

Intervensi Kesehatan Komunitas melalui Program SERASI untuk Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Remaja Putri di MTs Al-Ma'arif Kota Tasikmalaya

**Anita Rahmawati¹, Adella Silvany Lubis², Aprila Arianti³, Euis Tiara Yuliandani⁴,
Hamilatul Ulya⁵, Kamelia Pemiliani⁶, Nur'azmi Syahla Wahyudin⁷, Sintia
Damayanti⁸, Kharisma Nurul Fazrianti Rusman⁹**

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9} Universitas Siliwangi, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Anita Rahmawati

E-mail: 224101060@student.unsil.ac.id

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh remaja putri dan berdampak pada konsentrasi belajar, ketahanan fisik, serta potensi komplikasi saat kehamilan di masa mendatang. Berdasarkan tingginya angka kejadian anemia di MTs Al-Ma'arif Kota Tasikmalaya, dilakukan intervensi kesehatan berbasis komunitas melalui program SERASI (Sehat Remaja Atasi Anemia dengan Edukasi). Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk menganalisis tingkat kejadian anemia, mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya, menilai efektivitas edukasi serta intervensi konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), dan mengevaluasi peran sekolah serta tenaga kesehatan dalam mendukung pencegahan anemia. Intervensi dilaksanakan dengan pendekatan edukasi partisipatif kepada 23 siswi kelas 7, melalui ceramah interaktif, permainan edukatif, dan penggunaan media visual. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test yang dianalisis dengan uji Wilcoxon. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi ($p = 0,000$), di mana 69,6% siswi mengalami peningkatan nilai, 30,4% tetap, dan tidak ada yang mengalami penurunan. Dapat disimpulkan bahwa program SERASI efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri terhadap pencegahan anemia melalui pendekatan edukatif yang menyenangkan dan melibatkan peran aktif sekolah dan tenaga kesehatan.

Kata kunci - intervensi, anemia, remaja, zat besi, sekolah

Abstract

Anemia is one of the health problems experienced by many adolescent girls and has an impact on learning concentration, physical endurance, and potential complications during pregnancy in the future. Based on the high incidence of anemia in MTs Al-Ma'arif Kota Tasikmalaya, a community-based health intervention was carried out through the SERASI program (Healthy Teenagers Overcome Anemia with Education). The purpose of this activity is to analyze the incidence of anemia, identify the factors that influence it, assess the effectiveness of education and Blood Additive Tablet (TTD) consumption interventions, and evaluate the role of schools and health workers in supporting anemia prevention. The intervention was implemented with a participatory education approach to 23 7th grade students, through interactive lectures, educational games, and the use of visual media. Evaluation was conducted using pre-test and post-test analyzed by Wilcoxon test. The results showed a significant increase in knowledge after the intervention ($p = 0.000$), where 69.6% of schoolgirls had increased scores, 30.4% remained, and none had decreased. It can be concluded that the SERASI program is effective in increasing the knowledge and awareness of adolescent girls towards anemia prevention through a fun educational approach and involving the active role of schools and health workers.

Keywords - intervention, anemia, adolescent, iron, school

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), Anemia didefinisikan sebagai keadaan jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin yang jumlahnya tidak sesuai dengan kebutuhan fisiologis tubuh. Anemia adalah suatu keadaan dimana saat kadar hemoglobin dalam darah jumlahnya kurang dari kadar normal atau sedang mengalami penurunan (Kemenkes, 2019).

Anemia adalah kondisi tubuh kekurangan sel darah merah dalam jumlah yang cukup, yang disebabkan oleh hilangnya sel darah merah secara berlebihan atau kurangnya produksi sel darah merah yang dihancurkan terlalu cepat (Nurul et al., 2020). Laki-laki dan perempuan memiliki kadar hemoglobin normal yang berbeda (Fadia et al., 2023). Nilai ambang batas anemia remaja putri yaitu ≥ 12 g/dl (WHO, 2023).

Anemia dapat berdampak serius pada remaja, terutama dalam hal pertumbuhan serta fungsi fisik dan kognitif. Kekurangan zat besi pada remaja yang mengalami anemia dapat mengurangi kemampuan belajar, mempengaruhi performa di sekolah maupun di rumah, serta berdampak pada ketahanan fisik, konsentrasi, daya ingat, dan kemampuan menyelesaikan tugas sehari-hari. Anemia pada remaja putri dapat menimbulkan dampak yang lebih serius, karena mereka berpotensi menjadi ibu di masa depan. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan, seperti tingginya angka kematian ibu, kelahiran prematur, serta bayi dengan berat lahir rendah (BBLR). Dilihat dari dampak anemia pada remaja putri, perlu adanya tindakan pencegahan yang baik yaitu pemantauan status gizi, perilaku pencegahan anemia yang mencakup konsumsi makanan, konsumsi cairan, aktivitas fisik yang baik, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (N.K.Wasarak, 2021).

Menurut Depkes RI tahun 2018, angka kejadian anemia di Jawa Barat terbilang tinggi yaitu sebesar 57,7% (Profil Dinkes Provinsi Jawa Barat, 2018). Kota Tasikmalaya merupakan salah satu wilayah yang terdapat di Jawa Barat yang memiliki permasalahan mengenai anemia pada remaja putri. Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinkes Kota Tasikmalaya tahun 2023, didapat hasil setelah melakukan pemeriksaan di 222 sekolah. Pemeriksaan dilakukan pada siswi kelas 7 sebanyak 50% siswa dan siswi kelas 10 sebanyak 49,8% dengan total siswi 10.164 (76,55%), didapatkan hasil sebanyak 21,77% pada siswi kelas 7 dan 22,74% pada siswi kelas 10 yang menderita anemia. Sementara yang tidak menderita anemia sebanyak 28,41% pada siswa kelas 7 dan sebanyak 27,08% pada siswi kelas 10. Dengan total remaja putri yang menderita anemia sebanyak 44,52%, didapatkan hasil pemeriksaan yang menderita anemia ringan sebanyak 25,51%, anemia sedang sebanyak 18,68%, dan anemia berat sebanyak 0,33% siswi (Profil Dinkes Kota Tasikmalaya, 2023). Pada tahun 2024, mengalami kenaikan dimana remaja putri kelas 7 yang menderita anemia meningkat menjadi 47,03% dan pada remaja putri kelas 10 yang menderita anemia sebanyak 44,21%. Data kasus terbesar berada di Puskesmas Karanganyar dengan penderita anemia sebanyak 76,12% remaja putri di kelas 7. Dimana dari wilayah kerja Puskesmas Karanganyar dilakukan pemeriksaan screening anemia pada 6 sekolah dan didapatkan hasil bahwa di MTs Al Ma'arif dari total 72 siswi kelas 7 yang melakukan pemeriksaan didapatkan sebanyak 48,3% siswi menderita anemia (Profil Dinkes Kota Tasikmalaya, 2024).

Berdasarkan data dari Puskesmas Karanganyar, tingkat kejadian anemia pada siswi kelas 7 MTs Al-Ma'arif sangat tinggi, yaitu mencapai 48,3% dari total 72 siswi yang diperiksa. Hal ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari jumlah siswi mengalami anemia. Bahkan, di wilayah kerja Puskesmas Karanganyar secara keseluruhan, angka kejadian anemia pada remaja putri kelas 7 mencapai 76,12%. Angka ini memperlihatkan bahwa anemia merupakan masalah kesehatan yang serius dan perlu mendapatkan penanganan segera, terutama di lingkungan sekolah.

Berdasarkan permasalahan tersebut kami tertarik untuk melakukan intervensi kesehatan berbasis komunitas mengenai anemia pada remaja putri sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap di kelas VII MTS Al-Ma'arif Kota Tasikmalaya.

METODE

Kegiatan ini menggunakan pendekatan edukasi kesehatan berbasis partisipatif yang dirancang khusus untuk meningkatkan pemahaman dan perilaku sehat remaja putri dalam mencegah dan menangani anemia. Pendekatan ini menggabungkan metode pembelajaran aktif dan menyenangkan agar materi lebih mudah diterima oleh peserta. Metode utama yang digunakan meliputi ceramah interaktif dengan media *PowerPoint* dan diskusi terbuka, diskusi kelompok kecil untuk memperkuat pemahaman melalui komunikasi dua arah, serta permainan edukatif seperti kuis dan kartu tentang anemia. Evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan. Materi yang disampaikan mencakup pengertian dan jenis anemia, dampak anemia terhadap remaja putri, gejala dan ciri-ciri anemia, pola makan sehat untuk pencegahan anemia, pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD).

Prosedur pelaksanaan intervensi dilaksanakan dalam satu sesi selama ± 60 menit dan terbagi menjadi beberapa tahapan. Kegiatan diawali dengan pembukaan selama 5 menit berupa pengenalan tim pelaksana dan penyampaian tujuan kegiatan kepada peserta. Selanjutnya, peserta mengisi *pre-test* selama 10 menit untuk mengetahui pengetahuan awal anemia. Kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan materi selama 15 menit secara interaktif menggunakan slide dan poster serta diskusi terbuka. Setelah itu, siswi dibagi dalam kelompok kecil dan mengikuti permainan edukatif berbasis pertanyaan seputar materi. Kegiatan ini bertujuan memperkuat pemahaman dan membangun suasana belajar yang menyenangkan. Kegiatan diakhiri dengan *post-test* selama 10 menit dan penutupan selama 5 menit yang disertai dokumentasi serta pemberian apresiasi berupa hadiah kecil kepada peserta yang aktif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan mengenai anemia dilaksanakan pada tanggal 16 April 2025 di ruang kelas VII D MTs Al-Ma'arif Kota Tasikmalaya. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswi tentang anemia melalui pendekatan yang interaktif dan menyenangkan. Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini meliputi ceramah interaktif, tanya jawab, diskusi kelompok kecil, dan permainan edukatif. Ceramah interaktif dilakukan untuk menyampaikan materi secara langsung kepada siswi, diikuti dengan sesi tanya jawab untuk memastikan pemahaman mereka. Sementara permainan edukatif dirancang untuk menguji dan memperkuat pengetahuan mereka tentang anemia dengan cara yang menyenangkan. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah *PowerPoint*, poster, kartu berpasangan, dan hadiah sebagai bentuk penghargaan. *PowerPoint* digunakan untuk menyajikan materi secara visual, membantu siswi memahami informasi dengan lebih mudah. Poster untuk ditempelkan di mading sekolah sebagai bahan informasi yang bisa di baca oleh siswa/i lainnya. Kartu berpasangan dilakukan untuk menguji pengetahuan siswi secara langsung, sementara hadiah diberikan sebagai motivasi dan apresiasi atas partisipasi aktif mereka dalam kegiatan ini.

Pada tahap pelaksanaan intervensi dimulai dengan pembukaan dan pengenalan materi selama 5 menit, yang diawali dengan sambutan dari MC serta pengenalan anggota tim penyuluhan. Kegiatan dilanjutkan dengan *pre-test* selama 10 menit untuk mengukur pengetahuan awal siswi mengenai anemia. Selanjutnya, penyuluhan disampaikan secara interaktif selama 15 menit, mencakup topik seputar definisi, jenis, dampak, ciri fisik anemia, pola makan makan sehat, dan pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Setelah penyuluhan, dilakukan sesi diskusi dan permainan edukatif selama 15 menit, di mana siswi dibagi menjadi empat kelompok dengan masing-masing didampingi oleh mentor. Dalam permainan ini, mentor menyebutkan pertanyaan seputar materi anemia, kemudian kertas jawaban disebar secara acak di meja, dan siswi mengambil kertas dengan jawaban yang sesuai; peserta dengan jawaban terbanyak di kelompoknya mendapat hadiah. Kegiatan dilanjutkan dengan *post-test* selama 10 menit untuk mengevaluasi peningkatan setelah intervensi. Terakhir, sesi dokumentasi dilakukan selama 5 menit sebagai bukti pelaksanaan kegiatan.

Berikut terlampir tabel distribusi nilai hasil dari pelaksanaan *pre-test* dan *post-test* saat kegiatan intervensi dilakukan.

Tabel 1.
Distribusi Nilai *Pre-test* dan *Post-test*

Kategori	Rentang Nilai	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Baik Sekali	70-100	5	13
Cukup	40-60	12	9
Buruk	0-30	6	1

Tabel 2.
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai Shapiro-Wilk	P-value	Kesimpulan
<i>Pre-test</i>	0,893	0,018	Data tidak berdistribusi
<i>Post-test</i>	0,893	0,019	normal (p-value < 0,05)

Uji normalitas dilakukan menggunakan uji Shapiro-Wilk dikarenakan responden kurang dari 30, yaitu berjumlah 23 responden, untuk menguji distribusi data *pre-test* dan *post-test*. Hasil uji menunjukkan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,018 untuk *pre-test* dan 0,019 untuk *post-test*. Karena kedua nilai p-value tersebut lebih kecil dari batas signifikansi 0,05, dapat disimpulkan bahwa data *pre-test* dan *post-test* tidak berdistribusi normal.

Tabel 3.
Hasil Uji Wilcoxon

Nilai	Minimum	Maximum	P-value
<i>Pre-test</i>	20	70	0,000
<i>Post-test</i>	30	80	(p < 0,05)

Berdasarkan hasil uji normalitas, diketahui bahwa data nilai *pre-test* dan *post-test* tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis perbedaan antara nilai *pre-test* dan *post-test* dilakukan menggunakan uji non-parametrik Wilcoxon Signed-Rank Test, yang merupakan metode yang tepat untuk data berpasangan dengan distribusi tidak normal. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000, yang berarti lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05 ($p < 0,05$). Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test* setelah dilakukan intervensi. Dari hasil dapat diketahui bahwa distribusi perubahan nilai pada 16 siswi (69,6%) mengalami peningkatan nilai, 7 siswi (30,4%) memiliki nilai yang sama pada *pre-test* dan *post-test* dan 0 siswi (0%) mengalami penurunan nilai. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi berupa penyuluhan tidak hanya efektif dalam meningkatkan pengetahuan sebagian besar peserta, tetapi juga mampu mempertahankan tingkat pengetahuan pada siswi yang sebelumnya sudah memiliki pemahaman dasar terkait anemia.

Hasil kegiatan penyuluhan ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Amalia et al., 2024 yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri di MTs Al-Ma'arif mengenai anemia cukup bervariasi. Sebagian besar remaja memiliki pemahaman yang baik mengenai penyebab, gejala, dan pencegahan anemia. Namun, masih ada beberapa yang kurang memahami pentingnya konsumsi zat besi dalam mencegah anemia. Faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan remaja putri meliputi akses terhadap informasi, baik dari sekolah, tenaga kesehatan, maupun media sosial. Program pemberian tablet tambah darah (TTD) di MTs Al Ma'arif cukup efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin, tetapi kepatuhan dalam mengonsumsi TTD masih menjadi tantangan karena adanya efek samping ringan seperti mual dan pusing. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa dukungan dari tenaga kesehatan dan pendidikan kesehatan di sekolah berperan penting dalam meningkatkan

kesadaran remaja putri tentang anemia. Oleh karena itu, diperlukan edukasi yang lebih intensif agar remaja memiliki pemahaman yang lebih baik dan lebih disiplin dalam menjaga kesehatan mereka.



Gambar 1.

Dokumentasi Penyuluhan Anemia

KESIMPULAN

Kejadian anemia pada siswi kelas 7 dipengaruhi oleh beberapa faktor utama, yaitu kurangnya pengetahuan tentang anemia, termasuk penyebab, gejala, dan cara pencegahannya, rendahnya kesadaran dan kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), karena sebagian besar siswi merasa mual, tidak nyaman, atau terpengaruh teman-temannya, asupan makanan yang tidak seimbang, terutama kurangnya konsumsi makanan sumber zat besi. Belum adanya sistem pemantauan konsumsi TTD secara rutin di sekolah, sehingga tidak ada kontrol terhadap perilaku siswi dalam pencegahan anemia. Intervensi edukatif melalui program “SERASI” berhasil meningkatkan pengetahuan siswi secara signifikan. Hal ini dibuktikan melalui hasil *pre-test* dan *post-test* yang dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Penggunaan media edukatif seperti *PowerPoint*, permainan kartu berpasangan, dan poster membuat suasana belajar menjadi lebih menarik dan menyenangkan. Meskipun sekolah dan puskesmas telah bekerja sama, dibutuhkan komitmen yang lebih kuat dari pihak sekolah dan puskesmas untuk melakukan tindak lanjut berupa edukasi lanjutan, pemantauan konsumsi TTD secara rutin. Kolaborasi ini penting agar hasil dari intervensi tidak bersifat sementara, melainkan dapat membentuk kebiasaan sehat yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam mensukseskan intervensi ini sehingga intervensi ini dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, N., Meikawati, W., & Rokhani. (2024). Factors associated with the incidence of anemia in adolescent girls. *Al-Gizzai: Public Health Nutrition Journal*, 4(2), 129-141.
- 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.
- Haninggar, R. D., & Mahmud, A. (2023). - Efektivitas Media Poster Pencegahan Anemia terhadap Pengetahuan Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*, 13(1), 31-40. <https://doi.org/10.35874/jib.v13i1.1121>

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



- Kusuma, F. A. A. (2024). Pengaruh Permainan Monopoli Sebagai Media Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di Kelas Vii (Studi Penelitian pada Siswi Kelas VII di MTs Al Ma'Arif Kota Tasikmalaya) (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).
- Musniati, N., & Fitria, F. (2024). Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dalam pencegahan anemia pada remaja putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 15(02), 583-588.
- Noviani, A. (2023). *Gambaran Tindakan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Kelas Xii Di Sma Negeri 1 Jetis Bantul* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Pratiwi, C. V. P., Yuniarti, B., Sunarti, T., Andriyani, D. T., Fitriyani, D., Rachmawati, I., ... & Almufaridin, A. S. (2024). Penyuluhan Anemia Pada Remaja: Remaja Sehat Bebas Anemia. *Dedikasi: Jurnal Pengabdian Lentera*, 1(04), 106-114.
- Sari, D. A. (2024). *Pemberian Edukasi terkait Anemia Menggunakan Media Leaflet dan PowerPoint terhadap Pengetahuan Remaja di Desa Kalimas , Kecamatan Besuki , Kabupaten Situbondo Providing Education Related to Anemia using Leaflet and PowerPoint Media on the Knowledge of Ado*. 13(2), 712–719.
- Styaningrum, S. D., & Metty, M. (2021). Games Kartu Milenial Sehat sebagai media edukasi pencegahan anemia pada remaja putri di sekolah berbasis asrama. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2), 171. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i2.236>