaga kesehatan dan mencegah risiko gangguan kesehatan di masa mendatang, sehingga diperlukan dukungan berkelanjutan dari sekolah dan tenaga kesehatan untuk membentuk perilaku pencegahan anemia secara konsisten.

#### Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada SMAN 1 Bandar Sribhawono Lampung Timur selaku mitra kegiatan pengabdian serta semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian kegiatan pengabdian masyarakat dan penulisan artikel ilmiah pengabdian masyarakat ini.

#### Daftar Pustaka

- Afrianty, I. & Naim, R. (2024). Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Mempengaruhi Kepatuhan Minum Tablet Fe Pada Mahasiswi Prodi Keperawatan USN Kolaka. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 7(2). [10.54100/bemj.v7i2.221](https://doi.org/10.54100/bemj.v7i2.221)
- Basofi, A., Hariyati, F., & Indriani, I. (2024). Analisis Strategi Komunikasi Jurnalis Perempuan dalam Peliputan Kasus Kekerasan Seksual. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial (Jupendis)*, 2(3), 148–159 <https://doi.org/10.54066/jupendis.v2i3.1989>
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2024). Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2024
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja dan Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta: Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta: Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Revisi Buku Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Rematri dan WUS. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Mahadewi, N. (2021). *A Comparison of Knowledge Regarding the Importance of Iron Supplement Consumption through Health Education via Video and Leaflet*. *Bali Health Journal*, 5(1), 49–57. <http://ejournal.unbi.ac.id/index.php/BHJ/article/view/89>
- Nahak, M. P. M., Naibili, M. J. E., Isu, Y. K., Loe, M. G. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Anemia Melalui Kombinasi Metode Ceramah dan Leaflet Pada Remaja Putri Di SMAN 3 Atambua. *ABDIMAS GALUH*. 4(1): 554-562. <http://dx.doi.org/10.25157/ag.v4i1.7263>
- Rachmi, C. N., Wulandari, E., Kurniawan, H., Ade, L., Ridwan, R., & Akib, T. C. (2019). Aksi Bergizi Hidup Sehat Sejak Sekarang Untuk Remaja Kekinian. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Safudin, Nurhasanah, A., Suryati, E. S., Mulyana, N., Rosidawati, Aziz, A. (2024). Buku Ajar Pengantar Media Promosi Kesehatan. Tasikmalaya: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia.
- 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(2): 712-719 <https://doi.org/10.20473/>.

Umiyati, Flora, R., & Sulkarnain. (2026). Penguatan Manajemen Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Dalam Pencegahan Anemia Remaja Puteri di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan. *Jurnal Medika*. *Medika*, 5(4). <https://doi.org/10.31004/t6azja17>

World Health Organization. (2011). *Guideline. Intermittent iron and folic acid supplementation in menstruating women*. World Health Organization, Department of Nutrition for Health and Development

World Health Organization. (2023). *World Health Statistics 2023*. World Health Organization, Department of Nutrition for Health and Development.