



DARMABAKTI CENDEKIA: Journal of Community Service and Engagements

<https://e-journal.unair.ac.id/dc>

STRENGTHENING UNDERSTANDING OF ANEMIA PREVENTION IN ADOLESCENT FEMALES THROUGH HEALTH EDUCATION

PENGUATAN PEMAHAMAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI MELALUI PENDIDIKAN KESEHATAN

Scope:
Health

Khoiriyah Isni^{1*} , Ichtiarini Nurullita Santri¹ , Muchsin Maulana¹ 

¹ Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan - Indonesia

ABSTRACT

Background: Anemia is a hematological disorder characterized by a reduced erythrocyte count or hemoglobin concentration, resulting in a decreased oxygen-carrying capacity of the blood. Adolescent females, especially those living in suburban areas, are at a high risk of developing anemia. The Kalibawang Subdistrict in Kulon Progo Regency has been reported to have the highest distribution rate of iron (Fe) tablets. However, many adolescent females in the area still demonstrate limited knowledge about anemia. Moreover, they have never consumed or received iron tablets from local community health centers. **Objective:** This activity aimed to enhance knowledge about anemia and promote adherence to iron supplementation among adolescent females. **Method:** The methods employed in this community service program included health education sessions and blood pressure screenings conducted among female students at SMK 1 Kalibawang. The activity was evaluated using questionnaires administered before and after the intervention. **Results:** The findings revealed an increase in the average knowledge scores related to anemia among the participants after the health education intervention, indicating its effectiveness in improving understanding of the topic. Notably, none of the eleven participants showed a decrease in their scores from the pre-test to the post-test. **Conclusion:** Overall, the adolescent females demonstrated adequate knowledge regarding anemia following the intervention. It is recommended that the school establish collaboration with the Kalibawang Community Health Center to facilitate the free provision of iron tablets and ensure regular monitoring of their consumption.

ABSTRAK

Latar belakang: Anemia merupakan suatu kondisi jumlah sel darah merah dibawah nilai ambang batas normal, yang berfungsi membawa oksigen ke seluruh tubuh. Wanita usia subur berisiko tinggi mengalami kejadian anemia. Kapanewon Kalibawang, Kabupaten Kulon Progo merupakan wilayah dengan distribusi tablet Fe terbanyak, namun demikian remaja putri mengaku tidak mengetahui dengan benar mengenai anemia. Disisi lain, mereka juga tidak pernah mengonsumsi tablet tambah darah dan tidak mendapatkannya dari puskesmas. **Tujuan:** Fokus kegiatan ini yaitu peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia, sehingga dapat mendorong kebiasaan konsumsi tablet tambah darah. **Metode:** Pengabdian masyarakat ini mengombinasikan pendidikan kesehatan dan pemeriksaan tekanan darah sebagai intervensi utama bagi remaja putri di SMK Negeri 1 Kalibawang. Evaluasi terhadap kegiatan ini dilaksanakan melalui instrument kuesioner yang disebarkan sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil:** Terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri setelah diberikan edukasi kesehatan. Artinya, edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan sasaran. Dari sebelas peserta, tidak terdapat peserta yang mengalami penurunan skor dari pre-test ke skor post-test. **Kesimpulan:** Secara umum, pengetahuan remaja putri mengenai anemia dikategorikan cukup baik. Upaya tindak lanjut adalah sekolah bekerjasama dengan Puskesmas Kalibawang untuk mendapatkan distribusi tablet tambah darah gratis dan melakukan pemantauan dalam konsumsinya.

ARTICLE INFO

Received 08 August 2025
Revised 21 August 2025
Accepted 13 October 2025
Online 01 December 2025

*Correspondence (Korespondensi):
Khoiriyah Isni

E-mail:
khoiriyah.isni@ikm.uad.ac.id

Keywords:
Anemia; Health Education;
Knowledge; Prevention;
Adolescent Females

Kata kunci:
Anemia; Pendidikan
Kesehatan; Pengetahuan;
Pencegahan; Remaja Putri

PENDAHULUAN

Anemia merupakan kondisi medis di mana jumlah sel darah merah atau kapasitas pembawa oksigennya tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis (*World Health Organization*, 2025). Peningkatan kasus anemia dapat dikaitkan dengan tingginya kejadian anemia pada rentang usia lima hingga empat belas tahun dalam Riskesdas tahun 2013 yang tidak tertangani secara optimal, sehingga memicu lonjakan kasus pada rentang usia 15-24 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor penyebab kejadian anemia pada remaja putri diantaranya yaitu durasi menstruasi yang berlangsung cukup lama setiap bulannya. Selain itu, kondisi ekonomi keluarga juga berperan, karena pendapatan orang tua memengaruhi kualitas dan kecukupan asupan gizi harian. Remaja putri membutuhkan zat gizi lebih banyak, sehingga jika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi akan berdampak pada status gizi. Kekurangan asupan gizi berpotensi meningkatkan risiko anemia, ditambah dengan rendahnya pengetahuan mengenai penyakit ini (Maulani, 2020). Studi lain menegaskan rendahnya asupan protein, karbohidrat, zat besi, dan vitamin c, serta perilaku konsumsi kopi atau teh yang berlebihan menjadi faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja putri. Selain itu, karakteristik orang tua, pendapatan keluarga, dan siklus haid juga turut berkontribusi (Hernayanti et al., 2023). Ketidakcukupan asupan gizi, khususnya makanan yang kaya zat besi, menjadi faktor utama terjadinya anemia pada wanita di Indonesia, mengingat mayoritas kasus anemia disebabkan oleh defisiensi zat besi. Kekurangan gizi berperan besar terhadap munculnya gangguan kesehatan, termasuk anemia pada remaja putri. Selain itu, keterbatasan pengetahuan mengenai sumber makanan yang memiliki kandungan zat besi juga memperburuk kondisi tersebut. Kondisi ini semakin diperburuk dengan rendahnya tingkat konsumsi tablet tambah darah (Lailiyana dan Hindratni, 2024). Kejadian anemia pada remaja menyentuh angka 32 persen. Angka ini mengindikasikan bahwa terdapat 3 sampai 4 dari setiap 10 remaja mengalami kekurangan sel darah merah (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Remaja putri merupakan generasi penerus yang kelak berperan sebagai calon ibu. Menjaga kesehatan, kecerdasan, serta kesejahteraan mereka sejak dini berarti menanamkan investasi penting bagi lahirnya generasi bangsa yang unggul, sejalan dengan visi Indonesia Emas 2045 dan pencapaian SDGs 2030. Upaya ini perlu dimulai sejak masa remaja, yaitu fase pubertas

yang ditandai dengan kematangan organ reproduksi dan peningkatan aktivitas fisik. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan gizi, baik dari segi kualitas maupun kuantitas, sangatlah penting pada periode ini (Priyanti et al., 2023). Dampak anemia pada perempuan antara lain, menghambat pertumbuhan dan perkembangan organ reproduksi. Kondisi anemia yang terjadi pada masa remaja berpotensi berlanjut hingga dewasa, yang pada akhirnya akan berdampak pada wanita tersebut ketika memasuki masa kehamilan dan persalinan. Remaja putri yang mengalami anemia memiliki peluang lebih besar mengalami anemia pada masa kehamilan. Selanjutnya, anemia selama hamil dapat menimbulkan berbagai risiko kesehatan, antara lain terjadinya keguguran, persalinan prematur, serta bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) yang selanjutnya berpotensi *stunting* (Lailiyana dan Hindratni, 2024).

Sementara itu, laporan Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) mencatat bahwa angka kasus anemia remaja tertinggi yaitu di Kabupaten Kulonprogo sebesar 34,75% (Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2022). Kemudian, Kapanewon Kalibawang merupakan wilayah dengan distribusi tablet Fe terbanyak di Kabupaten Kulon Progo setelah Kapanewon Wates. Data ini sesuai dengan data dari Dinas Kesehatan Provinsi DIY yang melaporkan bahwa kejadian anemia remaja secara umum mencapai 44,20%. Dari angka tersebut, kejadian anemia pada remaja putri menyentuh angka 45,00% (Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2022). Studi melaporkan bahwa sebanyak 1.140 remaja teridentifikasi masuk dalam kategori anemia di Kabupaten Kulon Progo. Angka anemia pada remaja putri tertinggi berada di wilayah kerja Puskesmas Kalibawang dengan jumlah 2017 orang (41,14%).

Hasil identifikasi masalah pada remaja putri di Kalibawang mengaku kurang mengetahui definisi anemia, penyebab, dan cara pencegahannya. Remaja putri di Kalibawang juga tidak pernah mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD). Selain itu, remaja juga menyampaikan apabila tidak pernah mendapat TTD gratis dari puskesmas atau tenaga kesehatan. Berdasarkan uraian analisis permasalahan mitra tersebut, dapat diketahui bahwa prioritas masalah kesehatan pada sasaran yaitu kurangnya pengetahuan mengenai anemia defisiensi zat besi dan konsumsi TTD. Penyelesaian masalah kesehatan ini tidak bisa dilakukan hanya satu pihak saja, namun membutuhkan koordinasi dan kerjasama lintas sektoral, terutama bidang kesehatan, pendidikan, dan pemerintah. Pemberian pendidikan kesehatan secara berkala dan monitoring konsumsi TTD dapat dilakukan

dengan baik atas kerjasama seluruh pihak. Akan tetapi, guna mengubah pemahaman sasaran mengenai anemia, diperlukan upaya pendidikan kesehatan yang masif, tidak hanya pada institusi pendidikan, namun juga berbasis masyarakat, seperti kader kesehatan remaja atau posyandu remaja. Apabila pemahaman sasaran telah meningkat, maka harapannya adalah sikap positif dan perilaku yang baik dalam pencegahan anemia, seperti konsumsi TTD secara rutin.

Secara umum, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada upaya penguatan pemahaman mengenai anemia defisiensi besi. Upaya tersebut diwujudkan melalui penyelenggaraan pendidikan kesehatan dan distribusi tablet tambah darah (TTD) yang menyasar populasi remaja putri di wilayah Kapanewon Kalibawang, Kabupaten Kulon Progo.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan dengan dua metode, yaitu pendidikan kesehatan dan pembagian tablet tambah darah (TTD) kepada sasaran. Sasaran kegiatan ini adalah remaja putri di Kalibawang yang berjumlah sebelas orang. Kegiatan diselenggarakan pada hari Kamis tanggal 6 Februari 2025 di Aula Serbaguna SMK 1 Kalibawang dan berlangsung selama kurang lebih tiga jam. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi pengukuran tekanan darah, pemberian pendidikan kesehatan, pembagian dan pemantauan konsumsi TTD gratis, dan evaluasi.

Untuk mengevaluasi dampak pendidikan kesehatan, digunakan kuesioner yang mengukur pengetahuan tentang pencegahan anemia pada remaja putri. Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* dilakukan guna menganalisis perubahan

tingkat pengetahuan sebagai dampak dari intervensi yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil identifikasi permasalahan kesehatan di Kapanewon Kalibawang, dapat dilakukan upaya pemecahan masalah berupa penguatan pemahaman mengenai anemia dan pemberian serta pemantauan konsumsi TTD pada remaja putri di Kapanewon Kalibawang. Sasaran kegiatan ini adalah remaja putri di Kalibawang yang berjumlah sebelas orang. Kegiatan diselenggarakan pada hari Kamis tanggal 6 Februari 2025 di Aula Serbaguna SMK 1 Kalibawang dan berlangsung selama kurang lebih tiga jam. Adapun rincian kegiatannya adalah sebagai berikut:

1. Pengukuran Tekanan Darah

Sebelum pelaksanaan kegiatan, peserta terlebih dahulu diminta mengukur tekanan darah. Tekanan darah normal pada remaja berada di bawah 120/80 mmHg, kategori pre-hipertensi pada kisaran 120-129 mmHg dan diastolik kurang dari 80 mmHg, hipertensi tahap 1 pada 130-139 mmHg atau diastolik 80-89 mmHg, serta hipertensi tahap 2 jika mencapai ≥ 140 mmHg atau diastolik lebih dari 90 mmHg (Samuels dan Samuel, 2018).

Apabila dilihat dari hasil pengukuran tekanan darah, terdapat enam remaja putri berada pada rentang normal, tiga remaja kategori pre-hipertensi, dan sisanya termasuk dalam kategori hipertensi 1 (Tabel 1). Studi menyebutkan bahwa kejadian peningkatan tekanan darah dipicu oleh faktor keturunan, usia, jenis kelamin, obesitas, rasa atau etnis, dan gaya hidup serta perilaku makan, seperti konsumsi makanan dengan kandungan garam yang tinggi (Makalew et al., 2023).

Tabel 1. Karakteristik Peserta (n = 11)

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Usia	Remaja awal (16-17 tahun)	7	63,6
	Remaja pertengahan (18-20 tahun)	4	36,4
Kejadian hipertensi	Normal	6	54,5
	Pre-hipertensi	3	27,3
	Hipertensi 1	2	18,2

Sumber: Data Primer, 2025

Secara etiologis, hipertensi terbagi atas hipertensi primer dan sekunder. Jenis primer, yang mendominasi hingga 95% kasus, ditandai dengan peningkatan tekanan darah tanpa penyebab medis yang jelas. Peningkatan ini terutama dipicu oleh faktor keturunan dan pola hidup tidak sehat, seperti konsumsi tembakau dan diet yang buruk. Sementara, hipertensi sekunder diartikan sebagai tekanan darah tinggi yang disebabkan oleh penyebab timbulnya penyakit kronis, seperti penyakit ginjal kronis, penyempitan arteri ginjal, atau penggunaan pil KB (Marino, 2022).

Saat ini, hipertensi primer merupakan penyebab hipertensi paling umum terjadi pada remaja dan dewasa muda. Kondisi ini biasanya ditandai dengan hipertensi stadium I (ringan) yang dikaitkan dengan riwayat hipertensi dalam keluarga. Riwayat hipertensi keluarga meningkatkan risiko dua kali lipat hipertensi primer pada anak dan remaja (Samuels dan Samuel, 2018). Salah satu perilaku khas remaja saat ini adalah konsumsi kopi hampir setiap hari, bahkan dapat dikatakan ketergantungan terhadap minuman kopi. Studi menyebutkan bahwa konsumsi kopi dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, karena kandungan kafeinnya. Walaupun hasil hubungan antara asupan kafein dan tekanan darah masih belum meyakinkan. Kafein sebagai senyawa dominan yang ada dalam kopi terbukti meningkatkan tekanan darah dengan mempengaruhi adrenalin dan epineferin. Tugas keduanya adalah memacu jantung untuk memompa lebih keras guna mengedarkan darah

(Nuradina et al., 2023). Kurangnya kesadaran remaja secara signifikan mempengaruhi perilaku tidak sehat, termasuk kebiasaan makan yang buruk, kurangnya aktivitas fisik, dan tidak rutin dalam melakukan pemeriksaan kesehatan dan tekanan darah (Rahmah dan Kurniasari, 2024; Sabillah dan Aidha, 2023). Padahal masa remaja merupakan periode kritis untuk membangun perilaku kesehatan, namun seringkali ditandai dengan kurangnya pengetahuan mengenai kesehatan, termasuk hipertensi dan risikonya (Shittu et al., 2017; Wahyudi dan Albary, 2021).

2. Pendidikan Kesehatan

Metode yang diberikan dalam penguatan pemahaman remaja putri mengenai anemia defisiensi zat besi adalah pendidikan kesehatan dengan diskusi dan tanya jawab. Beberapa sasaran mengaku belum mengetahui definisi anemia, penyebabnya, dampaknya, dan pencegahannya. Mereka mengetahui beberapa merek tablet tambah darah yang dapat dibeli bebas di apotek, namun beberapa juga belum pernah mengkonsumsinya dan juga tidak mengetahui aturan konsumsinya. Sesi ini menjelaskan mengenai definisi anemia, penyebabnya terutama yang sering dilakukan dan terjadi pada remaja putri di Indonesia, dampak anemia pada kehidupan di masa mendatang, dan cara pencegahan anemia. Para remaja putri tampak antusias bertanya dan saling mengingatkan kepada temannya.



Gambar 1. Pemberian Pendidikan Kesehatan mengenai Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri

Remaja putri termasuk kelompok dengan risiko lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja laki-laki. Hal ini dipengaruhi oleh adanya siklus menstruasi bulanan serta kebiasaan makan yang kurang sehat, misalnya melakukan diet

ekstrem demi menjaga penampilan (Siregar dan Rambe, 2022). Studi melaporkan bahwa pencegahan anemia pada remaja putri dapat dilakukan dengan berbagai cara, misalnya peningkatan pemahaman dan pengetahuan

mengenai dampak anemia terhadap kesehatan tubuh melalui kegiatan sosialisasi atau edukasi. Secara teori, apabila pengetahuannya baik, individu juga akan memiliki sikap yang positif terhadap pencegahan anemia. Selain tentang anemia, perlu juga disampaikan mengenai pentingnya konsumsi TTD bagi remaja putri (Fathony et al., 2022).

Anemia dapat berdampak pada prestasi akademik akibat berkurangnya motivasi belajar. Kondisi ini berkaitan dengan kekurangan zat besi (Fe) yang memicu gejala seperti pucat, lemas, mudah lelah, hingga hilangnya nafsu makan. Selain itu, anemia juga dapat menyebabkan terhambatnya proses pertumbuhan (Fitriana dan Pramardika, 2019).

3. Pembagian dan Pemantauan Konsumsi TTD

Setelah pemberian materi mengenai anemia defisiensi zat besi, sesi terakhir dari kegiatan PkM ini adalah pembagian TTD sekaligus pemantauan konsumsinya. TTD yang diberikan kepada sasaran wajib diminum sebelum meninggalkan lokasi kegiatan dan menunjukkannya kepada tim PkM. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kesadaran remaja putri mengenai pentingnya konsumsi TTD secara rutin dan sejak dini.

Pemberian TTD pada remaja putri menjadi langkah penting untuk mencegah anemia, karena kehilangan zat besi akibat menstruasi tidak dapat sepenuhnya digantikan hanya melalui asupan makanan. Hasil ini sejalan dengan temuan beberapa penelitian yang menekankan bahwa suplementasi TTD terbukti efektif meningkatkan status zat besi dan konsentrasi belajar remaja. Namun, efektivitas program sangat bergantung pada kepatuhan konsumsi serta dukungan lingkungan, sehingga diperlukan strategi edukasi dan monitoring yang lebih intensif agar manfaat TTD dapat optimal sebagai upaya pencegahan anemia jangka panjang (Fitriana dan Pramardika, 2019). Studi menyebutkan bahwa pengetahuan berkorelasi kuat dengan perilaku konsumsi TTD pada remaja putri, namun berbanding terbalik dengan persepsi.

Remaja yang memiliki persepsi positif, belum tentu memiliki perilaku baik dalam konsumsi TTD. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya masih adanya rasa takut untuk mengonsumsi TTD yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan informasi (Pamangin, 2023).

Upaya peningkatan konsumsi TTD memerlukan keterlibatan berbagai pihak, termasuk peran guru di sekolah. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan guru memiliki pengaruh signifikan, bahkan memberikan peluang hingga 4,7 kali lebih besar dalam mendorong kepatuhan remaja putri untuk rutin mengonsumsi TTD (Nuradhiani et al., 2017). Protokol yang tercantum dalam buku pedoman pemberian tablet tambah darah (TTD) bagi remaja putri menetapkan jadwal suplementasi mingguan, di mana remaja putri perlu mengonsumsi minimal satu tablet TTD setiap minggu (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Rendahnya tingkat cakupan program TTD di lima provinsi sampel (Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, NTB, dan NTT) menunjukkan kesenjangan yang lebar terhadap target nasional 58% di tahun 2024. Hal ini meniscayakan peningkatan sinergi dan dukungan strategis dari berbagai pihak guna perbaikan sistem distribusi dan penyediaan sarana prasarana (Helmyati et al., 2023).

4. Evaluasi

Setelah dilakukan pengukuran tekanan darah dan sebelum penyampaian materi pendidikan kesehatan mengenai pencegahan anemia, responden diminta mengisi kuesioner *pre-test* untuk menilai pengetahuan awal terkait anemia pada remaja. Kuesioner yang sama digunakan kembali pada *post-test* setelah penyuluhan diberikan, guna mengukur efektivitas materi yang disampaikan.

Tabel 2 menunjukkan bahwa tidak terdapat responden yang mengalami penurunan skor dari *pre-test* ke *post-test*. Tiga responden menunjukkan skor yang sama, sementara delapan lainnya mengalami peningkatan.

Tabel 2. Hasil Skor *Pre-test* dan *Post-test*

No	Inisial	Skor <i>Pre-test</i>	Skor <i>Post-test</i>
1	ZH	50	83
2	FB	66	66
3	SL	50	83
4	FT	50	66
5	HN	50	100
6	AN	66	100

Tabel 3. Hasil Skor Pre-test dan Post-test (Lanjutan)

No	Inisial	Skor Pre-test	Skor Post-test
7	RH	50	83
8	RN	66	83
9	OT	83	83
10	TP	83	83
11	ZU	16	66

Sumber: Data Primer Diolah, 2025

Beberapa studi menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri sebagian besar disebabkan oleh kurangnya pemahaman atau ketidaktahuan terkait anemia secara mendalam. Banyak remaja putri belum memahami secara jelas mengenai anemia, sehingga mereka tidak mengetahui cara pencegahannya, gejala yang muncul, penyebab, maupun langkah-langkah penanganannya (Dalina dan Ardila, 2024).

Peningkatan pengetahuan remaja mengenai anemia diamati melalui perbandingan nilai pre-test (57,27) dan post-test (81,45) seperti terlihat dalam Tabel 3. Dengan nilai signifikansi yang memenuhi kriteria, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan memberikan pengaruh yang efektif terhadap peningkatan pemahaman remaja tentang topik tersebut. Hasil ini sesuai dengan sejumlah studi yang juga menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta setelah menerima intervensi kesehatan serupa (Dalina dan Ardila, 2024; Siregar dan Rambe, 2022; Susilawati et al., 2024).

Tabel 4. Rata-rata Nilai Pre-test dan Post-test (n = 11)

Evaluasi	Rerata	Nilai Signifikansi
Pre-test	57,27	0,002
Post-test	81,45	

Sumber: Data Primer Diolah, 2025

Individu dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung memiliki kemampuan yang lebih tinggi dalam mengaplikasikan pengetahuan tersebut. Sebaliknya, individu dengan pengetahuan yang kurang memadai belum tentu mampu menerapkan informasi yang telah diperolehnya secara efektif (Anggoro, 2020). Edukasi kesehatan merupakan salah satu cara untuk memutus mata rantai suatu penyakit dan dapat meningkatkan derajat kesehatan (Janggu et al., 2024; Mardhika

et al., 2023). Selain itu, metode ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap individu terhadap suatu kejadian gangguan kesehatan (Rahmanto et al., 2025).

Kegiatan ini memiliki keterbatasan, diantaranya yaitu jumlah sasaran atau peserta yang sedikit, sehingga hasilnya tidak dapat mewakili kondisi sebenarnya di wilayah tersebut. Selain itu, kegiatan ini tidak melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin dikarenakan keterbatasan waktu dan biaya, sehingga tidak dapat melihat status anemia dari peserta kegiatan. Kegiatan selanjutnya dapat dilakukan secara rutin dengan melibatkan Puskesmas Kalibawang agar pemeriksaan kesehatan lengkap.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan PkM mengenai penguatan pemahaman remaja putri mengenai anemia di Kalibawang berjalan dengan lancar. Kegiatan ini terbukti berhasil dalam menguatkan pemahaman remaja putri mengenai kejadian anemia. Selain itu, apabila dilihat dari hasil pengukuran tekanan darah dapat dikatakan termasuk pada kategori normal. Namun demikian, perlu upaya lanjutan selain pendidikan kesehatan, yaitu ketersediaan dan keterjangkauan terhadap akses TTD untuk remaja putri di Kalibawang. Dalam hal ini pihak Kapanewon, masyarakat, dan institusi pendidikan dapat bekerjasama dengan puskesmas setempat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pihak sekolah SMK Negeri 1 Kalibawang, Kabupaten Kulon Progo, mengucapkan terima kasih atas kolaborasi dan partisipasi aktifnya selama penyelenggaraan kegiatan pengabdian masyarakat. Pendanaan untuk kegiatan ini disediakan sepenuhnya oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM)

Universitas Ahmad Dahlan. “Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dengan pihak-pihak yang terkait dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini”.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggoro, S., 2020. Factors Affecting The Event of Anemia in High School Students. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal* Vol. 10(3), Pp. 341-350.
- Dalina, Ardila, C., 2024. Pemberian Edukasi mengenai Anemia Pada Remaja Putri di Tiyuh Panaragan Jaya Indah Kabupaten Tulang Bawang Barat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu* Vol. 6(2), Pp. 80-84. <https://doi.org/10.30604/abdi.v6i2.1599>.
- Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2022. Profil Kesehatan Kota Yogyakarta Tahun 2022.
- Fathony, Z., Amalia, R., Lestari, P.P., 2022. Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Disertai Cara Benar Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan* Vol. 4(2), Pp. 49-53. <https://doi.org/10.26714/jpmk.v4i2.9967>.
- Fitriana, Pramardika, D.D., 2019. Evaluasi Program Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)* Vol. 2(3), Pp. 200-207. <https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.807>.
- Helmyati, S., Syarif, C.A., Rizana, N.A., Sitorus, N.L., Pratiwi, D., 2023. Acceptance of Iron Supplementation Program among Adolescent Girls in Indonesia: A Literature Review. *Amerta Nutrition* Vol. 7(3SP), Pp. 50-61. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3SP.2023.50-61>.
- Hernayanti, M.R., Estiwidani, D., Maranata, 2023. Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat dengan Pembentukan Kader Pendamping Keluarga dalam Rangka Pencegahan Anemia Pada Remaja di Kelurahan Banjarsari, Kalibawang, Kulon Progo. *Abdigi: Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Gigi* Vol. 1(2), Pp. 27-30.
- Janggu, J.P., Dafiq, N., Senudin, P.K., Hamat, V., Panggor, A., 2024. Empowering Young Women Through Balanced Nutrition Education to Prevent Anemia. *Darmabakti Cendekia: Journal of Community Service and Engagements* Vol. 6(1), Pp. 15-20. <https://doi.org/10.20473/dc.V6.I1.2024.15-20>.
- Kementerian Kesehatan RI, 2020. Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri Pada Masa Pandemi Covid-19.
- Kementerian Kesehatan RI, 2019. Laporan Nasional RISKESDAS 2018 (Balitbangkes).
- Lailiyana, L., Hindratni, F., 2024. Edukasi Dampak Anemia terhadap Kesehatan Reproduksi Remaja Putri di SMAN 2 Pekanbaru. *Ebima: Jurnal Edukasi Bidan di Masyarakat* Vol. 5(1), Pp. 14-18.
- Makalew, G.F., Katuuk, M.E., Bidjuni, H.J., 2023. Faktor Risiko Peningkatan Tekanan Darah Pada Kelompok Usia 17-35 Tahun di Desa Waleo Dua. *Jurnal Keperawatan* Vol. 11(1), Pp. 35-45. <https://doi.org/10.35790/jkp.v11i1.48470>.
- Mardhika, A., Iswatun, I., Fadliyah, L., Susanto, J., Medawati, R., 2023. Ready to New Normal Era in Lamongan Regency. *Darmabakti Cendekia: Journal of Community Service and Engagements* Vol. 5(1), Pp. 39-45. <https://doi.org/10.20473/dc.V5.I1.2023.39-45>.
- Marino, J., 2022. A Note on Causes of Hypertension. *Journal of Molecular Pathophysiology* Vol. 11(1), Pp. 1.
- Maulani, A.M., 2020. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMPN 1 Kalibawang Kabupaten Kulon Progo Tahun 2020. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*. <https://doi.org/10/Appendices.pdf>.
- Nuradhiani, A., Briawan, D., Dwiriani, C.M., 2017. Dukungan Guru Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di Kota Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan* Vol. 12(3), Pp. 153-160. <https://doi.org/10.25182/jgp.2017.12.3.153-160>.
- Nuradina, R.A.A., Lestari, W.A., Arumsari, I., 2023. Overweight and High Sodium Intake Increased Risk of Hypertension among Adolescents: A Case-control Study in Urban Setting. *Amerta Nutrition* Vol. 7(2), Pp. 274-278. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2.2023.274-278>.
- Pamangin, L.O.M., 2023. Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri. *Jurnal Promotif Preventif* Vol. 6(2), Pp. 311-317.

<https://doi.org/10.47650/jpp.v6i2.746>.

- Priyanti, D., Pangestu, G.K., Sugesti, R., 2023. Efektivitas Pemberian Tablet FE dan Jus Buah Naga terhadap Peningkatan Kadar HB Remaja Putri yang mengalami Anemia di Desa Citeras Kabupaten Garut Tahun 2023. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah* Vol. 2(11), Pp. 4785-4797. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i11.1813>.
- Rahmah, A., Kurniasari, R., 2024. Pengaruh Media Poster, Podcast, dan Games Cari Kata terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Hipertensi di SMA Negeri 30 Jakarta. *Innovative: Journal Of Social Science Research* Vol. 4(3), Pp. 18664-18674. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i3.11918>.
- Rahmanto, I., Hanum, S.S., Safitri, C.T., Khaerana, A.I., Targanski, C.L., Hendarto, B.A.D., Hartawan, M.W.N., Susilo, I., 2025. Improving Knowledge and Attitudes about Cervical Cancer Detection in Java's Pantura Region. *Darmabakti Cendekia: Journal of Community Service and Engagements* Vol. 7(1), Pp. 1-7. <https://doi.org/10.20473/dc.V7.I1.2025.1-7>.
- Sabillah, V.S., Aidha, Z., 2023. Analisis Faktor Risiko Hipertensi Pada Remaja Puskesmas Langsa Lama. *Health Information: Jurnal Penelitian* Vol. 15, Pp. e962.
- Samuels, J., Samuel, J., 2018. New Guidelines for Hypertension in Children and Adolescents. *The Journal of Clinical Hypertension* Vol. 20(5), Pp. 837-839. <https://doi.org/10.1111/jch.13285>.
- Shittu, R.O., Odeigah, L.O., Kasali, F.O., Biliaminu, S.A., Sule, A.G., Yusuf, M., Adeyemi, M., 2017. Prevalence and Risk Factors of Hypertension in Nigeria. *International Journal of Medicine and Health Development* Vol. 22(2), Pp. 138-144.
- Siregar, N., Rambe, N.Y., 2022. Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri di SMA Negeri 3 Kota Padangsidimpuan Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmas (JPMD)* Vol. 1(2), Pp. 35-38.
- Susilawati, S., Perdana, F., Shoffa, S., Mariananingsi, I., Isnur, M., 2024. Edukasi Anemia Pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kasemen, Kota Serang. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia* Vol. 3(1), Pp. 29-32. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v3i1.84>.
- Wahyudi, C.T., Albary, R., 2021. Korelasi Perilaku Merokok dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Remaja. *Jurnal JKFT* Vol. 6(1), Pp. 62-71. <https://doi.org/10.31000/jkft.v6i1.5311>.
- World Health Organization, 2025. Anaemia. URL <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia> (accessed 10.19.25).