

Program KENCANA (Kenali dan Cegah Anemia) sebagai Upaya Edukasi Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri

**Atikah Fatmawati¹, Muhammad Bahy Jayawardhana², Merinda Oktavia Putri³,
Taufiq Nadhi Yoga⁴, Tuty Zainab Besan⁵, Wahyu Dwi Ariyantining⁶**

^{1,2,3,4,5,6} Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

Received : 21 Agustus 2026, Revised : 1 September 2026, Published : 8 September 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Atikah Fatmawati

E-mail: tikaners87@gmail.com

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian pada remaja putri karena dapat dipengaruhi oleh menstruasi, asupan zat gizi, status gizi, dan tingkat pengetahuan. Pengetahuan yang memadai diperlukan agar remaja mampu mengenali faktor risiko, tanda dan gejala, serta menerapkan upaya pencegahan anemia. Edukasi kesehatan menjadi salah satu strategi promotif dan preventif yang dapat dilakukan di lingkungan sekolah. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia melalui program KENCANA (Kenali, Cegah, Atasi Anemia). Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada 19 Mei 2026 dan diikuti oleh remaja putri kelas VII dengan pendampingan guru. Edukasi diberikan selama 45 menit menggunakan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab dengan media PowerPoint dan leaflet. Materi meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gejala, perilaku berisiko, pencegahan, serta penanganan anemia. Evaluasi pengetahuan dilakukan menggunakan pertanyaan benar-salah melalui pre-test dan post-test. Data dianalisis secara deskriptif dan menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi mengenai anemia. Program KENCANA dapat menjadi pendekatan edukasi kesehatan yang potensial dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia. Keberlanjutan program dengan melibatkan sekolah, tenaga kesehatan, dan keluarga diperlukan untuk mendukung penerapan perilaku pencegahan anemia.

Kata kunci – anemia, edukasi kesehatan, KENCANA, pengetahuan, remaja putri

Abstract

Anemia is one of the health problems that requires attention among adolescent girls because it can be influenced by menstruation, nutrient intake, nutritional status, and level of knowledge. Adequate knowledge is needed to enable adolescents to recognize risk factors, signs and symptoms, and implement anemia prevention measures. Health education is one of the promotive and preventive strategies that can be implemented in school settings. This activity aimed to improve adolescent girls' knowledge of anemia through the KENCANA program (Recognize, Prevent, Overcome Anemia). The community service activity was conducted on May 19, 2026, and involved seventh-grade adolescent girls with teacher assistance. Education was provided for 45 minutes using lectures, discussions, and question-and-answer sessions supported by PowerPoint and leaflet media. The materials covered the definition, causes, signs and symptoms, risk behaviors, prevention, and management of anemia. Knowledge was evaluated using true-false questions through pre-tests and post-tests. Data were analyzed descriptively and using the Wilcoxon Signed-Rank test. The results showed an improvement in participants' knowledge after receiving anemia education. The KENCANA program can serve as a potential health education approach to improve adolescent girls' knowledge regarding anemia. Program continuity involving schools, health workers, and families is needed to support the implementation of anemia prevention behavior.

Keywords - adolescent girls, anemia, health education, KENCANA, knowledge

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

How To Cite : Fatmawati, A., Jayawardhana, M. B., Putri, M. O., Yoga, T. N., Besan, T. Z., & Ariyantiningih, W. D. (2026). Program KENCANA (Kenali dan Cegah Anemia) sebagai Upaya Edukasi Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 4(7), 3557 - 3565. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v4i7.5033>

Copyright ©2026 Atikah Fatmawati, Muhammad Bahy Jayawardhana, Merinda Oktavia Putri, Taufiq Nadhi Yoga, Tuty Zainab Besan, Wahyu Dwi Ariyantiningih

PENDAHULUAN

Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang penting pada kelompok remaja, terutama remaja putri. Masa remaja merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang membutuhkan asupan zat gizi yang memadai, sementara remaja putri memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia karena kehilangan zat besi selama menstruasi. Kondisi tersebut dapat diperburuk oleh asupan zat besi dan zat gizi lain yang tidak mencukupi serta pola makan yang kurang tepat. Nofianti et al., (2021) menunjukkan bahwa siklus menstruasi berhubungan secara signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri, sedangkan Yulianti et al. (2024) menemukan bahwa status gizi, siklus menstruasi, dan pengetahuan memiliki hubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Anemia pada remaja tidak hanya berkaitan dengan kondisi fisik, tetapi juga dapat memengaruhi fungsi kognitif dan kemampuan belajar (Khobibah et al., 2021). Arifin et al. (2024) melaporkan adanya hubungan antara kejadian anemia dan prestasi belajar pada remaja putri. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa anemia pada usia sekolah perlu mendapatkan perhatian karena periode ini merupakan tahap penting dalam pembentukan kapasitas belajar, produktivitas, dan perilaku kesehatan yang dapat terbawa hingga dewasa. Oleh karena itu, upaya pencegahan anemia perlu dilakukan sejak usia sekolah melalui pendekatan promotif dan preventif yang sesuai dengan karakteristik remaja.

Berdasarkan hasil koordinasi awal dengan pihak SMP Negeri 1 Mojoanyar, Kabupaten Mojokerto, diperoleh informasi bahwa pengetahuan siswi mengenai anemia masih terbatas, terutama dalam mengenali tanda dan gejala serta memahami upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Program pemberian tablet tambah darah (TTD) telah dilaksanakan sebagai salah satu upaya pencegahan anemia, namun pemberian TTD belum sepenuhnya disertai dengan edukasi kesehatan yang optimal mengenai anemia dan perilaku pencegahannya. Pihak sekolah juga mengidentifikasi adanya kebutuhan informasi yang lebih terstruktur bagi siswi mengenai tanda dan gejala anemia serta langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah anemia. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan untuk melengkapi program pencegahan yang telah berjalan dengan kegiatan edukasi yang membantu remaja tidak hanya menerima TTD, tetapi juga memahami alasan, manfaat, dan perilaku kesehatan yang mendukung pencegahan anemia.

Salah satu faktor yang penting dalam upaya pencegahan anemia adalah pengetahuan. Pengetahuan yang memadai dapat membantu remaja mengenali penyebab, tanda dan gejala, faktor risiko, serta berbagai upaya pencegahan anemia (Munir et al., 2022; Sab'ngatun & Riawati, 2021). Silitonga & Nuryeti (2021) menemukan adanya hubungan antara pengetahuan dan kejadian anemia pada remaja putri, dengan remaja yang mengalami anemia cenderung memiliki pengetahuan yang lebih rendah. Temuan tersebut diperkuat oleh Yulianti et al. (2024), yang menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan menjadi salah satu komponen penting dalam strategi pencegahan anemia pada kelompok remaja.

Pengetahuan juga memiliki kaitan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah (TTD), yang merupakan salah satu strategi pencegahan anemia pada remaja putri. Hasil literature review Samputri & Herdiani (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian yang ditelaah menemukan hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri. Dukungan keluarga juga ditemukan sebagai faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi TTD. Sementara itu,

Aliyah & Krianto (2023) menemukan bahwa pengetahuan dan perilaku konsumsi TTD pada remaja putri masih belum optimal, termasuk dalam hal jumlah dan jadwal konsumsi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa ketersediaan program TTD perlu disertai dengan edukasi dan pemantauan agar remaja memahami manfaat serta cara konsumsi TTD yang tepat.

Edukasi kesehatan menjadi salah satu strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai anemia. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh (Fathony et al., 2022) menunjukkan bahwa edukasi mengenai anemia disertai informasi mengenai cara mengonsumsi TTD yang benar dapat meningkatkan pemahaman remaja mengenai pencegahan anemia. Edukasi yang diberikan melalui media yang sesuai dengan karakteristik peserta dapat membantu menyampaikan informasi kesehatan secara lebih mudah dipahami dan mendorong keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran (Junita & Wulansari, 2021). Oleh karena itu, edukasi kesehatan pada remaja tidak hanya perlu memberikan informasi mengenai anemia, tetapi juga mengarahkan peserta untuk mengenali faktor risiko dan memahami tindakan pencegahan yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.

Berbagai kegiatan edukasi anemia pada remaja putri telah dilaporkan mampu meningkatkan pengetahuan melalui metode ceramah maupun penggunaan media edukasi seperti leaflet, poster, dan media audiovisual (Fathony et al., 2022; Junita & Wulansari, 2021; Kasmarini & Kurniasari, 2022). Namun, berdasarkan kondisi mitra, kebutuhan edukasi tidak hanya terletak pada penyampaian informasi mengenai anemia, tetapi juga pada penyusunan pesan kesehatan yang sederhana dan sistematis agar remaja dapat menghubungkan pengetahuan dengan tindakan yang perlu dilakukan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan edukasi yang mengintegrasikan kemampuan untuk mengenali anemia dan faktor risikonya, memahami tindakan pencegahan, serta mengetahui langkah yang dapat dilakukan ketika mengalami atau berisiko mengalami anemia. Program KENCANA (Kenali, Cegah, Atasi Anemia) dikembangkan sebagai kegiatan edukasi kesehatan yang menekankan tiga pesan utama, yaitu mengenali anemia dan faktor risikonya, melakukan upaya pencegahan, serta memahami langkah yang tepat ketika mengalami atau berisiko mengalami anemia. Materi edukasi mencakup pengertian anemia, penyebab, tanda dan gejala, perilaku yang berisiko menyebabkan anemia, pencegahan, serta penanganan anemia. Penyampaian materi dilakukan menggunakan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab dengan dukungan media PowerPoint dan leaflet agar informasi dapat diterima secara interaktif sekaligus dapat dipelajari kembali oleh peserta.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia melalui program KENCANA sebagai salah satu upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah. Peningkatan pengetahuan diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membangun kesadaran remaja putri untuk mengenali risiko anemia dan menerapkan perilaku pencegahan, termasuk memperhatikan pola konsumsi pangan sumber zat besi dan kepatuhan terhadap konsumsi tablet tambah darah.

METODE

Desain dan Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif dengan evaluasi sebelum dan sesudah pemberian edukasi (pre-test-post-test) untuk menilai perubahan pengetahuan peserta mengenai anemia. Kegiatan dilaksanakan melalui program KENCANA (Kenali, Cegah, Atasi Anemia) yang ditujukan kepada remaja putri sebagai kelompok yang memiliki risiko mengalami anemia. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan skor pengetahuan peserta sebelum dan setelah pemberian edukasi.

Kegiatan dilaksanakan pada Selasa, 19 Mei 2026 di SMP Negeri 1 Mojoanyar, Kabupaten Mojokerto. Sasaran kegiatan adalah remaja putri kelas VII. Sebanyak 38 siswi mengikuti kegiatan sebagai perwakilan dari masing-masing kelas VII. Peserta ditentukan oleh wali kelas masing-masing melalui koordinasi dengan tim pelaksana kegiatan. Dengan demikian, jumlah peserta tersebut

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

merupakan peserta yang ditetapkan sebagai perwakilan kelas untuk mengikuti program KENCANA dan bukan keseluruhan populasi siswi kelas VII. Seluruh peserta yang mengikuti kegiatan memperoleh edukasi dan mengikuti evaluasi pre-test dan post-test. Kegiatan berlangsung selama kurang lebih 45 menit dengan didampingi oleh guru pendamping.

Tahapan Kegiatan

Pelaksanaan program KENCANA terdiri atas tiga tahapan utama, yaitu persiapan, pelaksanaan edukasi, dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pihak sekolah, penentuan sasaran kegiatan, penyusunan materi edukasi, serta persiapan media pembelajaran berupa presentasi PowerPoint (PPT) dan leaflet.

Tahap pelaksanaan diawali dengan pemberian pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai anemia. Selanjutnya, peserta memperoleh edukasi kesehatan melalui metode ceramah yang dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Materi edukasi mencakup definisi anemia, penyebab anemia, tanda dan gejala anemia, perilaku yang dapat meningkatkan risiko anemia, upaya pencegahan anemia, serta penanganan anemia. Penyampaian materi didukung oleh media PPT dan leaflet untuk membantu peserta memahami dan mempertahankan informasi yang diberikan.

Evaluasi dan Analisis Data

Tahap evaluasi dilakukan melalui pemberian post-test setelah seluruh materi edukasi disampaikan. Instrumen evaluasi terdiri atas 10 pertanyaan dengan pilihan jawaban benar atau salah. Skor pre-test dan post-test digunakan untuk menggambarkan perubahan pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi kesehatan.

Pengetahuan peserta dinilai berdasarkan jumlah jawaban benar pada 10 pertanyaan. Setiap jawaban benar diberikan skor 1 dan jawaban salah diberikan skor 0, sehingga skor total berkisar antara 0–10 dan selanjutnya dikonversi ke dalam skala 0–100. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan nilai mean dan standar deviasi untuk menggambarkan skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi dianalisis menggunakan Wilcoxon Signed-Rank Test dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

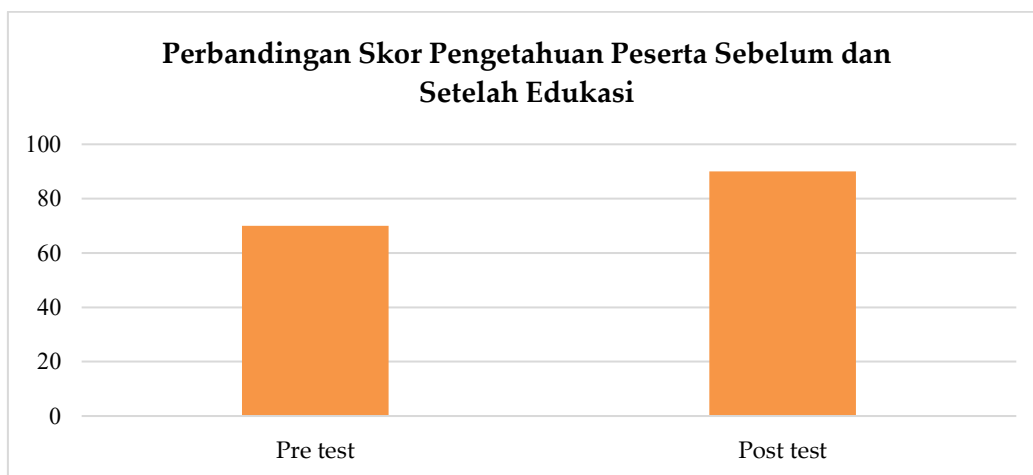
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program KENCANA (Kenali, Cegah, Atasi Anemia) diikuti oleh 38 remaja putri kelas VII SMP Negeri 1 Mojoanyar Kabupaten Mojokerto dengan didampingi oleh guru pendamping. Kegiatan berlangsung selama 45 menit dan dilaksanakan melalui penyampaian materi menggunakan metode ceramah yang dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Materi yang diberikan meliputi pengertian anemia, penyebab, tanda dan gejala, perilaku yang dapat meningkatkan risiko anemia, upaya pencegahan, serta penanganan anemia. Penyampaian materi didukung oleh media presentasi PowerPoint dan leaflet.



Gambar 1. Pelaksanaan Edukasi Kesehatan

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti program KENCANA. Nilai rata-rata pengetahuan sebelum diberikan edukasi (pre-test) adalah $70,00 \pm 9,29$, sedangkan setelah diberikan edukasi (post-test) meningkat menjadi $90,00 \pm 8,38$. Dengan demikian, terdapat peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sebesar 20 poin, atau sebesar 28,6% dibandingkan dengan nilai awal. Selain peningkatan nilai rata-rata, simpangan baku yang relatif lebih kecil pada post-test menunjukkan bahwa skor pengetahuan peserta setelah edukasi cenderung lebih terkonsentrasi dibandingkan sebelum edukasi.



Gambar 2. Perbandingan Skor Pengetahuan Peserta Sebelum dan Setelah Edukasi

Peningkatan nilai tersebut menunjukkan bahwa setelah mengikuti program KENCANA, peserta memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai anemia, khususnya terkait penyebab, tanda dan gejala, faktor perilaku yang berhubungan dengan anemia, serta upaya pencegahan dan penanganannya. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang disampaikan secara interaktif melalui kombinasi ceramah, diskusi, tanya jawab, serta penggunaan media visual dan leaflet dapat mendukung peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia.

Tabel 1. Perubahan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Edukasi Kesehatan

Evaluasi Pengetahuan	n	Mean $\pm$ SD	Peningkatan Mean	Z-zcore
Pre-test	38	70,00 $\pm$ 9,29		
Post-test	38	90,00 $\pm$ 8,38	20,00	-5,78; $p < 0,001$

Berdasarkan Tabel 1, terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi kesehatan tentang anemia melalui program KENCANA. Hasil uji Wilcoxon Signed-Rank menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi ($Z = -5,78$; $p < 0,001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan melalui program KENCANA diikuti oleh peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia.

Hasil kegiatan pengabdian melalui program KENCANA (Kenali, Cegah, Atasi Anemia) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi kesehatan. Nilai rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 70 pada pre-test menjadi 90 pada post-test, atau mengalami peningkatan sebesar 20 poin. Temuan ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan dapat membantu meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai anemia, khususnya terkait pengertian, penyebab, tanda dan gejala, perilaku yang berisiko menyebabkan anemia, pencegahan, serta penanganannya. Peningkatan pengetahuan menjadi penting karena pemahaman yang memadai merupakan salah satu dasar bagi remaja untuk mengenali risiko anemia dan mengambil

langkah pencegahan sejak dini (Indrawatiningsih et al., 2021).

Peningkatan pengetahuan pada kegiatan ini sejalan dengan hasil berbagai kegiatan pengabdian masyarakat sebelumnya. Rahmawati (2023), melalui kegiatan penyuluhan kesehatan anemia pada 39 remaja putri, melaporkan adanya peningkatan pengetahuan sebesar 38,86% setelah diberikan edukasi menggunakan kombinasi metode ceramah, tanya jawab, diskusi, demonstrasi, dan redemonstrasi. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa edukasi yang diberikan secara interaktif tidak hanya dapat meningkatkan pengetahuan, tetapi juga dapat mendukung kemampuan remaja dalam melakukan deteksi dini tanda dan gejala anemia. Temuan tersebut memiliki kesesuaian dengan kegiatan KENCANA, meskipun bentuk evaluasi dan besarnya perubahan skor tidak sepenuhnya sama.

Hasil kegiatan ini juga konsisten dengan kegiatan edukasi yang dilakukan oleh Musniati & Fitria (2022) pada 55 remaja putri. Edukasi pencegahan anemia menggunakan beberapa media, termasuk video dan leaflet, menghasilkan peningkatan pengetahuan peserta hingga mencapai 70,9%. Penulis menyebutkan bahwa penggunaan berbagai media menjadi salah satu faktor yang dapat mendukung peningkatan pengetahuan remaja putri. Pada program KENCANA, penggunaan PowerPoint dan leaflet juga memungkinkan informasi disampaikan secara visual sekaligus memberikan bahan yang dapat dibaca kembali oleh peserta setelah kegiatan selesai. Dengan demikian, kombinasi metode penyampaian secara langsung dan media edukasi berpotensi memperkuat penerimaan informasi dibandingkan penyampaian materi secara verbal saja.

Peningkatan pengetahuan yang ditemukan dalam kegiatan ini juga sejalan dengan hasil kegiatan Dyna et al. (2024) pada 160 siswa. Nilai rata-rata pengetahuan meningkat dari 4,10 sebelum edukasi menjadi 9,28 setelah edukasi, dengan hasil uji statistik menunjukkan perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi ($p < 0,001$). Meskipun kegiatan KENCANA menggunakan pendekatan evaluasi deskriptif dan tidak melakukan uji statistik, pola perubahan yang ditemukan menunjukkan arah yang serupa, yaitu peningkatan pengetahuan setelah peserta memperoleh edukasi kesehatan. Perbedaan desain evaluasi tersebut perlu diperhatikan sehingga hasil kegiatan KENCANA diinterpretasikan sebagai gambaran peningkatan pengetahuan, bukan sebagai bukti efektivitas secara inferensial.

Temuan KENCANA juga memperkuat hasil kegiatan Sinau et al. (2024), yang menunjukkan peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia dari 66% menjadi 100% setelah diberikan edukasi kesehatan menggunakan metode ceramah, tanya jawab, dan media poster. Kegiatan tersebut juga menekankan pentingnya pengetahuan mengenai konsumsi tablet tambah darah sebagai salah satu upaya pencegahan anemia. Hal ini relevan dengan program KENCANA karena materi edukasi tidak hanya membahas definisi dan gejala anemia, tetapi juga diarahkan pada upaya pencegahan dan penanganan. Dengan memberikan informasi yang komprehensif, peserta tidak hanya diharapkan mampu mengenali anemia, tetapi juga memahami tindakan yang dapat dilakukan untuk menurunkan risikonya (Pabidang et al., 2025).

Hasil serupa dilaporkan oleh Rahmah et al. (2024) dalam kegiatan penyuluhan anemia pada remaja putri, yang menemukan peningkatan proporsi jawaban benar dari 64% menjadi 91% setelah edukasi. Menariknya, kegiatan tersebut juga melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin dan menemukan bahwa sebagian peserta mengalami anemia ringan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa edukasi mengenai anemia pada remaja putri perlu ditempatkan dalam konteks yang lebih luas, yaitu tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga mendorong deteksi dini dan perilaku pencegahan. Peningkatan pengetahuan pada kegiatan ini diduga tidak hanya berkaitan dengan pemberian informasi, tetapi juga dengan struktur pesan dalam program KENCANA yang disusun melalui tiga tahapan sederhana, yaitu Kenali, Cegah, dan Atasi Anemia. Komponen Kenali membantu peserta memahami pengertian, penyebab, faktor risiko, serta tanda dan gejala anemia; komponen Cegah mengarahkan peserta pada perilaku pencegahan, termasuk pemenuhan gizi dan konsumsi tablet tambah darah; sedangkan komponen Atasi memberikan pemahaman mengenai tindakan yang

perlu dilakukan ketika mengalami atau berisiko mengalami anemia. Pengorganisasian informasi dalam tiga pesan utama tersebut diduga memudahkan peserta menghubungkan informasi mengenai anemia dengan tindakan yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini relevan dengan kompleksitas faktor anemia pada remaja putri yang mencakup menstruasi, asupan zat gizi, kondisi sosial ekonomi, dan faktor lingkungan sebagaimana dikemukakan oleh Rahman & Fajar (2024).

Penggunaan media edukasi juga menjadi aspek penting dalam keberhasilan penyampaian pesan kesehatan kepada remaja. Kajian literatur oleh (Kasmarini & Kurniasari, 2022) menunjukkan bahwa berbagai media edukasi gizi, seperti kartu permainan, animasi, komik, dan vlog, dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia. Hal tersebut menunjukkan bahwa karakteristik remaja sebagai kelompok usia yang relatif responsif terhadap stimulus visual perlu dipertimbangkan dalam pengembangan edukasi kesehatan. Penggunaan PowerPoint selama penyampaian materi memberikan stimulus visual secara langsung, sedangkan leaflet memungkinkan peserta memperoleh materi yang dapat dipelajari kembali secara mandiri (Adyani et al., 2024; Nahak et al., 2022; Safitri et al., 2025).

Meskipun demikian, peningkatan pengetahuan yang ditemukan dalam kegiatan ini perlu dipahami sebagai hasil evaluasi jangka pendek. Pengetahuan yang meningkat setelah edukasi belum secara otomatis menunjukkan perubahan perilaku kesehatan, seperti kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, peningkatan konsumsi pangan sumber zat besi, atau kemampuan melakukan deteksi dini anemia. Oleh karena itu, kegiatan edukasi berikutnya dapat dikembangkan dengan evaluasi yang lebih komprehensif, misalnya dengan menilai perubahan sikap dan perilaku, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, serta melakukan pemantauan pengetahuan dalam beberapa minggu atau bulan setelah intervensi. Pendekatan tersebut dapat memberikan gambaran yang lebih kuat mengenai keberlanjutan dampak program KENCANA.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa program KENCANA merupakan pendekatan edukatif yang potensial untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia. Peningkatan rata-rata skor sebesar 20 poin setelah edukasi sejalan dengan berbagai kegiatan pengabdian sebelumnya yang menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi anemia pada remaja. Ke depan, program KENCANA dapat dikembangkan menjadi edukasi kesehatan yang lebih berkelanjutan melalui keterlibatan guru, tenaga kesehatan, dan pihak sekolah, sehingga pesan mengenai pencegahan anemia tidak berhenti pada satu kali kegiatan, tetapi dapat menjadi bagian dari upaya promotif dan preventif kesehatan remaja di lingkungan sekolah.

KESIMPULAN

Program KENCANA (Kenali, Cegah, Atasi Anemia) melalui edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia. Edukasi yang dilakukan melalui ceramah, diskusi, dan tanya jawab dengan dukungan media PowerPoint dan leaflet memberikan pengalaman belajar yang interaktif dan membantu peserta memahami anemia, faktor risikonya, serta upaya pencegahan dan penanganannya. Program ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang disesuaikan dengan karakteristik remaja dapat menjadi salah satu pendekatan promotif dan preventif dalam meningkatkan pemahaman mengenai anemia sejak usia sekolah.

Dalam praktik keperawatan, hasil kegiatan ini memperkuat peran perawat sebagai edukator dan promotor kesehatan dalam mendukung pencegahan anemia pada kelompok remaja. Program KENCANA dapat dikembangkan sebagai kegiatan edukasi kesehatan sekolah yang berkelanjutan dengan melibatkan guru, tenaga kesehatan, dan keluarga. Kegiatan selanjutnya disarankan tidak hanya mengevaluasi pengetahuan, tetapi juga menilai perubahan sikap dan perilaku pencegahan anemia, seperti kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan penerapan pola makan bergizi, serta mempertimbangkan pemantauan status anemia untuk mengetahui keberlanjutan manfaat program.

DAFTAR PUSTAKA

- Adyani, K., Apriliana, S. D., & Susilowati, E. (2024). Pengaruh Media Edukasi terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia: Literature Review. *Faletehan Health Journal*, 11(02), 126–134. <https://doi.org/10.33746/fhj.v11i02.683>
- Aliyah, N., & Krianto, T. (2023). Pengetahuan Dalam Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di Kecamatan Cimanggis Kota Depok Tahun 2023. *Journal of Nursing and Public Health*, 11(2), 426–435. <https://doi.org/10.37676/jnph.v11i2.5173>
- Arifin, A. S. N., Handayani, R., & Handayani, Y. (2024). Hubungan Anemia dan Prestasi Belajar Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 5(2), 78. <https://doi.org/10.33490/b.v5i2.1366>
- Dyna, F., Hendra, D., Deswinda, D., Anita, F., Bahri, S., & Misran, M. (2024). Edukasi Kesehatan Remaja Sehat Bebas Anemia. *EJOIN: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 48–53. <https://doi.org/10.55681/ejoin.v2i1.2045>
- 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>
- 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>
- Junita, D., & Wulansari, A. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA N 12 Kabupaten Merangin. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(1), 41. <https://doi.org/10.36565/jak.v3i1.148>
- Kasmarini, F., & Kurniasari, R. (2022). Pengaruh Pemanfaatan Media Edukasi Gizi untuk Meningkatkan Pengetahuan Terkait Anemia pada Remaja Putri : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(11), 1329–1335. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i11.2291>
- Khobibah, K., Nurhidayati, T., Ruspita, M., & Astyandini, B. (2021). Anemia Remaja Dan Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 3(2), 11. <https://doi.org/10.26714/jpmk.v3i2.7855>
- Munir, R., Sari, A., & Hidayat, D. F. (2022). Pendidikan Kesehatan : Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 1(02), 83–93. <https://doi.org/10.34305/jppk.v1i02.432>
- Musniati, N., & Fitria, F. (2022). Edukasi Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Media Karya Kesehatan*, 5(2). <https://doi.org/10.24198/mkk.v5i2.38303>
- Nahak, M. P. M., Naibili, M. J. E., Isu, Y. K., & Loe, M. G. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Anemia Melalui Kombinasi Metode Ceramah Dan Leaflet Pada Remaja Putri di SMAN 3 Atambua. *Abdimas Galuh*, 4(1), 554. <https://doi.org/10.25157/ag.v4i1.7263>
- Nofianti, I. G. A. T. P., Juliasih, N. K., & Wahyudi, I. W. G. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMP Negeri 2 Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Jurnal Widya Biologi*, 12(01), 58–66. <https://doi.org/10.32795/widyabiologi.v12i01.1324>
- Pabidang, S., Ernawati, E., & Mudrika, M. (2025). Edukasi Kesehatan Tentang Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri di SMP Bintang Langkat. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat (Ji-SOMBA)*, 4(2), 96–105. <https://doi.org/10.52943/jisomba.v4i2.1941>
- Rahmah, A., Mirawati, M., & Ariana, R. A. (2024). Penyuluhan Anemia sebagai Langkah Awal Edukasi Kesehatan pada Remaja Putri di SMAN 11 Banjarmasin. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 60–65. <https://doi.org/10.53770/amjpm.v3i2.315>
- 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>
- Rahmawati, T. (2023). Penyuluhan Kesehatan Anemia pada Remaja dalam Upaya Meningkatkan

- Pengetahuan dan Mencegah Kejadian Anemia. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(1), 186. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i1.499>
- Sab'ngatun, S., & Riawati, D. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Avicenna: Journal of Health Research*, 4(2). <https://doi.org/10.36419/avicenna.v4i2.533>
- Safitri, L., Suhrawardi, S., Kristiana, E., & Isnaniah, I. (2025). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Anemia Remaja Putri di SMPN 8 Satap Mantewe Kabupaten Tanah Bumbu Tahun 2024. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 1(8), 1432–1437. <https://doi.org/10.59837/jpnmb.v1i8.297>
- Samputri, F. R., & Herdiani, N. (2022). Pengetahuan dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(1), 69–73. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.1.69-73>
- Silitonga, I. R., & Nuryeti, N. (2021). Profil Remaja Putri dengan Kejadian Anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 3(3), 184–192. <https://doi.org/10.36590/jika.v3i3.199>
- Sinau, A. T. T., Ramadhan, K., & Sakti, P. M. (2024). Cegah Stunting dengan Peningkatan Pengetahuan Remaja Terkait Anemia Melalui Edukasi Kesehatan. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 87–93. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v5i1.3698>
- Yulianti, A., Aisyah, S., & Handayani, S. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja Putri. *Lentera Perawat*, 5(1), 10–17. <https://doi.org/10.52235/lp.v5i1.276>