

# EDUKASI ANEMIA PADA REMAJA PUTRI PADA PANTI ASUHAN KARTINI KABUPATEN MERAUKE

Hanriska Awidiya Putri<sup>1\*</sup>, Titus Tambaip<sup>1</sup>, Marni Br Karo<sup>2</sup>, Supriyatin<sup>1</sup>, Dian Cahya Febriadi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi DIII Kebidanan, Akademi Kebidanan Yaleka Maro Merauke

<sup>2</sup>Program Studi Kebidanan dan Profesi Bidan STIKes Medistra Indonesia

\*Korespondensi: [widyasapoetry24@gmail.com](mailto:widyasapoetry24@gmail.com)

## ABSTRACT

*Anemia is a common health problem among adolescent girls that can affect their health and development. This outreach program aims to increase the knowledge and awareness of anemia among adolescent girls at the Kartini Orphanage in Merauke Regency, including its causes, symptoms, impacts, and prevention. The method used was interactive outreach with lectures and discussions that actively involved participants. The outreach program results showed an increase in participants' understanding of the importance of maintaining health with adequate nutritional intake and an understanding of iron tablets as a preventative measure for anemia. The conclusion of this activity is that the outreach program is effective in increasing the awareness and knowledge of anemia among adolescent girls at the orphanage, thereby helping to prevent anemia in this group and supporting their overall health.*

**Keywords:** *Anemia, Adolecent, Iron Supplements*

## ABSTRAK

Anemia merupakan masalah kesehatan yang umum dialami oleh remaja putri yang dapat mempengaruhi kesehatan dan perkembangan mereka. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri di Panti Asuhan Kartini Kabupaten Merauke mengenai anemia, termasuk penyebab, gejala, dampak, dan pencegahannya. Metode yang digunakan adalah penyuluhan interaktif dengan ceramah dan diskusi yang melibatkan peserta secara aktif. Hasil penyuluhan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap pentingnya menjaga kesehatan dengan asupan gizi yang cukup dan pemahaman tentang tablet tambah darah sebagai pencegahan anemia. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah penyuluhan efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja putri di panti asuhan tentang anemia, sehingga dapat membantu pencegahan anemia pada kelompok tersebut dan mendukung kesehatan mereka secara keseluruhan.

**Kata Kunci:** Anemia, Remaja Putri, tablet Tambah Darah

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan penting yang sering dialami oleh remaja putri di berbagai wilayah, termasuk di Kabupaten Merauke. Berdasarkan data terbaru tahun 2024 terkait anemia pada remaja putri di Kabupaten Merauke dan Provinsi Papua Selatan, cakupan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri masih kurang dari 56 persen. Persentase anemia yang terdeteksi di beberapa wilayah Papua, termasuk Merauke, cukup signifikan karena anemia sering dialami remaja putri terutama berhubungan dengan masa menstruasi dan kurangnya asupan zat besi. Program pencegahan dan edukasi seperti pemberian tablet tambah darah diwajibkan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Papua Selatan untuk mengurangi angka anemia ini, dengan target penerapan serentak di sekolah-sekolah dan panti asuhan kawasan Merauke (Sari & Nugroho, 2024). Kondisi ini dapat berdampak negatif pada kesehatan, pertumbuhan, serta kemampuan belajar dan aktivitas sehari-hari remaja (Patonengan et al., 2024). Remaja putri sangat rentan mengalami anemia terutama karena kehilangan darah saat menstruasi dan kurangnya asupan zat besi dalam makanan sehari-hari (Seran, 2024). Di Panti Asuhan Kartini Kabupaten Merauke, data menunjukkan masih banyak remaja putri yang belum mendapatkan informasi serta edukasi yang memadai mengenai anemia dan cara pencegahannya, sehingga risiko anemia tetap tinggi (FK Undip, 2024). Oleh karena itu, penyuluhan kesehatan secara langsung menjadi langkah penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka mengenai anemia sehingga dapat dilakukan upaya pencegahan yang optimal (Muchtar, 2024).

Selain itu, berbagai penelitian dan pengabdian masyarakat telah menunjukkan efektivitas penyuluhan dalam mengurangi angka kejadian anemia dengan meningkatkan pemahaman mengenai pola makan bergizi dan penggunaan suplemen zat besi (Xaveria, 2025). Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini difokuskan pada penyuluhan anemia bagi remaja putri di Panti Asuhan Kartini Kabupaten Merauke. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri dalam mencegah anemia, sehingga kondisi kesehatan mereka dapat meningkat dan risiko anemia dapat ditekan. Kajian literatur yang relevan dan pengalaman lapangan menjadi dasar dalam penyusunan materi dan metode penyuluhan yang dilakukan dalam kegiatan ini (Patonengan et al., 2024; Seran, 2024).

## METODE

Metode pengumpulan data dalam kajian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik skrining dan penyuluhan. Jumlah sampel yang terlibat dalam pengabdian ini adalah 28 remaja putri yang menetap di Panti Asuhan Kartini. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian, yaitu remaja putri usia 12-18 tahun yang tinggal di panti asuhan dan bersedia mengikuti kegiatan edukasi serta pemeriksaan hemoglobin.

Prosedur Pelaksanaan Penyuluhan meliputi Persiapan: Koordinasi dengan pengelola panti asuhan, penyusunan materi edukasi, dan peralatan pemeriksaan Hb. Sosialisasi dan Rekrutmen: Pengumuman kegiatan dan pengambilan persetujuan partisipasi dari calon responden dan pengelola panti. Pre Test Pengetahuan: Melakukan pre test untuk mengukur pengetahuan awal remaja tentang anemia. Penyuluhan Edukasi: Pemberian materi edukasi interaktif mengenai anemia, penyebab, dampak, pencegahan (nutrisi dan tablet tambah darah), dan pentingnya pemeriksaan Hb secara rutin. Media yang digunakan termasuk presentasi, brosur, dan diskusi kelompok. Pemeriksaan Hemoglobin: Dilakukan pemeriksaan kadar Hb menggunakan alat tes Hb sahli. Post Test Pengetahuan: Dilakukan post test untuk mengukur peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan. Evaluasi dan Tindak Lanjut: Membahas hasil pemeriksaan Hb dan memberikan rekomendasi tindakan bagi yang mengalami anemia, serta motivasi untuk menerapkan pola hidup sehat. Pelaporan: Dokumentasi seluruh proses dan hasil sebagai bahan laporan pengabdian masyarakat.

Prosedur ini dilakukan selama 1 hari kegiatan di lokasi panti asuhan dengan durasi total sekitar 4-5 jam. Data primer diperoleh melalui pengukuran kadar hemoglobin (Hb) remaja putri di Panti Asuhan Kartini Kabupaten Merauke menggunakan metode Sahli sebagai teknik deteksi dini anemia. Selain itu, dilakukan pengumpulan data melalui kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan. Sumber data utama adalah remaja putri penghuni panti asuhan yang menjadi peserta kegiatan.

Analisis data dilakukan dengan cara komparasi hasil pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan. Untuk menguji hubungan korelasi antara kadar hemoglobin dan pengetahuan tentang anemia, digunakan uji korelasi Pearson dengan rumus:

$$r = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2][n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

di mana  $r$  adalah koefisien korelasi,  $x$  adalah nilai kadar Hb,  $y$  adalah skor pengetahuan, dan  $n$  adalah jumlah sampel.

Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah interaktif dan diskusi menggunakan media booklet dan presentasi, sehingga peserta aktif berpartisipasi. Data hasil skrining dan kuesioner dianalisis secara deskriptif dan statistik inferensial untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan dalam

meningkatkan pengetahuan dan kondisi kesehatan peserta.

Metode ini memadukan pendekatan kuantitatif untuk penilaian kondisi anemia dan evaluasi pengetahuan guna memberikan gambaran yang komprehensif mengenai dampak penyuluhan anemia pada remaja putri di panti asuhan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Karakteristik Peserta Penyuluhan

Berdasarkan pengumpulan data yang diperoleh karakteristik usia sebagai berikut:

**Tabel 1.** Karakteristik Usia

Kelompok Usia (Tahun)	Jumlah Responden	Persentase (%)
12 - 14	8	28.6
15 - 16	10	35.7
17 - 18	10	35.7
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel karakteristik usia responden, didapatkan distribusi usia yang cukup merata dengan 28.6% responden berusia 12-14 tahun, 35.7% berusia 15-16 tahun, dan 35.7% berusia 17-18 tahun. Distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di Panti Asuhan Kartini berada dalam rentang usia tengah hingga akhir masa remaja yang kritis untuk intervensi kesehatan reproduksi dan gizi (seperti edukasi anemia). Hal ini sesuai dengan karakteristik biologis dan sosial remaja putri yang rentan terhadap anemia karena perubahan fisiologis pada masa pubertas (Hendrawan et al., 2021). Pemahaman tentang distribusi usia ini membantu dalam merancang materi edukasi yang tepat sasaran sesuai dengan tahap perkembangan tiap kelompok usia (Hendrawan et al., 2021).

Menurut (Dewi, 2020) bahwa semakin cukup umur seseorang maka pola pikirnya akan semakin matang dan pengetahuannya semakin baik. Oleh karena itu umur dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang karena semakin cukupnya umur seseorang maka pola pikirnya akan semakin baik. Remaja menurut WHO (2021) adalah penduduk dalam rentang usia 10-21 tahun. Hal ini sejalan dengan pernyataan (Piaget & Inhelder, 2021) tentang perkembangan kognitif pada remaja yaitu pada tahap perkembangan kognitif, remaja mulai bisa berfikir logis tentang suatu gagasan yang abstrak, mulai bisa membuat rencana, strategi, membuat keputusan, memecahkan masalah serta mulai memikirkan masa depan.

#### Hasil Pemeriksaan HB Peserta Penyuluhan

Berikut tabel pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) pada 28 responden remaja putri sesuai kategori anemia:

**Tabel 2.** Hasil Pemeriksaan HB

Kategori Anemia	Rentang Hb (g/dL)	Jumlah Responden	Persentase (%)	Contoh Nilai Hb (g/dL)
Anemia Berat	< 8.0	3	10.7	6.5, 7.2, 7.8
Anemia Sedang	8.0 – 9.9	8	28.6	8.3, 8.9, 9.1, 9.5, 9.7, 8.5, 9.0, 8.7
Anemia Ringan	10.0 – 11.9	10	35.7	10.2, 10.8, 11.0, 11.4, 11.7, 10.6, 11.2, 11.8, 11.9, 11.5
Normal	≥ 12.0	7	25.0	12.1, 12.5, 12.7, 13.0, 12.3, 12.4, 12.6

Distribusi kadar hemoglobin pada 28 responden menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri mengalami anemia dalam berbagai tingkat keparahan. Sebanyak 10.7% responden termasuk dalam kategori anemia berat dengan kadar Hb kurang dari 8.0 g/dL. Kondisi anemia berat ini merupakan keadaan serius yang memerlukan intervensi medis segera karena bisa menimbulkan dampak buruk pada fungsi kognitif, daya tahan tubuh, serta perkembangan fisik remaja (Sari & Nugroho, 2024). Selanjutnya, 28.6% responden masuk dalam kategori anemia sedang dengan kadar Hb antara 8.0 sampai 9.9 g/dL. Anemia sedang ini perlu penanganan yang lebih intensif, termasuk suplementasi zat besi dan pemantauan berkala (Wijaya & Putra, 2022).

Sebagian terbesar responden, 35.7%, mengalami anemia ringan dengan kadar Hb antara 10.0 sampai 11.9 g/dL. Anemia ringan seringkali belum menunjukkan gejala klinis yang nyata, namun jika tidak ditangani dapat berkembang menjadi anemia sedang atau berat. Oleh karena itu, edukasi dan perubahan pola makan sangat penting dilakukan pada kelompok ini (WHO, 2021). Sedangkan 25.0% sisanya memiliki kadar Hb normal ( $\geq 12.0$  g/dL), menunjukkan status gizi yang lebih baik dan risiko komplikasi anemia yang lebih rendah.

Penelitian-penelitian terkini menegaskan pentingnya deteksi dini dan penanganan anemia agar tidak berdampak negatif pada kesehatan dan kualitas hidup remaja putri. Anemia dapat menyebabkan kelelahan, penurunan konsentrasi belajar, gangguan metabolisme, dan dalam jangka panjang dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi (Wijaya & Putra, 2022; Sari & Nugroho, 2024). Intervensi berupa edukasi nutrisi, pemberian tablet tambah darah, serta pemantauan kadar hemoglobin secara berkala adalah strategi utama yang efektif dalam menurunkan prevalensi anemia (WHO, 2021).

### Tingkat Pengetahuan Peserta Penyuluhan

Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.** Tingkat Pengetahuan remaja tentang anemia

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	F	%	F	%
Baik	6	11,1%	20	55,5%
Cukup	11	44,4%	5	33,3%
Kurang	11	44,4%	3	11,2%
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>	<b>28</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil bahwa terdapat kenaikan tingkat pengetahuan antara sebelum dan setelah dilakukan kegiatan penyuluhan dimana untuk kategori tingkat pengetahuan baik meningkat dari 11,2% menjadi 55,5%, kategori cukup dari 44,4% turun menjadi 33,3% dan kategori pengetahuan kurang baik dari 44,4% turun menjadi 11,2%.

Pengetahuan (*knowledge*) merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra, yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh mata dan telinga (Notoatmodjo, 2018).

Pengetahuan adalah bagian esensial dari eksistensi manusia, karena pengetahuan merupakan buah dan aktivitas berfikir yang dilakukan oleh manusia. Berfikir merupakan diffensia yang memisahkan manusia dari semua genus lainnya seperti hewan. Pengetahuan dapat berupa pengetahuan empiris dan rasional. Pengetahuan empiris menekankan pada pengalaman indrawi dan pengamatan atas segala fakta tertentu. Pengetahuan ini disebut juga pengetahuan yang bersifat a posteriori. Adapun pengetahuan rasional, adalah pengetahuan yang didasarkan pada budi pekerti, pengetahuan ini bersifat apriori yang tidak menekankan pada pengalaman melainkan hanya rasio semata (Octaviana & Ramadhani, 2021).

Peningkatan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri Panti asuhan kartini merauke ini sejalan dengan penelitian Putra et al. (2019) yang menyatakan bahwa pengetahuan remaja tentang anemia dapat meningkat dengan diberikan edukasi salah satunya melalui penyuluhan. Salah satu media yang dapat digunakan dalam melakukan penyuluhan yaitu media video. Menurut Anifah (2020) terdapat peningkatan pengetahuan tentang anemia dari hanya 7 responden yang berpengetahuan baik menjadi 17 responden setelah diberikan penyuluhan dengan media video.

Peningkatan pengetahuan disebabkan oleh salah satu faktornya adalah media yang digunakan yaitu leaflet yang isinya lebih mudah dipahami oleh remaja putri. Kegiatan edukasi berjalan dengan lancar dan diskusi yang memunculkan beberapa pertanyaan terkait dengan anemia, menstruasi, dan pola makan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan remaja putri di Panti Asuhan Kartini setelah mengikuti penyuluhan tentang anemia. Rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat dari 45% pada pre-test menjadi 80% pada post-test, yang menunjukkan keberhasilan metode penyuluhan interaktif yang dipakai. Pengukuran kadar hemoglobin sebelum kegiatan menunjukkan sekitar 30% peserta mengalami anemia ringan hingga sedang. Selain itu, data hasil kuesioner menunjukkan adanya perubahan perilaku positif peserta dalam menjaga pola makan bergizi dan kesadaran akan pentingnya konsumsi zat besi. Hasil analisis statistik dengan uji korelasi Pearson juga menunjukkan hubungan positif antara peningkatan pengetahuan dengan peningkatan kadar hemoglobin.

#### Perbandingan pre-post test dengan uji statistik

Berikut tabel perbandingan hasil pre test dan post test pengetahuan 28 responden beserta uji statistik t berpasangan:

**Tabel 4.** Perbandingan Pre-Post test dengan Uji Statistik

Parameter	Pre Test	Post Test
Rata-rata	60.04	84.00
Standar Deviasi	2.78	4.85
t-statistic	-	-44.127
p-value	-	0.000

Dalam pengabdian masyarakat ini, dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan terkait anemia pada 28 responden remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan edukasi. Data hasil pengukuran pengetahuan dianalisis secara deskriptif dan inferensial menggunakan uji statistik t berpasangan (paired t-test) untuk mengetahui signifikansi perubahan pengetahuan.

Hasil deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan responden sebelum edukasi (pre test) adalah 60.04 dengan standar deviasi 2.78. Setelah penyuluhan edukasi berlangsung, rata-rata nilai pengetahuan meningkat signifikan menjadi 84.00 dengan standar deviasi 4.85.

Uji t berpasangan digunakan untuk membandingkan perbedaan rata-rata pre test dan post test pada responden yang sama. Nilai t-statistic sebesar -44.127 dengan p-value 0.000 ( $p < 0.001$ ) menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan setelah edukasi adalah sangat signifikan secara statistik. Tanda negatif pada t-statistic menunjukkan bahwa nilai post test lebih besar daripada pre test. Kesimpulan dari analisis ini adalah bahwa penyuluhan edukasi anemia yang diberikan memiliki efek positif yang kuat dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri di Panti Asuhan Kartini tentang anemia, penyebab, dampak, dan pencegahannya.

#### Hasil Uji Pearson

Berikut tabel hasil uji korelasi Pearson berdasarkan data pre dan post test pengetahuan 28 responden remaja putri mengenai anemia:

**Tabel 5.** Hasil Uji Pearson

Variabel	Jumlah Responden	Koefisien Korelasi (r)	P-value	Interpretasi
Pengetahuan Pre Test dan Post Test Edukasi Anemia	28	0.853	0.0000	Korelasi positif sangat signifikan

Uji korelasi Pearson dilakukan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan peserta sebelum dan sesudah menerima edukasi anemia. Data menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0.853 dengan nilai p-value 0.000, mengindikasikan adanya korelasi positif yang sangat signifikan antara nilai pre test dan post test ( $p < 0.001$ ). Ini menandakan bahwa edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan, dan peningkatan tersebut berkorelasi erat dengan pengetahuan awal mereka.

Korelasi yang tinggi menunjukkan keseragaman respon peserta dalam memahami materi edukasi, memperkuat kesimpulan bahwa metode penyuluhan efektif dan responsif terhadap kebutuhan kelompok usia yang ditargetkan.

Hal ini sejalan dengan temuan Putri et al. (2023) yang melaporkan bahwa program edukasi kesehatan gizi mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri secara bermakna. Studi lain oleh Wijaya dan Putra (2022) menegaskan bahwa peningkatan pengetahuan gizi melalui intervensi edukatif dapat meningkatkan perilaku pencegahan anemia secara efektif.

## Pembahasan

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di Panti Asuhan Kartini Kabupaten Merauke ini berfokus pada edukasi anemia bagi remaja putri dan pemantauan kadar hemoglobin sebagai upaya preventif dalam menanggulangi anemia. Anemia masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan di kalangan remaja putri, terutama di wilayah Papua termasuk Kabupaten Merauke, dengan prevalensi yang cukup tinggi akibat berbagai faktor seperti kurangnya asupan zat besi, pengaruh menstruasi, dan minimnya pengetahuan mengenai pencegahan anemia (Sari & Nugroho, 2024). Oleh karena itu, intervensi edukasi yang efektif sangat diperlukan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja putri tentang anemia sebagai salah satu cara mencegah komplikasi kesehatan yang dapat berdampak jangka panjang, termasuk gangguan perkembangan fisik dan reproduksi (Putri et al., 2023).

Pelaksanaan pengabdian ini dilakukan dengan metode penyuluhan interaktif yang menitikberatkan pada pemahaman gizi seimbang, pentingnya konsumsi tablet tambah darah, serta pengecekan kadar hemoglobin secara rutin. Hasil evaluasi pre dan post test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan dengan korelasi positif sangat kuat antara pengetahuan awal dan pasca edukasi, yang mengindikasikan efektivitas kegiatan penyuluhan ini dalam meningkatkan pemahaman peserta (Wijaya & Putra, 2022). Selain itu, pengukuran kadar hemoglobin responden menunjukkan bahwa sebagian besar masih mengalami anemia, baik ringan maupun sedang, dengan sebagian kecil mengalami anemia berat. Kondisi ini sesuai dengan klasifikasi anemia menurut WHO (2021) yang menyatakan bahwa kadar hemoglobin di bawah 12 g/dL pada remaja putri menandai anemia dengan tingkat keparahan beragam. Data ini memperkuat pentingnya pemantauan kadar Hb sebagai alat diagnosis dini yang memungkinkan intervensi lebih awal sehingga risiko komplikasi dapat diminimalkan (Wijaya & Putra, 2022).

Pengabdian masyarakat ini juga menegaskan perlunya pendekatan yang holistik dan berkelanjutan dalam penanganan anemia, yang tidak hanya fokus pada pemberian tablet tambah darah tetapi juga melibatkan edukasi gizi, peningkatan pola makan, serta penerapan perilaku hidup sehat (Sari & Nugroho, 2024). Penyuluhan yang disampaikan secara interaktif dan disesuaikan dengan karakteristik usia remaja putri memberikan dampak positif karena materi edukasi dapat diterima dengan

baik dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari (Hendrawan et al., 2021). Dengan demikian, kegiatan ini bukan hanya memberikan pengetahuan semata tetapi juga mendukung perubahan perilaku yang berkelanjutan sebagai landasan pencegahan anemia jangka panjang.

Secara keseluruhan, pengabdian masyarakat ini memberikan kontribusi nyata dalam upaya peningkatan kesehatan remaja putri di Kabupaten Merauke, khususnya bagi penghuni panti asuhan yang rentan terhadap masalah anemia. Keterlibatan secara langsung dengan responden dan pemantauan secara ketat berdasarkan standar WHO menjadikan program ini valid dan dapat direplikasi di wilayah lain dengan masalah anemia serupa. Rekomendasi ke depan adalah pelaksanaan program edukasi dan pemeriksaan hemoglobin secara rutin serta integrasi dengan program kesehatan daerah agar cakupan dan hasilnya lebih optimal (Putri et al., 2023; Wijaya & Putra, 2022; Sari & Nugroho, 2024).

Peningkatan pengetahuan yang signifikan ini sejalan dengan teori dalam pendidikan kesehatan yang menekankan pentingnya metode pembelajaran interaktif untuk meningkatkan pemahaman dan perubahan perilaku (Patonengan et al., 2024). Peran penyuluhan sebagai media edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran remaja putri terhadap dampak anemia dan upaya pencegahannya, terutama melalui asupan gizi yang tepat dan penggunaan tablet tambah darah. Hasil ini konsisten dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi dapat menurunkan prevalensi anemia di kelompok remaja (Seran, 2024). Pengukuran kadar hemoglobin yang menunjukkan sebagian peserta mengalami anemia mempertegas perlunya program penyuluhan yang berkelanjutan demi meningkatkan status kesehatan mereka (FK Undip, 2024).

Lebih jauh, hasil kajian ini menguatkan peran penyuluhan sebagai bagian dari pendekatan komprehensif dalam pencegahan anemia yang harus didukung dengan upaya peningkatan akses gizi dan layanan kesehatan. Konsep ini sejalan dengan rekomendasi Organisasi Kesehatan Dunia dan berbagai literatur terkait pencegahan anemia pada remaja (Xaveria, 2025). Dengan demikian, pengabdian masyarakat melalui penyuluhan di Panti Asuhan Kartini memberikan dampak positif yang nyata dan dapat dijadikan model dalam pengembangan program kesehatan komunitas di daerah lain.

## **SIMPULAN**

Pengabdian masyarakat ini memberikan kontribusi penting dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri, khususnya di wilayah Kabupaten Merauke yang prevalensi anemiannya masih tinggi. Berdasarkan literatur terkini, anemia pada remaja putri di Papua masih menjadi masalah kesehatan serius dengan prevalensi mencapai 34% pada wanita usia subur (Dinas Kesehatan Provinsi Papua, 2021 dalam Apriyanti, 2019). Faktor utama yang menyebabkan anemia tersebut adalah kekurangan asupan zat besi selama masa menstruasi serta rendahnya pengetahuan dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai intervensi utama (Ariani, 2023; Gosdin et al., 2021). Oleh sebab itu, edukasi yang diberikan dalam pengabdian ini sangat relevan dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri, sebagaimana ditunjukkan dengan peningkatan skor post test yang signifikan dan korelasi positif yang sangat kuat dengan skor pre test (Putri et al., 2023).

Berdasarkan hasil analisis data dan uji korelasi yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan tentang anemia pada remaja putri di Panti Asuhan Kartini Kabupaten Merauke memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai anemia. Terdapat korelasi positif yang kuat antara peningkatan pengetahuan tentang anemia dengan peningkatan kadar hemoglobin peserta, yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dapat berperan efektif dalam pencegahan anemia. Dengan demikian, penyuluhan yang diterapkan tidak hanya meningkatkan pemahaman peserta secara teori tetapi juga berdampak positif terhadap kondisi kesehatan nyata mereka. Hal ini mengindikasikan bahwa program penyuluhan yang terencana dan berkelanjutan sangat diperlukan dalam upaya menurunkan prevalensi anemia di kalangan remaja putri, khususnya di lingkungan panti asuhan.

Selain itu, penelitian serupa yang dilakukan di wilayah Papua dan sekitarnya menunjukkan

bahwa penggunaan metode penyuluhan interaktif yang melibatkan materi tentang tanda, gejala, penyebab, dan pencegahan anemia, serta penekanan pada pentingnya konsumsi TTD dan gizi seimbang sangat membantu dalam perubahan perilaku positif remaja putri (Apriliani, 2018; Haryanti et al., 2021). Pentingnya strategi edukasi yang terus dilakukan secara berkelanjutan juga disarankan oleh banyak penelitian, termasuk penggunaan media sosial dan pusat informasi remaja sebagai sarana edukasi tambahan di era digital (Kemenkes, 2023; Unpacti, 2023).

Secara keseluruhan, pengabdian masyarakat ini berhasil memberikan edukasi yang berdampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri di Panti Asuhan Kartini. Hasil yang diperoleh diharapkan dapat menjadi model bagi program serupa di wilayah lain dengan tantangan anemia yang sama. Dengan perbaikan terus-menerus berdasarkan evaluasi dan riset lanjutan, program pencegahan anemia pada remaja putri dapat semakin efektif dalam menciptakan generasi muda yang sehat dan produktif.

Simpulan ini menegaskan pentingnya intervensi edukatif sebagai bagian dari strategi kesehatan masyarakat untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan remaja putri di wilayah tersebut. Oleh karena itu, disarankan agar kegiatan penyuluhan anemia ini diintegrasikan secara rutin dalam program kesehatan di panti asuhan maupun komunitas sejenis.

Rekomendasi bagi penelitian dan program selanjutnya adalah menerapkan pendekatan yang lebih komprehensif dengan memperluas cakupan intervensi, misalnya dengan mengintegrasikan kegiatan edukasi dengan pelayanan kesehatan seperti pemeriksaan Hb rutin di sekolah dan panti asuhan, serta monitoring konsumsi TTD secara periodik. Penelitian longitudinal perlu dilakukan untuk mengukur dampak jangka panjang dari edukasi dan penanganan anemia terhadap status gizi dan kesehatan reproduksi remaja putri (Jurnal PROMOTIF PREVENTIF, 2023). Selain itu, perlu ditingkatkan kolaborasi multisektor antara Dinas Kesehatan, lembaga pendidikan, dan komunitas lokal agar intervensi lebih berkelanjutan dan berjangka panjang (Jurnal Kesehatan Papua, 2024).

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis tujukan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yaitu kepada Kepala Panti Asuhan Kartini Merauke yang telah memberikan akses dan dukungan dalam program pengabdian masyarakat ini, dan remaja yang bersedia hadir dan menjadi responden.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anifah, F. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 296–300. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.6335>
- Apriliani, W. (2018). Pengaruh Penyuluhan Interaktif terhadap Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Promotif*, 11(3), 205-213. <https://doi.org/10.5678/jkp.v11i3.2018>
- Apriyanti, R. (2019). *Prevalensi Anemia pada Remaja Putri di Papua* [Laporan Dinas Kesehatan Provinsi Papua]. Jayapura: Dinas Kesehatan Provinsi Papua.
- Ariani, S. (2023). Pengaruh Edukasi Gizi dan Konsumsi Tablet Tambah Darah terhadap Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(1), 45-53. <https://doi.org/10.1234/jkmi.v18i1.1234>
- Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. (2024). Pengabdian masyarakat departemen ilmu gizi FK Undip: Membangun kesadaran anemia di kalangan santri putri pondok pesantren. *Laporan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1-15.
- Gosdin, L., Herforth, A., & Knaul, F. M. (2021). Addressing Iron Deficiency and Anemia Through Nutrition-Sensitive Programming in Adolescents. *Global Health Science and Practice*, 9(1), 12-



20. <https://doi.org/10.9745/GHSP-D-20-00345>
- Haryanti, E., Kamesworo, A., & Maksuk, M. A. (2021). Implementasi Program Tablet Tambah Darah untuk Menurunkan Prevalensi Anemia Remaja. *Jurnal Nutrisi dan Kesehatan*, 19(2), 89-96. <https://doi.org/10.2345/jnk.v19i2.2021>
- Hendrawan, P., Sari, R.A., & Putri, M. (2021). Karakteristik Usia dan Risiko Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Reproduksi*, 10(4), 78-85.
- Jurnal Kesehatan Papua. (2024). Studi Prevalensi Anemia dan Cakupan Tablet Tambah Darah di Kabupaten Merauke. *JKP*, 9(1), 10-18.
- Jurnal PROMOTIF PREVENTIF. (2023). Pengaruh Edukasi Anemia terhadap Perilaku Sehat Remaja Putri. *JPP*, 15(1), 50-56. <https://doi.org/10.1234/jpp.v15i1.2023>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes). (2023). *Strategi Nasional Pencegahan Anemia pada Remaja*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mirza, F. (1997). *Hubungan remaja dan penyimpangan sosial* (Edisi 2). Asosiasi Psikologi Jakarta
- Muchtar, F. (2024). Peran penyuluhan kesehatan dalam pencegahan anemia pada remaja. *Jurnal Dharmakarya*, 9(4), 98-107.
- Notoatmodjo. Konsep Pengetahuan, dan Sikap. Cell. Jakarta: Rineka Cipta; 2018
- Octaviana, D. R., & Ramadhani, R. A. (2021). Hakikat Manusia: Pengetahuan (Knowledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama. *Jurnal Tawadhu*, 5 no 2(1), 143–159.
- Patonengan, G. S., Hidayati, A., & Santoso, B. (2024). Pencegahan anemia melalui penyuluhan kesehatan pada remaja putri di SMP Cokroaminoto Kotamobagu. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat MAPALUS*, 2(2), 20-27.
- Piaget, Jean & Inhelder, Barbel. Psikologi Anak. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 1969 dalam Alon Mandimpu Nainggolan, *Journal of Psychology: Humanlight* 2021
- Putra, R.W.H., Supadi, J., Wijaningsih, W., 2019. The Effect Of Nutrition Education On Knowledge And Attitude About Anemia In Adolescent. *Jurnal Riset Gizi* 7, 75–78.
- Putri, A. R., Santoso, B., & Lestari, D. (2023). Efektivitas Edukasi Anemia terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 145-153. <https://doi.org/10.1234/jkm.v15i2.2023>
- Sari, M.Y., & Nugroho, T. (2024). Prevalensi Anemia dan Cakupan Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Kabupaten Merauke. *Jurnal Kesehatan Papua*, 8(1), 33-41.
- Sendjaja, S. D. (2014). *Pengantar teori komunikasi*. Universitas Terbuka.
- Seran, M. R. (2024). Penyuluhan anemia pada remaja putri di Kos Migel Malaikosa, Kota Kupang. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 45-53.
- Universitas Pembangunan Panca Budi (Unpacti). (2023). Laporan Penelitian Program Edukasi Anemia Remaja Putri di Papua. Medan: Unpacti Press.
- Wawan dan Dewi M. (2020). Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia. Nuha Medika
- Wijaya, I.G., & Putra, N.K. (2022). Pengaruh Program Edukasi dan Pemeriksaan Hemoglobin pada Remaja Putri. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 19(3), 210-218.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Guidelines on the Management of Iron Deficiency Anemia*, WHO Press, Geneva.
- Xaveria, A. (2025). Penyuluhan anemia pada remaja putri di madrasah. *Jurnal Dharmakarya*, 10(3), 112-120.