

OPTIMALISASI PROGRAM PEMERINTAH DALAM PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA MELALUI KOLABORASI DENGAN PUSKESMAS DAN SEKOLAH

Elpira Asmin^{1*}, Ritha Tahitu², Josepina Mainase³, Sartika Riri Rahanra⁴,
Willem Julio Abraham Leiwakabessy⁵, Simon Petrus Manurung⁶

^{1,2,3}Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Pattimura, Indonesia

^{4,5,6}Program Studi Sarjana Kedokteran, Universitas Pattimura, Indonesia

elpira.asmin@lecturer.unpatti.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Pemerintah Indonesia telah melaksanakan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai upaya untuk mengatasi anemia pada remaja putri, namun tingkat kepatuhan konsumsi TTD masih rendah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai anemia, meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah secara rutin dan membangun sistem pemantauan atau evaluasi sederhana terkait program pemberian tablet tambah darah yang dilakukan oleh puskesmas pada remaja di lingkungan sekolah. Kegiatan pengabdian ini berupa penyuluhan dilakukan di Sekolah Menengah Atas Negeri 7 Buru Selatan pada bulan Juli 2025. Kegiatan pengabdian ini melibatkan 100 orang remaja putri, guru dan petugas puskesmas. Pengisian kuesioner *pretest* sebelum penyuluhan menunjukkan bahwa 93% remaja putri belum mengetahui dengan baik tentang anemia. Sedangkan hasil *posttest* setelah penyuluhan menunjukkan tingkat pengetahuan remaja putri dalam kategori baik yaitu 75%. Pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa optimalisasi program pencegahan anemia dapat dicapai melalui pendekatan kolaboratif antara puskesmas dan sekolah. Rekomendasi dari kegiatan ini adalah perlunya pelatihan berkelanjutan bagi guru sebagai fasilitator kesehatan, peningkatan peran orang tua dalam edukasi gizi di rumah, serta dukungan kebijakan sekolah untuk memasukkan edukasi kesehatan dalam kegiatan rutin siswa.

Kata Kunci: Anemia; Remaja Putri; Pencegahan; Kolaborasi; Tablet Tambah Darah.

Abstract: The Indonesian government has implemented a program to provide iron supplements (IBF) as an effort to overcome anemia in adolescent girls, but the level of compliance with IBF consumption is still low. This community service activity aims to increase adolescent knowledge about anemia, increase compliance in consuming iron supplements regularly and build a simple monitoring or evaluation system related to the iron supplement tablet program carried out by the community health center for adolescents in the school environment. This community service activity in the form of counseling was carried out at State Senior High School 7 South Buru in July 2025. This service activity involved 100 adolescent girls, teachers and community health center staff. Completion of the pre-test questionnaire before the counseling showed that 93% of adolescent girls did not know well about anemia. Meanwhile, the post-test results after the counseling showed that the level of knowledge of adolescent girls was in the good category, namely 75%. This community service shows that optimization of anemia prevention programs can be achieved through a collaborative approach between community health centers and schools. Recommendations from this activity include the need for ongoing training for teachers as health facilitators, increased parental involvement in nutrition education at home, and support for school policies to incorporate health education into students' routine activities.

Keywords: Anemia; Adolescent Girls; Prevention; Collaboration; Iron Supplement Tablet.



Article History:

Received: 01-08-2025

Revised : 13-08-2025

Accepted: 25-08-2025

Online : 01-10-2025



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Anemia merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang hingga kini masih menjadi perhatian di Indonesia, khususnya pada kelompok remaja putri. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 32 persen, yang berarti sekitar tiga hingga empat dari sepuluh remaja putri mengalami kondisi ini (Tim Riskesdas, 2018). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa remaja di wilayah pedesaan memiliki risiko dua kali lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja di perkotaan (Owais et al., 2021; Sunuwar et al., 2020).

Anemia pada remaja umumnya disebabkan oleh kekurangan asupan zat besi, kehilangan darah selama menstruasi, serta kebutuhan zat besi yang meningkat pada masa pertumbuhan (Dianita et al., 2024). Dampak anemia pada kelompok usia ini sangat luas, mulai dari penurunan konsentrasi belajar, kelelahan, daya tahan tubuh yang rendah, hingga berdampak pada kualitas sumber daya manusia di masa depan (Melani et al., 2024; Nur Putri Erdianti et al., 2024).

Kondisi anemia yang tidak ditangani sejak remaja dapat berlanjut hingga dewasa dan menyebabkan masalah serius pada saat kehamilan. Anemia pada ibu hamil meningkatkan risiko bayi lahir dengan berat badan rendah, kelahiran prematur, stunting, serta komplikasi persalinan. Oleh karena itu, pencegahan anemia pada remaja merupakan langkah penting untuk memutus rantai masalah gizi dan kesehatan pada generasi berikutnya (Mutiarasari, 2019; Sety et al., 2020; Yulia et al., 2023).

Pemerintah Indonesia telah melaksanakan berbagai upaya untuk mengatasi anemia, salah satunya melalui program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) satu tablet per minggu bagi remaja putri. Namun, tingkat kepatuhan konsumsi TTD masih rendah. Meskipun cakupan penerimaan TTD mencapai sekitar 76 persen, hanya 2,13 persen remaja yang mengonsumsi tablet sesuai ketentuan minimal 52 tablet per tahun (Kesehatan, 2023). Hambatan yang dihadapi antara lain rendahnya kesadaran remaja, efek samping seperti mual, serta lemahnya mekanisme pemantauan di sekolah (Laurence et al., 2025; Sety et al., 2020; Susantini et al., 2023).

Berbagai studi menunjukkan bahwa kolaborasi lintas sektor, khususnya antara puskesmas dan sekolah, memiliki peran strategis dalam keberhasilan program pencegahan anemia. Puskesmas bertanggung jawab dalam penyediaan tablet besi, pemeriksaan kesehatan, serta edukasi gizi. Sementara itu, sekolah berperan dalam pengawasan konsumsi TTD dan pembiasaan perilaku hidup sehat (Melani et al., 2024). Pendekatan ini terbukti efektif di beberapa daerah, seperti di Kabupaten Sragen, di mana inovasi “Gerakan Minum Tablet Besi Bersama” berhasil menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri dari 40,8 persen menjadi 35,2 persen (Yanti Nida et al., 2025).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan optimalisasi pelaksanaan program pemerintah dalam pencegahan anemia melalui strategi kolaboratif dan partisipatif. Melalui penguatan edukasi gizi, pemantauan konsumsi TTD, dan keterlibatan aktif guru, petugas puskesmas, serta orang tua, diharapkan program pencegahan anemia dapat berjalan lebih efektif dan berkelanjutan (Jayadi et al., 2021). Puskesmas Namrole merupakan salah satu puskesmas dengan wilayah kerja membawahi beberapa desa di Namrole. Puskesmas telah rutin membagikan tablet tambah darah untuk seluruh siswa yang ada di wilayah kerjanya baik siswa Sekolah Menengah Pertama maupun siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai anemia, meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah secara rutin dan membangun sistem pemantauan atau evaluasi sederhana terkait program pemberian tablet tambah darah yang dilakukan oleh puskesmas pada remaja di lingkungan sekolah.

B. METODE PELAKSANAAN

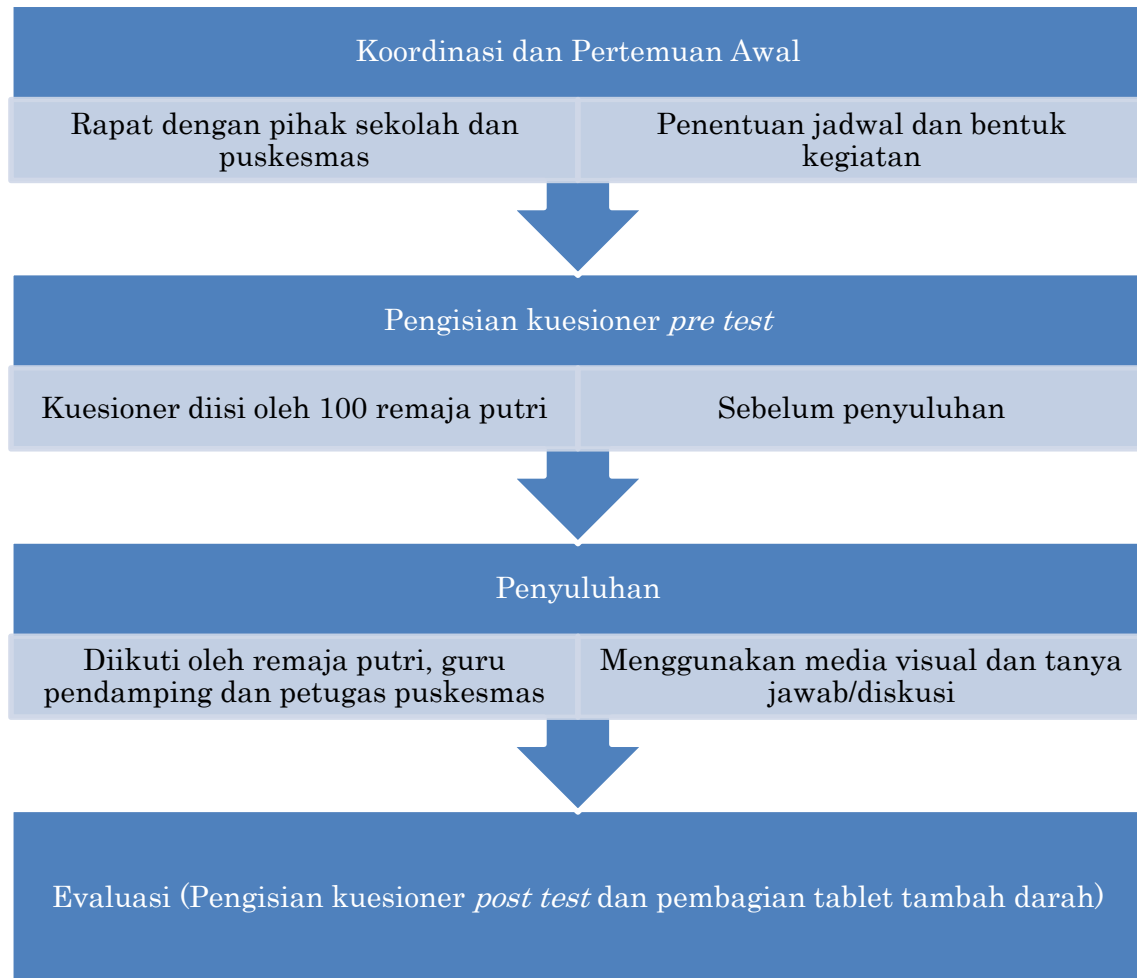
Kegiatan pengabdian ini berkolaborasi dengan pihak sekolah dan puskesmas. Mitra kegiatan pengabdian ini adalah Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 7 Buru Selatan dan puskesmas Namrole. Sekolah tersebut merupakan salah satu sekolah di wilayah kerja puskesmas Namrole. Kegiatan pengabdian ini melibatkan 100 orang remaja putri yang bersekolah di SMA Negeri 7 Buru Selatan, guru dan petugas puskesmas yang bertanggungjawab sebagai pemegang program pemberian tablet tambah darah dan Usaha Kesehatan Sekolah. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Juli 2025 di sekolah tersebut.

Kegiatan pengabdian ini berupa penyuluhan yang dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Tahapan kegiatan meliputi koordinasi dan perizinan, pengisian kuesioner *pre test*, penyuluhan, pembagian tablet tambah darah dan vitamin c, evaluasi kegiatan. Tahap pra kegiatan dimulai dengan pertemuan awal antara tim pengabdian dengan dengan pihak sekolah dan puskesmas untuk menentukan jadwal kegiatan, bentuk kegiatan dan pembagian peran masing-masing pihak.

Tahapan pelaksanaan kegiatan yang berlangsung 10 hari setelah pertemuan awal atau koordinasi. Pengisian kuesioner *pre test* oleh remaja putri sebelum diberikan penyuluhan. Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan media visual, *games* dan tanya jawab antara pemateri dan remaja putri. Penyuluhan mengenai anemia, dampaknya, pencegahan, gejala dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah diberikan kepada remaja putri beserta guru pendamping.

Tahapan evaluasi dilakukan dengan pengisian kuesioner *post test* oleh remaja putri kemudian ditutup dengan pembagian tablet tambah darah yang dilakukan oleh petugas puskesmas Namrole yang hadir bersama tim pengabdian dari Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura. Tahapan

kegiatan yang dilakukan selama kegiatan pengabdian dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Langkah-langkah kegiatan pengabdian

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pra kegiatan pengabdian yaitu koordinasi dengan pihak sekolah dan puskesmas. Hasil koordinasi tersebut disepakati untuk melakukan kegiatan pada tanggal 19 Juli 2025. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan memberikan penyuluhan berupa ceramah dan diskusi. Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan mampu meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa mengenai pentingnya mencegah anemia sejak dini. Edukasi yang disampaikan dengan pendekatan visual, interaktif, dan kontekstual terbukti mampu menarik minat remaja dan memudahkan mereka dalam menyerap informasi (Gambar 2 dan Gambar 3). Hal ini juga sesuai dengan beberapa penelitian dan pengabdian sebelumnya yang mendapatkan bahwa penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan remaja serta memotivasi mereka untuk patuh mengonsumsi tablet tambah darah guna mencegah terjadinya anemia (Febrianti et al., 2023; Susantini et al., 2023; Valentin et al., 2024).

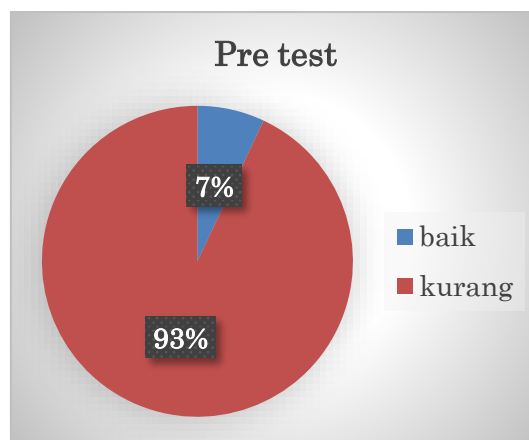


Gambar 2. Kegiatan penyuluhan tentang anemia pada remaja putri

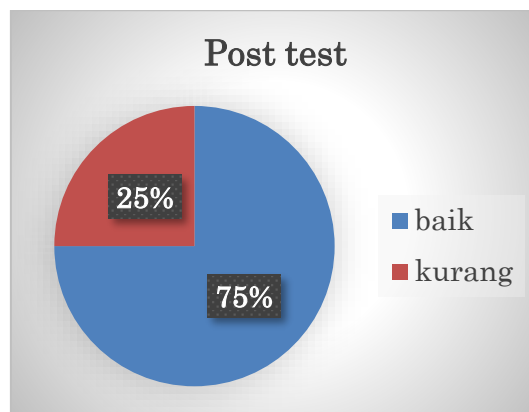


Gambar 3. Sesi tanya jawab dan diskusi antara pemateri dan peserta

Sebelum diberikan ceramah dilakukan pengisian kuesioner *pre test* dan setelah ceramah pengisian *post test* oleh remaja putri sebagai peserta kegiatan pengabdian. Tahapan ini adalah tahapan evaluasi yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan remaja sebelum dan setelah penyuluhan, sekaligus menilai keberhasilan edukasi yang diberikan tentang anemia, dampak, gejala, cara pencegahan dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Tingkat pengetahuan remaja sebelum dan sesudah penyuluhan dapat dilihat pada Gambar 4 dan Gambar 5 berikut.



Gambar 4. Tingkat pengetahuan remaja putri sebelum penyuluhan



Gambar 5. Tingkat pengetahuan remaja putri sesudah penyuluhan

Hasil yang ditampilkan pada Gambar 4 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar remaja putri (93%) belum memiliki pengetahuan yang memadai mengenai anemia. Hal ini menggambarkan masih rendahnya pemahaman siswa terhadap kondisi anemia, baik dari segi definisi, gejala, dampak, maupun cara pencegahannya. Kondisi ini sejalan dengan temuan Van Zutphen (2021) yang menyebutkan bahwa rendahnya literasi kesehatan menjadi salah satu penyebab utama tingginya angka anemia pada remaja di Indonesia (van Zutphen et al., 2021). Setelah dilakukan penyuluhan, sebagaimana terlihat pada Gambar 5, terjadi peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan remaja putri. Sebanyak 75% responden berada dalam kategori pengetahuan baik.

Peningkatan pengetahuan ini juga memperkuat peran edukasi kesehatan sebagai intervensi efektif dalam upaya pencegahan anemia, terutama bila dilakukan secara terencana dan terintegrasi dengan lingkungan sekolah (Nurbaya et al., 2023; Susantini et al., 2023). Selain itu, keterlibatan guru dan petugas puskesmas dalam proses edukasi berkontribusi besar terhadap keberhasilan penyuluhan. Keberhasilan program kesehatan remaja sangat dipengaruhi oleh dukungan lintas sektor (Fathony et al., 2022).

Temuan ini memperkuat anggapan bahwa edukasi dan penyuluhan gizi yang tepat sasaran dapat menjadi strategi preventif yang efektif dalam mengurangi prevalensi anemia. Pemberian informasi yang jelas mengenai gejala, dampak jangka panjang, serta pentingnya konsumsi tablet tambah darah memberikan bekal penting bagi remaja untuk mengambil tindakan pencegahan secara mandiri (Tando et al., 2024; Tuti Surtimanah, 2023).

Dengan demikian, hasil peningkatan pengetahuan remaja putri sesudah penyuluhan dapat disimpulkan sebagai indikator keberhasilan awal dari program intervensi berbasis sekolah dan kolaborasi dengan pihak puskesmas. Ke depan, keberlanjutan program ini perlu didukung dengan monitoring rutin dan penguatan materi melalui integrasi kurikulum pendidikan kesehatan di sekolah.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri meningkat setelah dilakukan penyuluhan, yaitu dari 17% menjadi 95% memiliki pengetahuan baik. Peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja berkaitan dengan kepatuhan remaja dalam menjaga kesehatannya terutama dalam pencegahan anemia. Rekomendasi dari kegiatan ini adalah perlunya pelatihan berkelanjutan bagi guru sebagai fasilitator kesehatan, peningkatan peran orang tua dalam edukasi gizi di rumah, serta dukungan kebijakan sekolah untuk memasukkan edukasi kesehatan dalam kegiatan rutin siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Pihak Sekolah dan Pihak Puskesmas yang telah bekerja sama dengan tim pengabdian dalam membantu terselenggaranya kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga untuk 100 orang remaja putri yang berpartisipasi dengan baik dalam kegiatan penyuluhan dan pemberian tablet tambah darah.

DAFTAR RUJUKAN

- Dianita, E. M., Sari, P. N., Imam, N., & Praningsih, S. (2024). *Kenali Lebih Jauh Anemia pada Remaja*. Tahta Media Group.
- 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. <https://doi.org/10.26714/jpmk.v4i2.9967>
- Febrianti, K. D., Ayu, W. C., Anidha, Y., & Mahmudiono, T. (2023). Effectiveness of Nutrition Education on Knowledge of Anemia and Hemoglobin Level in Female Adolescents Aged 12-19 Years: a Systematic Reviews and Meta-Analysis. *Amerta Nutrition*, 7(3), 478–486. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3.2023.478-485>
- Jayadi, Y. I., Palangkei, A. S. I. A., & Warahmah, J. F. (2021). Evaluasi Pemberian Tablet Tambah Darah Untuk Remaja Putri Wilayah Puskesmas Binamu Kota. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 7(3), 168–175. <https://doi.org/10.22487/htj.v7i3.455>
- Kesehatan, K. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka*. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Laurence, M. C., Titaley, C. R., Tahitu, R., Asmin, E., Kailola, N. E., Istia, S. S., Tando, Y. D., Pasamba, L. A., & Sara, L. S. (2025). The effect of WhatsApp-based reminders on enhancing knowledge and adherence to weekly iron-folic acid supplementation among adolescent girls in Maluku, Indonesia. *Frontiers in Digital Health*, 7(March), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fdgth.2025.1542006>
- Melani, M., Supriyatin, D., Adnani, Q. E. S., & Susiarno, H. (2024). Factors Associated with Anemia in Adolescents and Its Prevention Strategies: Systematic Review. *Jurnal Info Kesehatan*, 22(3), 646–662. <https://doi.org/10.31965/infokes.vol22.iss3.1523>
- Mutiarasari, D. (2019). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Tinggede. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 5(2), 42–48. <https://jurnal.fk.untad.ac.id/index.php/htj/article/view/119>
- Nur Putri Erdianti, Kusmintarti, A., Astuti, D. P., Ekowaty, R., Ariyani, L., Putri, F. D., & Maulida, M. A. (2024). Analisis Faktor-Faktor Kejadian Anemia

- Remaja di SMP Al-Basyariah. *Jurnal Pengabdian MALEO*, 3(1), 18–29. <https://doi.org/10.51888/maleo.v3i1.297>
- Nurbaya, Najdah, N., Irwan, Z., & Saleh, M. (2023). Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Anemia pada Remaja melalui Pelatihan Pembuatan Media Promosi. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 2(1), 28–33. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v2i1.123>
- Owais, A., Merritt, C., Lee, C., & Bhutta, Z. A. (2021). Anemia among women of reproductive age: An overview of global burden, trends, determinants, and drivers of progress in low-and middle-income countries. *Nutrients*, 13(8). <https://doi.org/10.3390/nu13082745>
- Sety, L. O. M., Syarifuddin, Y., Tina, L., & Majid, R. (2020). Female Adolescents in attitudes and side effects of consuming iron supplements. *Al-Sihah: The Public Health Science Journal*, 12(2), 181. <https://doi.org/10.24252/al-sihah.v12i2.15732>
- Sunuwar, D. R., Singh, D. R., Chaudhary, N. K., Pradhan, P. M. S., Rai, P., & Tiwari, K. (2020). Prevalence and factors associated with anemia among women of reproductive age in seven South and Southeast Asian countries: Evidence from nationally representative surveys. *PLoS ONE*, 15(8 August), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236449>
- Susantini, P., Bening, S., & Ekawati, R. (2023). Evaluasi Metode Penyuluhan Gizi Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Wilayah Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang. *Lambung Inovasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(2), 136–142. <https://doi.org/10.36312/linov.v8i2.1102>
- Tando, Y. D., Titaley, C. R., Tahitu, R., Asmin, E., & Sara, L. S. (2024). Anemia and Adherence to Weekly Iron-folic Acid Supplementation Among Adolescent Girls in a Stunting Locus of Ambon City, Indonesia. *Journal of Health Research*, 38(6), 467–479. <https://doi.org/10.56808/2586-940X.1103>
- Tim Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156). [https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskesdas_2018_Nasional.pdf)
- Tuti Surtimanah. (2023). Determinan Gejala Anemia pada Remaja Putri. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(6), 1179–1186. <https://doi.org/10.56338/mparki.v6i6.3449>
- Valentin, C., Pratiwi, P., Yuniarti, B., Sunarti, T., & Andriyani, D. T. (2024). Penyuluhan Anemia pada Remaja: Remaja Sehat Bebas Anemia. 01(04), 106–114.
- van Zutphen, K. G., Kraemer, K., & Melse-Boonstra, A. (2021). Knowledge Gaps in Understanding the Etiology of Anemia in Indonesian Adolescents. *Food and Nutrition Bulletin*, 42(1_suppl), S39–S58. <https://doi.org/10.1177/0379572120979241>
- Yanti Nida, Risnawati, & Atik Ba'diah. (2025). Efektivitas Pemberian Tablet Tambah Darah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin (Hb) Remaja Putri Di Pekanbaru. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 14(1), 143–155. <https://doi.org/10.35328/kebidanan.v14i1.2869>
- Yulia, C., Rosdiana, D. S., Nikmawati, E. E., & Muktiarni, M. (2023). Developing a nutrition education model based on local wisdom for adolescents to prevent Stunting in the early stage: a preliminary study. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 8(4), 666. <https://doi.org/10.30867/action.v8i4.1401>