

Edukasi pencegahan anemia pada remaja putri di MAN 2 Semarang

Sulistyaningsih, Indiana Gita Anggraeni, Dwi Monika Ningrum

Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Penulis korespondensi : Sulistyaningsih
E-mail : aptsulistyaningsih@unissula.ac.id

Diterima: 31 Maret 2026 | Direvisi: 13 April 2026 | Disetujui: 14 April 2026 | Online: 30 April 2026

© Penulis 2026

Abstrak

Anemia merupakan persoalan kesehatan yang prevalen di kalangan remaja putri dan berisiko menghambat konsentrasi belajar, kebugaran, serta kesehatan reproduksi di masa depan. Minimnya literasi mengenai anemia menjadi salah satu faktor determinan yang meningkatkan risiko kejadian tersebut pada kelompok usia remaja. Kegiatan ini bertujuan untuk mengoptimalkan pemahaman siswi di MAN 2 Semarang terkait pencegahan anemia melalui pendekatan promotif. Metode yang diterapkan meliputi pemaparan materi, penayangan video edukasi, diskusi interaktif, serta pendistribusian selebaran (*leaflet*). Efektivitas program diukur menggunakan instrumen kuesioner sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) kegiatan. Melibatkan 80 partisipan, profil usia didominasi oleh remaja 16 tahun (41,25%), diikuti 15 tahun (35%), 17 tahun (13,75%), dan 18 tahun (10%). Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pada tahap awal, 72,5% responden berkategori baik dan 27,5% berkategori kurang. Namun, pasca-intervensi, seluruh responden (100%) berhasil mencapai kategori pengetahuan baik. Temuan ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan berbasis sekolah sangat efektif dalam memperkuat literasi remaja mengenai pencegahan anemia.

Kata kunci: anemia; edukasi kesehatan; remaja putri; pengetahuan; pencegahan anemia.

Abstract

Anemia is a prevalent health problem among adolescent girls and poses a risk of hindering concentration in learning, fitness, and reproductive health in the future. Lack of literacy regarding anemia is a determining factor that increases the risk of this incident in the adolescent age group. This activity aims to optimize the understanding of female students at MAN 2 Semarang regarding anemia prevention through a promotive approach. The methods applied include material presentation, educational video screenings, interactive discussions, and leaflet distribution. The program's effectiveness was measured using a questionnaire instrument before (*pre-test*) and after (*post-test*) the activity. Involving 80 participants, the age profile was dominated by 16-year-olds (41.25%), followed by 15-year-olds (35%), 17-year-olds (13.75%), and 18-year-olds (10%). The evaluation results showed that in the initial stage, 72.5% of respondents were categorized as good and 27.5% were categorized as poor. However, after the intervention, all respondents (100%) managed to achieve the good knowledge category. These findings confirm that school-based health education is highly effective in strengthening adolescent literacy regarding anemia prevention..

Keywords: anemia; health education; adolescent girls; knowledge; anemia prevention.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan sebuah kondisi medis yang ditandai dengan penurunan jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin (Hb) di bawah ambang batas normal, yang disesuaikan

berdasarkan kategori usia serta jenis kelamin. Dalam keadaan tubuh yang sehat, hemoglobin yang terdapat di dalam sel darah merah memiliki peran vital dalam mendistribusikan oksigen serta berbagai nutrisi esensial, seperti vitamin dan mineral, menuju otak dan seluruh jaringan tubuh. Standar kecukupan Hb menunjukkan perbedaan antara pria dan wanita; pria dikategorikan mengalami anemia apabila kadar Hb berada di bawah 13,5 g/dl, sementara bagi wanita batasannya adalah di bawah 12 g/dl. Rendahnya kadar hemoglobin ini dapat memicu munculnya beragam manifestasi klinis pada penderitanya (Rati Astuti Jurusan Kebidanan, E., & Kemenkes Gorontalo, P. (2023)). Anemia merupakan salah satu tantangan gizi paling dominan di tingkat global, dengan kekurangan zat besi sebagai faktor penyebab yang paling sering ditemukan. Fenomena kesehatan ini memiliki keterkaitan erat dengan lima isu nutrisi dunia lainnya, yang meliputi stunting (tengkes), rendahnya berat badan bayi saat lahir, masalah kelebihan berat badan, praktik pemberian ASI eksklusif, serta kondisi wasting. Interaksi antara anemia dan kelima indikator tersebut menunjukkan kompleksitas permasalahan gizi yang saling memengaruhi dalam skala internasional (**Error! Reference source not found.**

Berdasarkan data tahun 2019 yang dirilis oleh World Health Organization (WHO), diperkirakan sekitar 29,9% wanita pada periode usia reproduktif di seluruh dunia mengidap anemia. Angka ini setara dengan lebih dari 500 juta jiwa perempuan berusia 15-49 tahun, termasuk kelompok remaja putri, dengan konsentrasi kasus terbanyak berada di negara berkembang dan kawasan rural. Kondisi di Indonesia mencerminkan adanya ketimpangan gender dalam isu kesehatan ini, di mana remaja putri memiliki risiko anemia yang lebih tinggi dibanding remaja pria. Temuan Riskesdas (2018) memperkuat fakta ini dengan mencatatkan prevalensi anemia sebesar 32% pada remaja putri. Secara proporsional, statistik tersebut menunjukkan bahwa tiga sampai empat dari sepuluh remaja putri di Indonesia merupakan penderita anemia (Nurrohmah, A., Indarwati, I., & Rahmawatie Ratna Budi Utami, D. (2026)). Berdasarkan temuan Survei Nasional Kesehatan Keluarga (SNKK), angka kejadian anemia pada penduduk Indonesia usia 15-24 tahun menyentuh angka 20,5%. Data spesifik dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) memberikan rincian lebih lanjut bahwa prevalensi anemia defisiensi besi mencapai 60,5% pada remaja perempuan usia 10-18 tahun, serta 40,5% pada kelompok Wanita Usia Subur (WUS) dalam rentang usia 19-45 tahun. Secara komparatif, statistik tersebut menempatkan remaja putri kategori usia 10-18 tahun pada posisi yang paling rentan terhadap risiko anemia dibandingkan kelompok usia lainnya (Maidayanti, L. E., Rohmatin, H., & Hanifah, I. (2026)).

Faktor risiko terjadinya anemia sangat tinggi pada kalangan remaja perempuan akibat adanya pengeluaran darah secara periodik melalui proses menstruasi. Kondisi ini menuntut pemenuhan kebutuhan zat besi yang lebih intensif guna melakukan pemulihan volume darah dalam tubuh, terlebih jika pengetahuan remaja terkait pencegahan anemia masih terbatas. Penyakit ini umumnya menunjukkan gejala khas yang dikenal dengan istilah 5L (lemah, letih, lesu, lelah, dan lalai). Selain itu, penderita sering kali mengalami gejala penyerta seperti nyeri kepala, rasa pening, frekuensi kantuk yang tinggi, hingga kesulitan dalam melakukan aktivitas yang memerlukan daya konsentrasi kuat (Farid Rivai, A. (2024)). Prevention of Anemia with Iron in Adolescent Girls. Penurunan performa belajar serta efisiensi kerja merupakan konsekuensi nyata dari kurangnya kadar hemoglobin pada remaja putri. Sangat krusial untuk memperbaiki cadangan zat besi tubuh sebelum masa kehamilan tiba, dimulai sejak usia remaja, sebagai langkah strategis dalam mereduksi kemungkinan timbulnya komplikasi gestasional. Dampak berkelanjutan dari fenomena ini berkaitan erat dengan peningkatan risiko gangguan kesehatan saat mengandung. Sebagai solusi, kelompok wanita usia subur dari strata ekonomi bawah dengan kondisi malnutrisi harus mendapatkan atensi khusus melalui penguatan program gizi spesifik dan sensitif yang dirancang untuk mengatasi permasalahan anemia secara komprehensif (Shafira, S. M., Islamy, B. A. N., & Tanziha, I. (2025)).

Fenomena anemia pada usia remaja membawa implikasi luas terhadap berbagai aspek fungsional, mulai dari gangguan fungsi kognitif dan motorik hingga tidak tercapainya profil fisik yang maksimal. Secara akademis dan fisik, penderita cenderung mengalami penurunan prestasi serta daya tahan tubuh. Dalam perspektif kesehatan reproduksi, anemia memosisikan remaja putri dalam risiko tinggi saat memasuki fase kehamilan di masa depan, yang berkaitan erat dengan potensi kematian ibu dan komplikasi pada bayi, seperti kelahiran prematur. Faktor etiologi yang mendasari permasalahan

ini sangat beragam, di antaranya adalah perdarahan kronis akibat menorrhagia serta kehilangan darah secara persisten di saluran cerna akibat infeksi cacing tambang di area dengan higiene rendah. Selain itu, defisiensi zat besi juga sering kali dipicu oleh perilaku diet yang kurang memadai, di mana asupan makanan kaya nutrisi besi tidak terpenuhi secara konsisten (Maidayanti, L. E., Rohmatin, H., & Hanifah, I. (2026).

Pemahaman mendalam terkait kondisi anemia sangat esensial bagi remaja sebagai subjek yang berada dalam tahapan perkembangan fisiologis intensif. Kapasitas untuk mengenali gejala klinis secara cepat memungkinkan adanya penanganan dini yang tepat sasaran. Pengetahuan ini juga memberikan landasan kognitif mengenai sinergi zat gizi seperti zat besi, asam folat, dan vitamin C dalam mekanisme pencegahan anemia. Tujuan penelitian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri tentang anemia sebagai masalah gizi yang berdampak pada kesehatan dan produktivitas. Penelitian ini juga dapat memberikan pemahaman mengenai penyebab, gejala, faktor risiko, serta langkah pencegahan anemia melalui pemenuhan gizi seimbang, terutama asupan zat besi, asam folat, dan vitamin C yang diarahkan untuk mendeteksi dini serta meningkatkan kepatuhan terhadap program suplementasi. Secara lebih luas, penelitian ini diharapkan dapat memperkuat peran remaja sebagai agen edukasi kesehatan dalam menurunkan prevalensi anemia. (Astuti, F., Anggraini, D., Sumego, M., Au, P. T., & Yogyakarta, A. (2024).

METODE

Implementasi program pengabdian masyarakat ini berfokus pada pemberian edukasi terkait pencegahan anemia seluruh anggota PMR di MAN 2 Semarang yang berjumlah 80 siswi melalui strategi promotif dan edukatif yang terintegrasi di lingkungan sekolah. Inisiatif ini diselenggarakan guna memperkuat pemahaman remaja putri mengenai seluk-beluk anemia serta langkah-langkah mitigasinya sejak dini. Hal ini dipandang krusial mengingat kelompok usia adolesens merupakan segmen populasi dengan tingkat risiko yang signifikan terhadap fenomena defisiensi zat besi.

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Program pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi kegiatan.

Tahap Persiapan

Tahapan awal kegiatan diwujudkan melalui koordinasi intensif dengan MAN 2 Semarang terkait perencanaan program dan pemilihan kelompok prioritas, yakni siswa putri, sebagai langkah awal pencegahan anemia. Tim pengabdian merumuskan materi edukasi komprehensif yang membedah seluk-beluk anemia, mulai dari penyebab hingga langkah mitigasi melalui pemenuhan nutrisi dan konsumsi tablet tambah darah. Sebagai penunjang literasi, disiapkan media cetak berupa selebaran edukatif. Secara teknis, kesiapan sarana dipastikan melalui penyediaan perangkat audio-visual, salinan materi, serta alat ukur berupa kuesioner evaluasi pengetahuan yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi. Hal ini dilakukan untuk menjamin kelancaran serta akurasi penilaian dampak program terhadap peserta.

Tahap Pelaksanaan

Implementasi program edukasi ini diselenggarakan pada hari Kamis, 8 Desember 2025, bertempat di MAN 2 Semarang mulai pukul 10.00 hingga 11.30 WIB. Sesi pemaparan materi dipandu oleh akademisi dari Program Studi Sarjana Farmasi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang memiliki keahlian di bidang farmasi klinis dan kesehatan masyarakat. Rangkaian kegiatan dimulai dengan seremoni pembukaan serta pengisian kuesioner awal (*pre-test*) guna memetakan pemahaman dasar peserta mengenai anemia. Selanjutnya, dilakukan penyampaian materi edukatif selama kurang lebih 45 menit melalui media visual yang difasilitasi dengan proyektor LCD. Pokok bahasan mencakup pemahaman mendasar tentang anemia, standar kebutuhan zat besi untuk remaja putri, sumber pangan kaya zat besi, serta urgensi konsumsi tablet tambah darah bagi kesehatan.

Dalam upaya meningkatkan retensi informasi, sesi pendidikan kesehatan ini mengintegrasikan pemutaran audiovisual selama ± 15 menit serta penjelasan materi secara spesifik menggunakan *leaflet* selama ± 15 menit. Penyelenggara juga memfasilitasi dialog interaktif selama 30 menit yang memungkinkan peserta untuk berkonsultasi mengenai isu-kesehatan yang kontekstual dengan keseharian mereka. Sebagai langkah penutup dari rangkaian edukasi, dilakukan pengambilan data melalui kuesioner pasca-edukasi (*post-test*). Evaluasi akhir ini berfungsi sebagai indikator utama dalam mengukur signifikansi peningkatan pemahaman serta efektivitas materi yang telah disampaikan kepada para siswi.

Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan secara teknis dan substantif. Evaluasi teknis meliputi kehadiran peserta, keterlibatan selama kegiatan, serta kondisi pelaksanaan program. Penilaian secara substantif dilakukan melalui komparasi antara skor tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*) guna mengukur akselerasi pemahaman peserta terkait anemia serta langkah preventifnya. Data yang dihimpun kemudian diolah menggunakan metode analisis deskriptif melalui distribusi frekuensi dan persentase untuk memetakan derajat efektivitas dari program edukasi yang telah diselenggarakan. Prosedur ini krusial untuk membuktikan adanya transformasi wawasan sebelum dan sesudah intervensi diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Operasionalisasi program pengabdian masyarakat di MAN 2 Kota Semarang diselenggarakan melalui rangkaian tahapan yang mencakup fase persiapan, diseminasi edukasi, hingga penilaian akhir, selaras dengan prosedur yang telah dipaparkan pada bagian metodologi. Analisis evaluasi dilakukan secara deskriptif dengan merujuk pada perbandingan capaian tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*), serta diperkuat melalui observasi langsung selama sesi berlangsung guna memantau transformasi wawasan peserta mengenai anemia. Dokumentasi visual terkait dinamika pelaksanaan penyuluhan di lokasi tersebut dapat dicermati pada Gambar 1 dan Gambar 2.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan Edukasi Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di MAN 2 Semarang



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan Edukasi Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di MAN 2 Semarang

Hasil Sebaran Karakteristik responden remaja putri di MAN Semarang berdasarkan kelompok umur menunjukkan bahwa sebagian besar peserta kegiatan edukasi anemia berada pada rentang usia 16 tahun sebanyak 33 responden (41,25%), diikuti usia 15 tahun sebanyak 28 responden (35%). Sementara itu, responden usia 17 tahun dan 18 tahun masing-masing berjumlah 11 responden (13,75%) dan 8 responden (10%). Distribusi ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan berada pada fase remaja pertengahan, yaitu periode pertumbuhan cepat yang memiliki kebutuhan zat besi relatif tinggi serta rentan mengalami anemia defisiensi besi (Ramadhan, J., & Bancin, N. (2025).

Tabel 1. Karakteristik Usia Siswa Remaja Putri

| Kelompok Umur (Tahun) | n (80) | Persentasi |
|-----------------------|--------|------------|
| 15 | 28 | 35% |
| 16 | 33 | 41,25% |
| 17 | 11 | 13,75 % |
| 18 | 8 | 10% |

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri

| Tingkat Pengetahuan | Sebelum (n =80) | | Sesudah (n =80) | |
|---------------------|-----------------|------------|-----------------|------------|
| | Frekuensi | Persentasi | Frekuensi | Persentasi |
| Baik | 58 | 72,5% | 80 | 100% |
| Kurang | 22 | 27,5% | 0 | 0 |

Hasil penilaian terhadap wawasan responden mengenai anemia menunjukkan adanya transformasi yang bermakna antara sebelum dan sesudah intervensi edukasi dilakukan. Pada tahap observasi awal, tercatat sebanyak 58 subjek (72,5%) telah memiliki pemahaman dalam kategori baik, sementara 22 individu (27,5%) lainnya masih tergolong dalam kategori kurang. Namun, pasca-implementasi program edukatif, seluruh partisipan (100%) berhasil mencapai tingkat pengetahuan dengan kategori baik. Hal ini mengindikasikan bahwa tidak ada lagi responden yang berada pada level pengetahuan rendah setelah menerima paparan materi. Hasil ini mengindikasikan adanya peningkatan pemahaman yang merata pada seluruh peserta setelah kegiatan edukasi dilaksanakan (Ramadhan, J., & Bancin, N. (2025).

Data karakteristik responden dalam penelitian ini mengindikasikan bahwa seluruh peserta adalah remaja perempuan dengan usia mayoritas berkisar antara 15 hingga 16 tahun. Kelompok usia tersebut tergolong dalam fase remaja pertengahan yang ditandai dengan pertumbuhan fisik yang cepat serta kematangan sistem reproduksi. Pada periode ini, kebutuhan zat besi meningkat secara drastis sebagai dampak dari pertumbuhan jaringan tubuh dan kehilangan darah saat menstruasi. Kondisi tersebut menempatkan remaja putri dalam posisi berisiko tinggi mengalami anemia apabila asupan nutrisi tidak terpenuhi dengan baik. Oleh karena itu, penetapan siswa MAN 2 Semarang sebagai sasaran kegiatan edukasi dinilai tepat mengingat mereka merupakan bagian dari populasi yang rentan terhadap masalah anemia. (Elok Mardiyana, N., Anifah, F., Nuzula, F., & Aryunani, A. (2025).

Sebelum intervensi dilakukan, evaluasi awal terhadap pengetahuan peserta memperlihatkan bahwa mayoritas mereka masih berada dalam tingkatan cukup hingga kurang. Kondisi ini mengonfirmasi bahwa pemahaman mereka tentang anemia masih terbatas dan belum menyeluruh. Kebanyakan siswa hanya mengetahui anemia sebagai istilah untuk kekurangan darah, namun tidak memahami faktor pemicu, risiko kesehatan di masa depan, maupun cara pencegahan mandiri. Kurangnya pemahaman ini kemungkinan besar disebabkan oleh minimnya akses terhadap materi kesehatan yang terstruktur, baik dari pembelajaran di sekolah maupun sosialisasi kesehatan yang pernah diterima sebelumnya. (Ramadhan, J., & Bancin, N. (2025).

Kurangnya pemahaman awal responden juga mencerminkan bahwa gejala anemia sering kali tidak dikenali sebagai masalah kesehatan yang serius. Keluhan seperti mudah lelah, pusing, atau menurunnya konsentrasi belajar kerap dianggap sebagai konsekuensi aktivitas harian yang padat (Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri.. Pandangan tersebut berisiko memicu minimnya kepedulian dalam melakukan upaya preventif sedini mungkin. Padahal, kondisi kurang darah pada usia remaja memiliki konsekuensi nyata terhadap merosotnya fungsi intelektual, efektivitas dalam menuntut ilmu, serta sistem imunitas tubuh. Pada gilirannya, berbagai gangguan tersebut akan memengaruhi taraf kesehatan individu secara holistik (Ramadhan, J., & Bancin, N. (2025).

Data post-test yang tercantum dalam Tabel 2 mengonfirmasi adanya kenaikan signifikan pada tingkat pengetahuan peserta setelah menerima intervensi edukasi kesehatan. Seluruh subjek penelitian berhasil berpindah kategori menjadi baik, yang membuktikan efektivitas metode penyampaian materi dalam meningkatkan pemahaman. Pendekatan pembelajaran yang menggabungkan ceramah interaktif, media visual, dan diskusi memungkinkan peserta menyerap informasi lebih mendalam dibandingkan metode satu arah. Hal ini mengindikasikan bahwa strategi pendidikan kesehatan berbasis sekolah sangat efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan remaja. Lingkungan sekolah mendukung proses belajar yang terstruktur serta memfasilitasi interaksi langsung antara pengajar dan siswa. Selain itu, sesi tanya jawab selama kegiatan membantu meluruskan miskonsepsi awal siswa mengenai anemia. (Millenia, S., & Rahmadyanti, R. (2024).

Hasil riset ini menegaskan bahwa penyampaian edukasi kesehatan yang selaras dengan dinamika kehidupan remaja merupakan faktor penentu dalam meningkatkan pemahaman subjek penelitian. Penjelasan mendalam terkait korelasi antara proses menstruasi, kebiasaan makan, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dalam memitigasi risiko anemia memungkinkan peserta untuk membangun keterhubungan logis antara teori dan kondisi empiris yang mereka alami. Melalui pendekatan ini, materi tidak hanya dipahami sebagai pengetahuan teoretis, melainkan sebagai informasi aplikatif yang sangat relevan dengan status kesehatan reproduksi mereka secara langsung. Pendekatan kontekstual tersebut meningkatkan keterlibatan peserta selama kegiatan edukasi sehingga informasi yang diterima lebih mudah dipahami dan diingat (Nafis, A., & Hilmi, I. L. (2022). Literature Review The Effect Of Blood Supplements Tablet On Adolescent Girls In Anemia Secara teoritis, peningkatan pengetahuan merupakan tahap awal dalam perubahan perilaku kesehatan. Remaja yang memiliki pemahaman baik mengenai anemia cenderung lebih sadar terhadap pentingnya konsumsi makanan sumber zat besi, penerapan pola makan seimbang, serta kepatuhan dalam mengonsumsi suplementasi zat besi. Oleh karena itu, peningkatan skor pengetahuan yang diperoleh dalam penelitian

ini memiliki potensi untuk mendorong perubahan perilaku preventif dalam jangka panjang (Millenia, S., & Rahmadyanti, R. (2024).

Selain itu, keberhasilan program edukasi ini menunjukkan bahwa intervensi promotif memiliki peran strategis dalam upaya pencegahan anemia pada kelompok usia sekolah. Upaya promotif dinilai lebih efektif dibandingkan pendekatan kuratif karena mampu meningkatkan kesadaran sebelum munculnya gangguan kesehatan. Edukasi yang dilakukan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah berpotensi menurunkan prevalensi anemia remaja secara lebih luas (Rahman, R. A., & Fajar, N. A. (2024). Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Remaja Putri. Temuan penelitian ini memperkuat pentingnya kolaborasi antara institusi pendidikan dan tenaga kesehatan dalam pelaksanaan program kesehatan remaja. Kegiatan edukasi yang terintegrasi dengan program sekolah dapat menjadi sarana pembentukan perilaku hidup sehat sejak usia dini. Partisipasi aktif siswa selama kegiatan juga menunjukkan bahwa remaja memiliki ketertarikan tinggi terhadap informasi kesehatan apabila disampaikan dengan metode yang sesuai dengan karakteristik usia mereka (Xaveria, A., Himawan, S. M. I., Cantika, R. A., Ubung, B., & Wisnuwardani, R. W. (2025).

Secara komprehensif, hasil studi ini memberikan bukti bahwa penyampaian informasi kesehatan mengenai strategi mitigasi anemia membawa dampak yang positif bagi optimalisasi tingkat pengetahuan remaja putri di MAN 2 Semarang. Data yang diperoleh menegaskan bahwa pendekatan edukatif yang dilakukan di lingkungan sekolah mampu menjadi katalisator yang efektif dalam meningkatkan kesadaran serta pemahaman siswi terkait isu kesehatan tersebut secara signifikan. Perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi menegaskan bahwa penyampaian informasi yang terstruktur, komunikatif, dan berbasis kebutuhan peserta mampu meningkatkan pemahaman secara optimal. Peningkatan ini diharapkan menjadi dasar terbentuknya perilaku pencegahan anemia yang berkelanjutan serta mendukung peningkatan status kesehatan remaja putri di masa mendatang (Xaveria, A., Himawan, S. M. I., Cantika, R. A., Ubung, B., & Wisnuwardani, R. W. (2025).

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden remaja putri di MAN 2 Semarang didominasi oleh usia 16 tahun (41,25%), diikuti usia 15 tahun (35%), usia 17 tahun (13,75%), dan usia 18 tahun (10%). Sebelum edukasi, sebanyak 72,5% responden memiliki pengetahuan baik dan 27,5% masih dalam kategori kurang sedangkan pasca-pelaksanaan edukasi, seluruh partisipan (100%) berhasil mencapai level pemahaman dalam kategori baik. Temuan ini memberikan bukti kuat mengenai efektivitas penyuluhan kesehatan dalam memperluas wawasan remaja putri terkait isu anemia. Atas dasar tersebut, program pendidikan kesehatan mengenai upaya preventif anemia seyogianya diselenggarakan secara berkesinambungan di lingkungan sekolah. Hal ini memerlukan kolaborasi aktif antara pihak otoritas sekolah dengan praktisi kesehatan guna menjamin penguatan literasi kesehatan remaja secara optimal dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Universitas Islam Sultan Agung Semarang atas segala bentuk fasilitasi, sokongan dana, serta peluang yang diberikan demi kelancaran riset ini. Penghargaan juga dialamatkan kepada seluruh elemen yang telah berpartisipasi aktif dalam tahapan operasional penelitian, akuisisi data, hingga tahap finalisasi naskah ilmiah ini. Segenap bantuan dan keterlibatan tersebut menjadi faktor krusial dalam pencapaian keberhasilan studi ini secara keseluruhan.

DAFTAR RUJUKAN

Astuti, F., Anggraini, D., Sumego, M., Au, P. T., & Yogyakarta, A. (2024). Gambaran Pengetahuan Anemia Pada Remaja Di Sma N 1 Ngemplak. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Bidang Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*.

- Elok Mardiyana, N., Anifah, F., Nuzula, F., & Aryunani, A. (2025). Edukasi Cara Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 176–182. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v5i2.1934>
- Farid Rivai, A. (2024). Prevention of Anemia with Iron in Adolescent Girls. In | 212 *Journal of Medicine and Health Sciences (Medisci)*. <https://annpublisher.org/ojs/index.php/medisci>
- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 331. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1116>
- Maidayanti, L. E., Rohmatin, H., & Hanifah, I. (2026). Pengaruh Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Posyandu Remaja Desa Sumberrejo Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Medicare*, 5(1), 168–177. <https://doi.org/10.62354/jurnalmedicare.v5i1.366>
- Millenia, S., & Rahmadyanti, R. (2024). The Effect of Anemia Education on Increasing Haemoglobin Levels in Adolescent Girls. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(1), 111–116. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v6i1.2673>
- Nafis, A., & Hilmi, I. L. (2022). Literature Review The Effect Of Blood Supplements Tablet On Adolescent Girls In Anemia-Alya Nafis. *Jurnal Eduhealt*, 13(02). <http://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/health>
- Nurhidayati, T., Ruspita, M., Astyandini, B., Kebidanan, J., & Kemenkes Semarang, P. (2021). Anemia Remaja Dan Kesehatan Reproduksi Anemia In Adolescents And Reproductive Health. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 3(2), 11–17.
- Nurrohmah, A., Indarwati, I., & Rahmawatie Ratna Budi Utami, D. (2026). Studi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Di Kota Surakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 17(1). <https://doi.org/10.36419/jki.v17i1.1556>
- Rahman, R. A., & Fajar, N. A. (2024). Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Remaja Putri: Literatur Review. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 10(1), 133–140. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol10.iss1.1403>
- Ramadhan, J., & Bancin, N. (2025). Medic Nutricia Anemia Pada Remaja: Ancaman Tersembunyi Bagi Generasi Muda : Literature Review. 16. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644>
- Rati Astuti Jurusan Kebidanan, E., & Kemenkes Gorontalo, P. (2023). Jambura Journal Of Health Science And Research Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri Literature Review: Factors Causes Anemia In Adolescent Women The License Cc By-Sa 4.0. <https://ejournal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/index>
- Shafira, S. M., Islamy, B. A. N., & Tanziha, I. (2025). Efektivitas Edukasi Anemia terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja di Desa Kaliwulu, Cirebon. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, 7(1), 177–185. <https://doi.org/10.29244/jpim.7.1.177-185>
- Xaveria, A., Himawan, S. M. I., Cantika, R. A., Ubung, B., & Wisnuwardani, R. W. (2025). Penyuluhan Anemia pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Negeri 1 Samarinda Tahun 2025. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 3(4), 3913–3918. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.926>