

The Optimization of Iron Supplement Tablet Administration as an Effort to Prevent Anemia in Adolescent Girls at MAN Purbalingga

Optimalisasi Pemberian Tablet Tambah Darah Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di MAN Purbalingga

Aanisah Hilmi, Pramesti Dewi, & Adiratna Sekar Siwi

Universitas Harapan Bangsa, Jl. Raden Patah No.100, Ledug, Banyumas, 53182, Indonesia

Abstract

Adolescence is a critical period that requires adequate nutritional intake, particularly for girls who are susceptible to anemia due to growth and menstruation. Iron Supplement Tablets (IST) are an essential intervention for anemia prevention. This community service program aimed to enhance adolescent girls' knowledge and compliance in consuming IST. The methods involved health education through lectures and discussions, along with continuous monitoring via a WhatsApp group. The results revealed an improvement in the overall knowledge score from 60 to 88 after the intervention, and compliance with IST consumption rose from 29.17% to 79.17%. In conclusion, the combination of health education and regular monitoring is proven effective in enhancing the knowledge and adherence of adolescent girls to the consumption of iron tablets.

Abstrak

Masa remaja merupakan periode krusial yang memerlukan asupan gizi yang memadai, khususnya bagi remaja putri yang rentan mengalami anemia akibat pertumbuhan dan menstruasi. Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan salah satu intervensi penting dalam pencegahan anemia. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD. Metode yang digunakan meliputi pendidikan kesehatan melalui ceramah dan diskusi, serta pemantauan secara berkelanjutan melalui grup WhatsApp. Hasil mengindikasikan adanya kenaikan pada rata-rata skor Pengetahuan dari 60 menjadi 88 setelah intervensi, dan kepatuhan konsumsi TTD meningkat dari 29,17% menjadi 79,17%. Kesimpulannya menunjukkan bahwa kombinasi antara pendidikan kesehatan dan pemantauan rutin efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah.

Keywords: Knowledge, Anemia, Adherence, Iron Supplements

1. Pendahuluan

Pada masa remaja, individu dalam kelompok usia ini mengalami perubahan yang signifikan seperti dalam aspek fisik, psikis, dan sosial sehingga sangat penting untuk memperhatikan kesehatannya. Menurut Ramaniar et al., (2023) beberapa masalah kesehatan gizi yang dapat dialami oleh remaja diantaranya yaitu gizi buruk, obesitas, dan anemia. Anemia adalah keadaan di mana tubuh mengalami penurunan kadar hemoglobin atau jumlah sel darah merah. Anemia kini menjadi perhatian kesehatan masyarakat yang penting, terutama pada anak-anak, remaja putri, wanita menstruasi, serta ibu hamil dan dalam masa nifas.

World Health Organization (WHO) anemia menjadi penyakit yang dialami lebih dari 30% populasi di dunia (Nurhidayati, 2024). Kondisi ini menjadi salah satu masalah gizi paling umum, memengaruhi sekitar 2 miliar orang secara global, sekitar (89%) berada di negara berkembang (Nasruddin et al., 2021). Pada tahun 2021, World Health Organization (WHO) juga melaporkan bahwa prevalensi anemia pada perempuan usia produktif (15–49 tahun) secara

* Corresponding author:

E-mail address: ahilmi124@gmail.com

global mencapai 29,9% (Putri et al., 2021). Selain itu, World Health Organization (WHO) (2021) mencatat bahwa Indonesia menempati urutan keempat tertinggi di Asia dalam kasus anemia (Dineti et al., 2022).

Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) dalam Rheta & Umarianti (2023) prevalensi anemia yang terjadi pada remaja putri yaitu sebanyak 39,1% di Indonesia tahun 2020. Remaja putri berisiko mengalami anemia (Fathony et al., 2022). Menurut Saputri & Noerfitri (2022) dibandingkan dengan remaja putra, remaja putri menunjukkan kecenderungan sepuluh kali lebih tinggi untuk terkena anemia. Kondisi ini disebabkan oleh adanya proses menstruasi yang terjadi setiap bulan, sehingga remaja putri membutuhkan asupan gizi, terutama zat besi, dalam jumlah yang tinggi untuk menggantikan kehilangan darah tersebut.

Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, angka prevalensi anemia di provinsi tersebut tahun 2021 mencapai 57% (Salma et al., 2024). Sementara, pada tahun 2020, cakupan nasional baru mencapai 39,1% (Sugihantoro et al., 2023). Target capaian yang ditetapkan untuk tahun 2024 adalah sebesar 58% (Helmyati et al., 2023).

Program pemberian tablet tambah darah melalui sekolah merupakan salah satu langkah yang diambil oleh pemerintah untuk dapat mencegah anemia sejak masa remaja. Hal tersebut berdasarkan Surat Edaran Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.03.03/V/0595/2016 disebutkan bahwa distribusi tablet fe kepada remaja putri dilaksanakan melalui Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M) di institusi pendidikan dan menetapkan hari untuk meminum bersama. Program minum TTD bersama yang sudah dijalankan di beberapa sekolah, seperti halnya di Purbalingga. MAN Purbalingga sudah rutin menjalankan kegiatan tersebut, tetapi untuk pelaksanaannya belum optimal. Dikarenakan masih ada beberapa siswa yang tidak menghabiskan tablet tambah darah yang sudah diberikan. Saat ditanya, beberapa siswi mengatakan jika mereka lupa meminum, atau bahkan tidak meminum karena tidak suka terhadap efek samping setelah minum tablet tambah darah tersebut. Jika hal tersebut dibiarkan maka akan memperbesar resiko remaja putri terkena anemia.

Anemia dapat menyebabkan kapasitas darah untuk membawa oksigen menjadi kurang (Suandika et al., 2023). Jika tidak segera dilakukan pencegahan maka anemia dapat berdampak negatif terhadap pertumbuhan kognitif dan fisik remaja. Menurut Laily et al.,(2022) anemia yang dialami remaja dapat memengaruhi penurunan konsentrasi serta menghambat pencapaian prestasi belajar mereka dan dampak jangka panjangnya anemia dapat berdampak pada kehamilan dan proses kelahiran, seperti meningkatkan risiko kematian ibu dan bayi, atau menyebabkan bayi lahir dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Meminum tablet tambah darah secara rutin merupakan salah satu metode pencegahan yang dapat dilakukan. Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, penulis tertarik untuk menyelenggarakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada topik “Optimalisasi Pemberian Tablet Tambah Darah untuk Mencegah Anemia pada Remaja Putri di MAN Purbalingga.”

Rumusan masalah dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah: “*Bagaimana optimalisasi pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri di MAN Purbalingga?*” Permasalahan ini diangkat berdasarkan tingkat prevalensi anemia pada remaja putri yang tinggi, yang sebagian besar disebabkan oleh rendahnya tingkat pengetahuan serta kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi TTD. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai anemia dan pentingnya Tablet Tambah Darah melalui pendidikan kesehatan, serta mendorong kepatuhan dalam konsumsi TTD sebagai upaya pencegahan anemia. Manfaat dari kegiatan ini diharapkan dapat mengoptimalkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia, serta mendorong efektivitas program pemberian TTD secara berkelanjutan di lingkungan sekolah, khususnya di MAN Purbalingga.

2. Pelaksanaan dan Metode

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu pada tanggal 11 Desember 2024 sampai 01 Februari 2025 di MAN Purbalingga. Populasi pengabdian kepada masyarakat ini yaitu siswi kelas 10 berjumlah 251 orang siswi. Setelah melakukan komunikasi dengan pihak sekolah, maka diberikan izin untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada siswi kelas XE dan XF dengan total 36 siswi. Ketika pelaksanaan kegiatan pada pertemuan pertama siswi yang hadir ada sejumlah 24 siswi. Hal tersebut dikarenakan pada saat pelaksanaan bersamaan dengan kegiatan *class meeting* sehingga ada beberapa siswi yang tidak dapat hadir.

Pada pertemuan pertama beberapa kegiatan yang dilakukan yaitu *pre test* pengetahuan anemia dan tablet tambah darah, pengisian kuisioner kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan diskusi, pemutaran media edukasi berupa video, *post test* pengetahuan anemia dan tablet tambah darah, pembagian tablet tambah darah sebanyak 4 tablet yang dikonsumsi 1x1 minggu selama 1 bulan dan lembar monitoring konsumsi tablet tambah darah.

Evaluasi pada pertemuan kedua dilaksanakan dengan pengisian kuisioner kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, pengumpulan lembar monitoring, dan sharing serta evaluasi terkait dengan konsumsi tablet tambah darah.

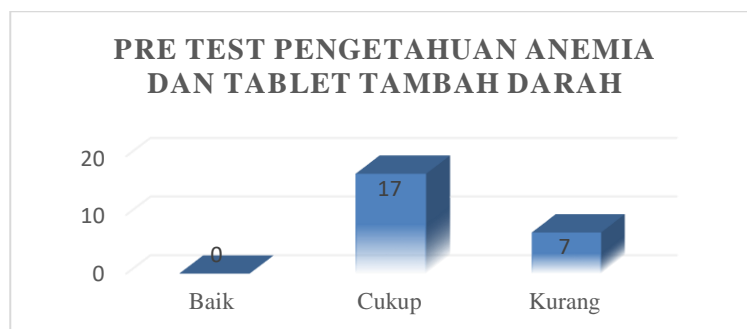
3. Hasil dan Pembahasan

Pada hari Rabu, 11 Desember 2024, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dimulai dengan pertemuan pertama yang berlangsung dari pukul 07.00 hingga 09.00 WIB di ruang kelas MAN Purbalingga. Pertemuan tersebut dihadiri oleh 24 siswi dari kelas XE dan XF. Agenda pada pertemuan ini mencakup pelaksanaan pre-test dan post-test untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan para siswi terkait anemia dan Tablet Tambah Darah (TTD), serta pengisian kuesioner tentang kepatuhan konsumsi TTD sebelum dilakukan intervensi. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk mendapatkan gambaran awal mengenai tingkat pengetahuan dan kepatuhan siswi terhadap konsumsi TTD sebelum dilakukan pemantauan lanjutan. Selain itu, pada pertemuan pertama ini juga dilakukan sesi pendidikan kesehatan mengenai anemia dan pentingnya suplementasi zat besi, serta pembagian tablet tambah darah kepada para peserta.



Gambar 1. Kegiatan Pertemuan Pertama Pengabdian Kepada Masyarakat

Pada pertemuan awal kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, dilakukan asesmen awal mengenai tingkat pengetahuan siswi terkait anemia dan Tablet Tambah Darah (TTD). Penilaian ini dilakukan sebelum sesi edukasi kesehatan dimulai, dengan menggunakan pre-test yang diberikan kepada seluruh peserta. Langkah ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran awal mengenai pemahaman siswi sebelum menerima edukasi lebih lanjut. Frekuensi tingkat pengetahuan siswi sebelum pelaksanaan pendidikan kesehatan disajikan pada grafik berikut.



Gambar 2. Frekuensi Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dan Tablet Tambah Darah Sebelum Pendidikan Kesehatan Di MAN Purbalingga

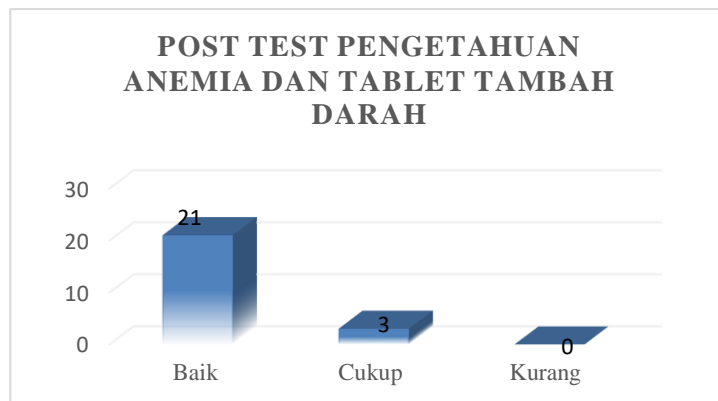
Berdasarkan Gambar 2, tingkat pengetahuan 24 siswi kelas XE dan XF sebelum menerima edukasi terkait anemia dan Tablet Tambah Darah (TTD) memperlihatkan bahwa 7 siswi termasuk dalam kategori "kurang," sedangkan 17 siswi lainnya masuk ke kategori "cukup." Data ini menunjukkan bahwa pemahaman siswi mengenai pentingnya anemia dan konsumsi TTD masih tergolong rendah.

Tabel 1. Distribusi rerata *pre test* pengetahuan anemia dan tablet tambah darah di MAN Purbalingga

Pengetahuan	Min	Max	Median	Mean
<i>Pre test</i>	30	75	62,5	60

Berdasarkan Tabel 1, nilai terkecil (min) yang diperoleh pada pre-test adalah 30, sementara nilai terbesar (max) mencapai 75. Rata-rata (mean) nilai pengetahuan pre-test siswi adalah 60, yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswi berada dalam kategori "cukup."

Pasca pelaksanaan penyuluhan mengenai anemia dan Tablet Tambah Darah (TTD), serta pengerjaan post-test, terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan di kalangan siswi kelas XE dan XF. Peningkatan ini mengindikasikan efektivitas dari pendidikan kesehatan yang diberikan dalam meningkatkan pemahaman siswi terkait dengan topik tersebut.



Gambar 3. Frekuensi tingkat pengetahuan tentang anemia dan tablet tambah darah setelah pendidikan kesehatan di MAN Purbalingga

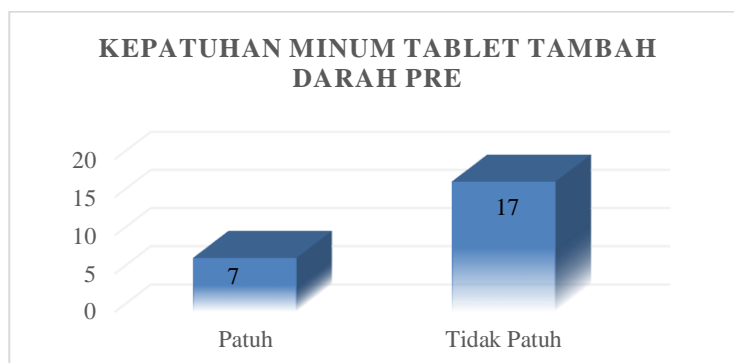
Berdasarkan Gambar 3 pengetahuan 24 siswi meningkat setelah diberikan pendidikan kesehatan Hasil *post test* pada 24 siswi kelas XE dan XF MAN Purbalingga didapatkan sebagian besar pengetahuan siswa berada di dalam kategori baik sejumlah 21 siswi atau 87,5% dan 3 siswi berada dikategori cukup.

Tabel 2. Distribusi rerata post test pengetahuan anemia dan tablet tambah darah di MAN Purbalingga

Pengetahuan	Min	Max	Median	Mean
<i>Post test</i>	70	100	87,5	88

Berdasarkan tabel 2 didapatkan nilai terendah (min) dari *post test* yang sudah dilakukan yaitu 70 (cukup) dan nilai terbesar (max) yaitu 100. Sedangkan untuk rata-rata nilai *post test* pengetahuan setelah diberikan materi terkait anemia dan tablet tambah darah pada siswi kelas XE dan XF yaitu termasuk ke dalam kategori tinggi.

Pada pertemuan pertama dilakukan pengukuran kepatuhan menggunakan kuisioner kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan penilaian hasil dua kategori yaitu patuh tidak patuh yang terdiri dari lima pertanyaan. Data hasil dari pertemuan pertama disajikan dalam grafik pada gambar 4.



Gambar 4. Frekuensi tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di MAN Purbalingga sebelum pendidikan kesehatan

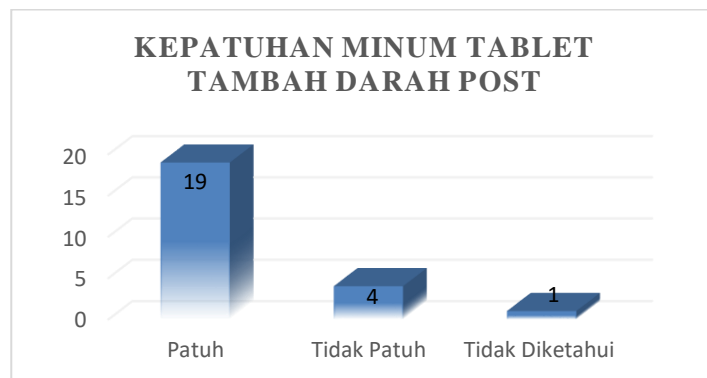
Berdasarkan Gambar 4 kepatuhan 24 siswi kelas XE dan XF sebelum adanya pengabdian kepada masyarakat terkait dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah diperoleh sejumlah 7 siswi (29,17%) dengan kategori patuh dan 17 siswi dengan kategori tidak patuh dikarenakan lupa, malas, dan/atau tidak suka terhadap efek sampingnya yaitu mual. Tingkat kepatuhan tersebut masih tergolong rendah, karena pada tahun 2024 pemerintah telah menargetkan 58% remaja patuh untuk konsumsi tablet tambah darah (Nurjanah & Azinar, 2023). Sehingga selanjutnya dilaksanakan pemantauan konsumsi tablet tambah darah agar dapat mengoptimalkan pemberian tablet tambah darah.

Pertemuan kedua kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan pada hari Sabtu, 01 Februari 2024, pukul 09.30 hingga 10.45 WIB, di ruang digital MAN Purbalingga. Kegiatan ini dihadiri oleh 23 siswi kelas XE dan XF, dengan satu siswi tidak hadir karena sakit. Agenda pada pertemuan kedua mencakup pengumpulan format pemantauan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah serta pengisian kuesioner terkait kepatuhan konsumsi TTD, serta sesi sharing dan evaluasi terkait dengan konsumsi TTD setelah dilakukan pemantauan konsumsi melalui grup WhatsApp. Kegiatan ini bertujuan untuk menilai tingkat kepatuhan siswi dalam mengonsumsi TTD serta memberikan kesempatan bagi siswi untuk berdiskusi dan berbagi pengalaman mengenai manfaat dan tantangan yang mereka hadapi selama pelaksanaan program.



Gambar 5. Kegiatan Pertemuan Kedua Pengabdian Kepada Masyarakat

Pada pertemuan kedua, kegiatan dilakukan untuk menilai tingkat kepatuhan siswi dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hasil dari evaluasi tersebut dapat dilihat melalui Gambar 6.



Gambar 6. Frekuensi tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di MAN Purbalingga setelah adanya pendidikan kesehatan

Berdasarkan Gambar 6, terdapat peningkatan tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah setelah pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat. Sebanyak 19 siswi menunjukkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Namun, terdapat 4 siswi yang tidak patuh, dengan alasan utama keluhan efek samping seperti mual setelah konsumsi. Selain itu, status kepatuhan 1 siswi tidak dapat dikonfirmasi karena ketidakhadiran yang disebabkan oleh kondisi sakit. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun terjadi peningkatan kepatuhan secara keseluruhan, efek samping masih menjadi hambatan dalam pelaksanaan program suplementasi zat besi.

Tingkat pengetahuan responden dipengaruhi oleh sejauh mana informasi yang mereka miliki. Tingkat pengetahuan responden pada saat sebelum dilakukan pendidikan kesehatan didominasi oleh kategori cukup. Berdasarkan hasil analisis awal, ditemukan bahwa beberapa siswi masih kekurangan pemahaman mendalam mengenai anemia dan

pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Hal ini disebabkan oleh kurangnya informasi terkait anemia dan manfaat tablet tambah darah bagi remaja putri di MAN Purbalingga. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Anifah (2020) yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan remaja dipengaruhi oleh jumlah dan kualitas informasi yang diterima; semakin terbatas informasi yang diperoleh, maka semakin rendah pula tingkat pengetahuan individu.

Pendidikan kesehatan adalah salah satu metode pendukung program-program kesehatan yang bertujuan untuk menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan (Purbasari et al., 2023). Setelah melaksanakan pendidikan kesehatan didapatkan hasil post test dari 24 siswi yang mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan di MAN Purbalingga dengan hasil sebanyak 21 siswi berada dalam kategori baik (76%-100%) dan sebanyak 3 siswi ada di dalam kategori cukup (56%-75%). Hasil tersebut menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah pelaksanaan pendidikan kesehatan. Rata-rata skor pre-test sebesar 60 meningkat menjadi 88 pada post-test, yang menandakan bahwa Pendidikan kesehatan berhasil meningkatkan pemahaman peserta terkait materi yang diberikan.

Pendidikan kesehatan adalah salah satu strategi yang terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswi tentang anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Penelitian yang dilakukan oleh Januar et al. (2024) Di SMP Negeri 1 Wodo, Kabupaten Sumedang, hasil menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan secara terarah memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja mengenai anemia. Temuan ini semakin didukung oleh hasil penelitian Mesi et al. (2024) yang menyatakan bahwa pemberian pendidikan kesehatan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan siswi di SMA Kesatrian 2 Semarang. Pendidikan kesehatan berperan sebagai sumber informasi yang dapat memudahkan siswi dalam memperoleh pengetahuan baru. Hal ini kemudian dapat memengaruhi cara berpikir, sikap, serta tindakan mereka dalam menjaga kesehatan secara keseluruhan.

Peningkatan pemahaman yang didapat melalui pendidikan kesehatan berkontribusi pada pembentukan perilaku positif pada siswi, seperti mengonsumsi makanan kaya zat besi dan protein, serta meningkatkan kepatuhan dalam konsumsi tablet tambah darah. Pola perilaku ini sangat krusial untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Darmayanti et al. (2023) yang menyatakan bahwa pengetahuan yang baik dapat memengaruhi sikap dan perilaku individu dalam menjalani gaya hidup sehat.

Kepatuhan siswi dalam mengonsumsi tablet tambah darah meningkat secara signifikan, dari 29,17% sebelum kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjadi 79,17% setelah pemantauan. Peningkatan ini didukung oleh meningkatnya pengetahuan dan adanya pemantauan konsumsi tablet. Pengetahuan yang memadai terbukti menjadi faktor penting dalam pengambilan keputusan untuk bertindak, seperti ditunjukkan oleh penelitian Savitri et al. (2021), yang menyatakan bahwa Pengetahuan berperan sebagai faktor utama yang dapat menentukan perilaku remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Senada dengan itu, Putra et al. (2020) juga mengungkapkan bahwa pengetahuan berfungsi sebagai faktor utama yang memengaruhi proses pengambilan keputusan seseorang, termasuk dalam aspek kepatuhan terhadap konsumsi tablet tambah darah.

Selain pengetahuan, dukungan lingkungan juga menjadi faktor penting yang memengaruhi kepatuhan siswi. Hasil penelitian Saleh & Bakoil (2021) menunjukkan bahwa keterlibatan berbagai pihak seperti orang tua, sekolah, dan teman sebaya berperan dalam meningkatkan kesadaran dan keberhasilan program suplementasi zat besi. Dukungan tersebut membantu mengingatkan serta memantau siswi agar tidak lupa mengonsumsi tablet tambah darah, sehingga berdampak positif terhadap peningkatan kepatuhan.

Dengan meningkatnya kepatuhan, diharapkan kejadian anemia pada remaja dapat diminimalkan.. Penelitian oleh Putra et al. (2020) mengungkapkan bahwa semakin tinggi kepatuhan konsumsi tablet Fe, maka kadar hemoglobin (Hb) cenderung meningkat mendekati nilai normal. Hal ini sangat penting mengingat remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia akibat menstruasi bulanan dan kebutuhan gizi yang meningkat selama masa pertumbuhan. Penelitian Handayani & Budiman (2022) juga menegaskan bahwa penyebab utama anemia pada remaja putri adalah kekurangan zat gizi, khususnya zat besi, yang dibutuhkan dalam jumlah lebih besar selama fase menstruasi. Oleh karena itu, kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah perlu menjadi perhatian utama dalam upaya pencegahan anemia pada remaja.

4. Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang telah dilaksanakan menunjukkan hasil yang cukup positif. Terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan pada siswi kelas XE dan XF mengenai anemia dan tablet tambah darah. Rata-rata skor pengetahuan awal sebesar 60 (kategori cukup) meningkat menjadi 88 (kategori baik) setelah diberikan pendidikan kesehatan. Selain itu, terjadi peningkatan tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah sebesar 50%, yaitu dari 7 siswi (29,17%) sebelum pelaksanaan PkM menjadi 19 siswi (79,17%) setelah intervensi.

Sebagai tindak lanjut, Para siswi sebaiknya tetap konsisten dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur guna mengurangi kemungkinan anemia. Pihak sekolah juga diharapkan dapat berperan aktif dalam memantau siswi yang belum patuh, khususnya saat jadwal konsumsi tablet tambah darah, sehingga pelaksanaan program dapat berjalan secara berkelanjutan dan lebih optimal.

Acknowledgements

Penulis menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini. Ucapan khusus ditujukan kepada Ibu Pramesti Dewi dan Ibu Adiratna Sekar Siwi atas arahan dan bimbingan yang sangat berharga selama berlangsungnya kegiatan. Penulis juga memberikan apresiasi kepada pihak MAN Purbalingga, terutama para guru yang telah mendukung dengan memberikan izin dan fasilitas, serta kepada siswi kelas XE dan XF atas partisipasi aktif mereka. Tidak lupa, terima kasih juga disampaikan kepada keluarga, rekan, dan semua pihak lainnya yang telah memberikan dukungan, baik moril maupun materiil, sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar.

References

- Dinetti, A., Maryani, D., Purnama, Y., Asmariyah, & Dewiani, K. (2022). Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Wilayah Pesisir Kota Bengkulu. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 86–91. <https://doi.org/10.33084/jsm.vxix.xxx>
- 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*, 4(2), 49–53.
- 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. In *Amerta Nutrition* (Vol. 7, Issue 3SP, pp. 50–61). Airlangga University Faculty of Public Health. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3SP.2023.50-61>
- Laily, N., Cahyani, L. I., Abdullah, L. K., Mauliana, M., & Patria, S. (2022). Kegiatan Pemberdayaan Remaja Melalui Penyuluhan dan Pembentukan Komunitas Remaja Sadar Anemia Terhadap Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(3), 1055–1060. <https://doi.org/10.54082/jamsi.373>
- Nasruddin, H., Faisal Syamsu, R., & Permatasari, D. D. (2021). Angka Kejadian Anemia Pada Remaja Di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), 357–364. <http://cerdika.publikasiindonesia.id/index.php/cerdika/index-357->
- Nurhidayati, R. B. (2024). Hubungan Pengetahuan, Gizi, Sikap terhadap Kesehatan Remaja Khususnya Anemia. *SIMFISIS: Jurnal Kebidanan Indonesia*, 3(4), 744–753. <https://doi.org/10.53801/sjki.v3i4.218>
- Nurjanah, A., & Azinar, M. (2023). Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Sekolah Percontohan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas. *HIGEIA Journal*, 7(2), 244–254. <https://doi.org/10.15294/higeia/v7i2/64227>
- Putri, A. A. A., Salwa, A., & Wahyuningsih, U. (2021). Edukasi Mengenai Anemia Defisiensi Besi Bagi Remaja Putri Dengan Media Leaflet. *SENAPENMAS*, 279–288.
- Ramaniar, Rofiqoh, Kristianto, Y., Zulfatunnisa, N., Kafiari, R. E., Tinah, P., Rosnah, & Purba, D. H. (2023). *Kesehatan Dan Gizi Remaja* (M. J. F. Sirait, Ed.). Yayasan Kita Menulis.
- Rheta, T. P., & Umarianti, T. (2023). *Efektifitas Pendidikan Kesehatan dengan Booklet Tentang Anemia Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja di SMAN 2 Temanggung Tahun 2023*. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Salma, B. D., Hadisaputro, S., & Sudiyono. (2024). Freeze Drying Tomat Sebagai Upaya Peningkatan Status Anemia Pada Ibu Hamil (Studi Kadar Hemoglobin). *Health Information: Jurnal Penelitian*, 16(2). <https://doi.org/10.36990/hijp.v16i2.1483>
- Saputri, M. D., & Noerfitri. (2022). Hubungan antara Pengetahuan, Sikap, Perilaku Terkait Anemia dan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswi Baru STIKes Mitra Keluarga. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13(2), 349–352.
- Suandika, M., Cahyaningrum, E. D., Ru-Tang, W., Muti, R. T., Triliani, Y., & Astuti, D. (2023). Description Of The Knowledge Level Of Adolescent Women About Anemia. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(9), 7733–7740.

Sugihantoro, H., Atmaja, R. R. D., & Faizah, N. N. (2023). Korelasi Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Siswi Madrasah Aliyah Al Khoiriyah Kabupaten Malang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 5(2), 76–80.