

GERAKAN REMAJA MINUM TABLET TAMBAH DARAH UNTUK MENCEGAH ANEMIA (GEMA GEMIA) DENGAN METODE KAP (KOMUNIKASI ANTAR PRIBADI) DI SMPS MITRA JEMBER

Novia Luthviatin¹⁾, Erik Gunawan²⁾, Wahyu Dwi Lukita¹⁾, Adinda Tira Octavia¹⁾, Anggita Rizky Suci Irawan¹⁾, Fenny Gita Lestari Putri¹⁾, Syintia Dwi Pramesti¹⁾

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember

²Puskesmas Banjarsengon Dinas Kesehatan Kabupaten Jember

email: novia@unej.ac.id

Diserahkan: 4 April 2024 | Direvisi: 12 April 2025 | Diterima: 11 Juni 2025

Abstract

Anemia in adolescents is a global health problem, especially in developing countries. Teenage girls are more susceptible to anemia because they experience menstruation every month, which causes them to lose significant amounts of blood. Anemia can affect student learning achievement. The outreach activity of the Youth Movement to Routinely Take Blood Supplement Tablets (TTD) to Prevent Anemia (Gema Gemia) to 35 female students of SMPS Mitra Jember was carried out using the health education method through interpersonal communication (KAP). The media used are flipcharts and educational videos. Data was collected through pre and post-test questionnaires, which were then analyzed using the paired sample t-test. The analysis results showed that there was an average difference between the pre-test and post-test scores ($p=0.000$), which means that there was an influence of providing health education on knowledge about anemia and TTD among young women at SMPS Mitra Jember. The evaluation results indicate a significant improvement in students' knowledge about anemia and the importance of TTD consumption. Furthermore, similar education needs to be carried out in other schools because many young women still do not know the importance of TTD in preventing anemia. The expected outcomes of this program include increased knowledge related to TTD, the use of flipcharts and educational videos as effective health promotion media, and the publication of program results in scientific journals to expand the dissemination of good practices.

Keywords: *Anemia; blood supplement tablet; interpersonal communication (KAP); junior high school; teenage girls*

PENDAHULUAN

Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah batas normal, yang sering kali disebabkan oleh defisiensi zat besi, asam folat, atau vitamin B12. Kekurangan zat besi merupakan penyebab umum anemia pada remaja. Anemia pada remaja merupakan masalah kesehatan global yang signifikan terutama di negara-negara berkembang. Prevalensi anemia global pada tahun 2019 tercatat sebesar 39,8% pada anak usia 6-59 bulan atau setara dengan 269 juta anak. Sementara itu, prevalensi anemia pada wanita usia subur (usia 15-49 tahun) yang tidak hamil sebesar 29,9% dan 36,5% pada wanita hamil (World

Health Organization, 2021). Hasil Riskesdas tahun 2018 mencatat sebanyak 26,8% anak usia 5-14 tahun dan 32% usia 15-24 tahun di Indonesia mengalami anemia (Kemenkes RI, 2018). Kasus anemia erat kaitannya dengan kepatuhan dalam konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang menyebabkan 8,3 juta dari 12,1 juta remaja putri tidak mengonsumsi TTD sehingga berisiko mengalami anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Berdasarkan hasil program penanggulangan anemia oleh Dinas Kesehatan Jember, remaja yang mengalami anemia di Kabupaten Jember tercatat sebanyak 41,6% pada tahun 2018.

Remaja putri rentan terhadap anemia karena berada dalam tahap pertumbuhan yang pesat namun tidak memperhatikan asupan

nutrisi yang tepat. Berdasarkan penelitian Huriah *et al.*, (2023), remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan remaja putra dikarenakan mengalami menstruasi setiap bulan yang menyebabkan remaja putri kehilangan darah dalam jumlah yang signifikan dan dapat mengakibatkan kekurangan zat besi. Anemia juga dapat terjadi akibat pola makan yang tidak sehat, diet yang rendah nutrisi, ataupun kondisi medis tertentu seperti cacingan (Budiarti *et al.*, 2021).

Anemia pada remaja memiliki dampak terhadap kesehatan serta kualitas hidup. Gejala anemia meliputi kelelahan yang berlebih, pusing, pucat, letih, lesu, sulit berkonsentrasi, serta penurunan performa. Anemia dapat mempengaruhi kemampuan remaja dalam beraktivitas sehari-hari dan proses belajar di sekolah sehingga pada akhirnya anemia berpengaruh terhadap perkembangan remaja secara keseluruhan. Dampak anemia tidak hanya pada kesehatan fisik saja, melainkan juga berdampak pada aspek sosial dan ekonomi, seperti membatasi partisipasi remaja dalam aktivitas sosial. Kadar hemoglobin yang rendah saat anemia dapat menghambat perkembangan kognitif remaja yang merupakan salah satu dampak jangka pendek dari *stunting*. Anemia yang dialami oleh remaja putri berdampak serius karena perannya sebagai calon ibu yang memiliki risiko kematian ibu, prematur, Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR), hingga *stunting* (Pramesti *et al.*, 2022).

Suplementasi TTD 1 tablet per minggu bagi remaja putri usia 12–18 tahun di jenjang SMP dan SMA merupakan salah satu upaya pemerintah untuk mengatasi anemia pada remaja putri yang sudah dilaksanakan sejak tahun 2015 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 76,2% remaja putri telah memperoleh TTD di sekolah selama 12 bulan terakhir, namun hanya 1,4% yang mengonsumsi TTD sesuai anjuran

(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Hal ini diperkuat dengan hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa terdapat remaja putri SMPS Mitra yang belum mengetahui pentingnya konsumsi TTD saat menstruasi untuk mencegah anemia. Penyuluhan yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang definisi, gejala, dampak, dan cara mencegah anemia serta urgensi, cara konsumsi, efek samping, dan ajakan untuk mengonsumsi TTD secara rutin.

MASALAH, TARGET DAN LUARAN

Berdasarkan hasil analisis situasi, alasan remaja putri SMPS Mitra Jember tidak mengonsumsi TTD yang diberikan oleh Puskesmas adalah efek samping yang ditimbulkan seperti rasa mual akibat aroma TTD dan pusing setelah mengonsumsi TTD. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan Program Inovasi Gerakan Remaja Rutin Minum Tablet Tambah Darah (TTD) untuk Mencegah Anemia (Gema Gemia) di SMP Mitra wilayah kerja Puskesmas Banjarsengon. Bentuk inovasi dari kegiatan GEMA GEMIA dibandingkan kegiatan serupa lainnya terletak pada pendekatan yang digunakan, yaitu metode KAP (Komunikasi Antar Pribadi). Berbeda dengan intervensi edukatif konvensional yang bersifat satu arah seperti penyuluhan massal, GEMA GEMIA mengedepankan dialog interpersonal antar remaja, pendidik sebaya, dan tenaga kesehatan sekolah. Melalui pendekatan ini, pesan kesehatan tentang pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) menjadi lebih kontekstual, relevan, dan mudah diterima oleh remaja. Inovasi ini meningkatkan keterlibatan emosional dan kedekatan sosial yang terbukti lebih efektif dalam memengaruhi perubahan sikap dan praktik dibandingkan metode ceramah biasa. Selain itu, keterlibatan aktif remaja sebagai agen perubahan menjadikan program ini lebih berkelanjutan dan berbasis partisipasi.

Permasalahan yang terjadi di SMPS Mitra yaitu masih terdapat siswi yang belum mengetahui manfaat konsumsi TTD saat menstruasi. Hal ini menandakan masih rendahnya tingkat pengetahuan remaja putri tentang pentingnya konsumsi TTD di SMPS Mitra.

Tolak ukur keberhasilan kegiatan Gema Gemia adalah pengetahuan remaja putri terkait pentingnya konsumsi TTD saat menstruasi untuk mencegah anemia. Luaran yang dihasilkan dari penyuluhan ini antara lain:

1. Peningkatan pengetahuan remaja putri terkait pentingnya konsumsi TTD saat menstruasi untuk mencegah anemia.
2. *Flipchart* dan video edukasi sebagai media promosi kesehatan terkait pentingnya konsumsi TTD saat menstruasi untuk mencegah anemia.
3. Jurnal ilmiah yang dapat digunakan sebagai tambahan referensi untuk kegiatan selanjutnya.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode pendidikan kesehatan melalui Komunikasi Antar Pribadi (KAP) untuk meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan pengetahuan remaja putri terkait pentingnya konsumsi TTD saat menstruasi untuk mencegah anemia. Komunikasi Antar Pribadi (KAP) adalah salah satu pendekatan komunikasi yang bertujuan untuk mengubah perilaku seseorang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Oleh karena itu, penggunaan KAP dalam komunikasi perubahan perilaku diharapkan mengubah perilaku masyarakat khususnya untuk berperilaku yang sesuai dengan upaya peningkatan pemahaman, kesadaran, pengetahuan, dan pentingnya konsumsi TTD. Media yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan yaitu media cetak berupa lembar balik (*flipchart*) dan media audio visual berupa video edukasi. Kegiatan ini dilaksanakan di SMPS Mitra, Slawu, Kecamatan Patrang, Kabupaten Jember, Jawa Timur pada 15 Desember 2023 pukul 08.00 – 09.45 WIB. Sasaran penyuluhan adalah

seluruh siswi SMPS Mitra kelas 7-9 berjumlah 35 orang.

Pengetahuan remaja putri diukur sebagai indikator keberhasilan kegiatan. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu menyebarkan kuesioner terkait pentingnya konsumsi TTD saat menstruasi untuk mencegah anemia. Pengumpulan data dilakukan sebelum dan sesudah penyuluhan (*pre-test* dan *post-test*). Data dianalisis secara kuantitatif menggunakan uji perbandingan *paired sample t-test*. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh signifikan pendidikan kesehatan melalui KAP terhadap pengetahuan siswi SMPS Mitra Jember. Perbedaan rata-rata dianggap signifikan jika nilai $p > 0,05$.

HASIL

Media *flipchart* dan video edukasi terkait anemia pada remaja dan pentingnya TTD pada program Gema Gemia di SMPS Mitra Jember dibuat semenarik mungkin baik dari segi warna dan gambar. Hal ini bertujuan agar remaja putri lebih mudah memahami pesan yang terkandung sehingga dapat menambah pengetahuan dan merubah perilaku remaja dalam mengonsumsi TTD. Kegiatan dibagi menjadi tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, serta monitoring dan evaluasi.

1. Persiapan

Persiapan yang dilakukan sebelum kegiatan diantaranya penyusunan *rundown*, soal *pre-test* dan *post-test*, serta pembuatan media *flipchat* dan video edukasi.



Gambar 1. Isi *Flipchart*



Gambar 2. Isi Video

Media *flipchart* berisi tentang definisi, gejala, dampak, dan cara mencegah anemia serta penegasan rentannya anemia pada remaja putri. Media video edukasi berisi tentang gejala, penyebab, dan kasus anemia remaja di Indonesia serta urgensi, cara konsumsi, efek samping, dan ajakan untuk mengkonsumsi TTD secara rutin.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh MC, sambutan oleh perwakilan guru, lalu pelaksanaan *pre-test*. *Pre-test* dilakukan untuk mengukur pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan TTD sebelum penyuluhan. Kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi dengan metode KAP, *flipchart*, dan video edukasi. Sasaran dibagi menjadi tiga kelompok kecil saat pemberian materi dengan *flipchart* supaya pesan yang disampaikan dapat lebih mudah dipahami dan diskusi berjalan lebih maksimal. Kegiatan dilanjutkan dengan penayangan video edukasi. Sasaran diajak menyanyikan sebuah lagu berisi ajakan mengonsumsi TTD dan setiap kelompok diminta membuat gerakan untuk lagu tersebut. Kelompok dengan gerakan paling menarik akan mendapatkan hadiah dari panitia. Kegiatan ditutup dengan pelaksanaan *post-test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan TTD dan diakhiri dengan minum TTD bersama-sama.

Setelah kegiatan penyuluhan usai, fasilitator mengadvokasi pihak sekolah untuk

menjadikan kegiatan minum TTD bersama sebagai kegiatan rutin di SMPS Mitra. Fasilitator memaparkan gambaran kejadian anemia serta dampaknya bagi kesehatan remaja putri, sementara pihak sekolah menyampaikan kendala terkait pelaksanaan kegiatan pemberian TTD yang sudah dilaksanakan sebelumnya. Setelah diskusi dan negosiasi, pihak sekolah sepakat untuk melaksanakan kegiatan rutin minum TTD bersama dengan menandatangani surat perjanjian. Fasilitator juga memberikan rekomendasi kepada SMPS Mitra untuk berkoordinasi dengan Puskesmas Banjarsengon terkait stok TTD di sekolah.



Gambar 3. Kegiatan KAP dan Penyuluhan Menggunakan Media *Flipchart*



Gambar 4. Menyanyikan Lagu Ajakan Minum TTD

3. Monitoring dan Evaluasi

Kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan saat dan setelah kegiatan dilakukan. Monitoring dilakukan dengan cara melakukan pemantauan terhadap proses, hasil, dan dampak kegiatan. Evaluasi dapat dilihat dari

peningkatan pengetahuan sasaran terkait anemia pada remaja dan pentingnya TTD melalui *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 1. Rata-Rata Nilai *Pre-Test* & *Post-Test*

	N	Mean	S.D
<i>Pre-test</i>	35	33,33	17.416
<i>Post-test</i>	35	68,57	15.260

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata nilai *post-test* (68,57) lebih tinggi dibandingkan dengan *pre-test* (33,33). Hal ini berarti secara deskriptif terdapat peningkatan pengetahuan terkait pentingnya konsumsi TTD saat menstruasi untuk mencegah anemia pada remaja putri SMPS Mitra. Signifikansi perbedaan rata-rata tersebut dibuktikan melalui uji *paired sample t test* pada Tabel 2.

Tabel 2. Analisis Perbedaan Rata-Rata Nilai *Pre-Test* dan *Post-Test*

	N	Mean	Sig.
<i>Pre-test</i> & <i>post-test</i>	35	35,24	<0,001

Hasil analisis pada Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata antara nilai *pre-test* dan *post-test* ($p < 0.001$) yang berarti terdapat pengaruh penyuluhan kesehatan melalui KAP dengan media *flipchart* dan video terhadap pengetahuan tentang anemia dan TTD pada remaja putri di SMPS Mitra Jember. Selisih antara nilai *pre-test* dan *post-test* sebesar 35,24.

Anemia adalah suatu kondisi dimana tubuh seseorang mengalami penurunan jumlah sel darah merah di dalam tubuh hingga berada di bawah batas normal (Natekar *et al.*, 2022). Anemia dapat terjadi akibat kurangnya hemoglobin sehingga mempengaruhi jumlah produksi sel darah merah. Anemia juga merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak ditemukan pada golongan remaja. Hal ini dipengaruhi oleh faktor kurangnya nutrisi yang seimbang atau pendarahan akibat menstruasi

(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Anemia pada remaja putri yang tidak segera ditanggulangi dapat menurunkan konsentrasi siswi dalam belajar. Remaja putri yang menderita anemia 1,875 kali lipat berisiko memiliki prestasi belajar lebih rendah dibandingkan remaja putri yang tidak mengalami anemia (Husna and Saputri, 2022). Hal ini dikarenakan anemia yang dapat menyebabkan penderitanya merasa lemas, mudah mengantuk, pusing, denyut jantung meningkat, pernafasan terganggu, hingga kehilangan kesadaran. Penanganan anemia dapat dilakukan melalui tindakan farmakologis (konsumsi TTD) dan non farmakologis (mengonsumsi makanan bergizi) (Maharani, 2020). Oleh karena itu, remaja putri perlu mendapatkan penyuluhan tentang menstruasi, anemia, dan pentingnya konsumsi TTD.

Hasil analisis data menyebutkan bahwa terdapat pengaruh pemberian edukasi melalui KAP dengan media *flipchart* dan video mengenai anemia pada remaja putri di SMPS Mitra Jember. Hasil tersebut memperkuat penelitian lain yang menyatakan bahwa pendidikan gizi menghasilkan peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap mengenai anemia serta peningkatan konsumsi makanan kaya zat besi (Sasmita, Mubashir and Vijaya, 2022). Penyuluhan serupa pada remaja putri juga dilakukan di SMK Bogor Muhiddin School dan SMK BK 06 Juwangi yang keduanya menyatakan adanya pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan remaja terkait urgensi TTD untuk mencegah anemia (Suparmi and Wahyuningsih, 2020; Munir, Sari and Hidayat, 2022). Pendidikan dan penyuluhan kesehatan dinilai sebagai metode yang hemat biaya dan secara berkelanjutan dapat menurunkan kasus anemia. Penelitian lain di Yordania menunjukkan bahwa intervensi pendidikan terstruktur secara efektif dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik mengenai

anemia di kalangan remaja perempuan (Abu-Baker, Eyadat and Khamaiseh, 2021).

Kegiatan penyuluhan Gema Gemia di SMPS Mitra dilaksanakan dengan metode KAP. Hal ini sejalan dengan penelitian *Reduction in Anemia Through Normative Innovations* di India yang menggunakan metode KAP dan berhasil meningkatkan komunikasi interpersonal di antara peserta. Implementasi metode KAP dalam mempromosikan perubahan perilaku merupakan strategi yang sesuai untuk meningkatkan kesadaran konsumsi TTD untuk mengurangi anemia (Ganjoo *et al.*, 2022). Metode KAP efektif dalam meningkatkan pengetahuan karena pendekatan komunikasi antar pribadi memungkinkan terjadinya pertukaran informasi secara dua arah, sehingga pesan yang disampaikan dapat disesuaikan dengan tingkat pemahaman dan kebutuhan individu. Proses ini menciptakan ruang diskusi, klarifikasi, serta penguatan pemahaman melalui interaksi langsung, yang tidak hanya meningkatkan retensi informasi tetapi juga mendorong keterlibatan aktif sasaran. Selain itu, komunikasi interpersonal memperkuat kepercayaan antara komunikator dan komunikan, yang menjadi faktor penting dalam penerimaan informasi dan pembentukan pengetahuan yang lebih mendalam (Rachmah *et al.*, 2023).

Program pengabdian serupa dengan melibatkan peran aktif *peer group* remaja melalui posyandu remaja menunjukkan adanya penurunan angka anemia pada remaja di desa Kedungan (Indarwati *et al.*, 2024). Kegiatan edukasi lain yang melibatkan kelompok remaja di Kota Banjarmasin juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah edukasi konsumsi tablet tambah darah (Sitompul *et al.*, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi dan pelatihan yang melibatkan peran remaja dapat dilakukan sebagai

upaya penurunan angka stunting melalui pencegahan anemia pada remaja.

Kegiatan Gema Gemia pada remaja putri SMPS Mitra Jember dilaksanakan dengan efisien sesuai dengan rencana awal dan dapat diterima baik oleh seluruh sasaran kegiatan. Penggunaan metode KAP yang menarik menjadikan peserta komunikatif dan interaktif selama kegiatan berlangsung. Penayangan video juga efektif mempermudah peserta untuk lebih memahami terkait pentingnya TTD bagi remaja putri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pendidikan kesehatan berupa penyuluhan tentang pentingnya konsumsi TTD saat menstruasi untuk mencegah anemia pada remaja putri penting dilakukan karena dapat berpengaruh terhadap prestasi siswa. Program Gema Gemia yang dilakukan di SMPS Mitra Jember berhasil meningkatkan pengetahuan peserta terkait TTD dan anemia. Program ini juga berhasil mengadvokasi pihak sekolah untuk menandatangani Surat Perjanjian Kesepakatan Gerakan Minum TTD untuk Mencegah Anemia. Tim pelaksana berharap agar hasil penyuluhan ini dapat bermanfaat mengatasi kejadian anemia pada remaja putri di SMPS Mitra. Langkah selanjutnya perlu dilakukan program penyuluhan serupa dengan cakupan lebih luas untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku remaja putri dalam konsumsi TTD sebagai pencegahan anemia.

REFERENSI

- Abu-Baker, N.N., Eyadat, A.M. and Khamaiseh, A.M. (2021) 'The impact of nutrition education on knowledge, attitude, and practice regarding iron deficiency anemia among female adolescent students in Jordan', *Heliyon*, 7(2), p. e06348. doi:10.1016/j.heliyon.2021.e06348.
- Budiarti, A., Anik, S. and Wirani, N.P.G. (2021) 'Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya', *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2).

- doi:10.36053/mesencephalon.v6i2.246.
- Ganjoo, R. *et al.* (2022) 'Improving iron folic acid consumption through interpersonal communication: Findings from the Reduction in Anemia through Normative Innovations (RANI) project', *Patient Education and Counseling*, 105(1), pp. 81–87. doi:10.1016/j.pec.2021.04.032.
- Huriah, T., Yuniarti, F.A. and Binti Abdul Hamid, S.H. (2023) 'Deteksi Anemia dan Edukasi Gizi untuk Mencegah Stunting pada Anak Usia Sekolah', *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3 SE-), pp. 372–379. Available at: <https://journal.ilinstitute.com/index.php/caradde/article/view/1749>.
- Husna, H. and Saputri, N. (2022) 'Penyuluhan Mengenai Tentang Tanda Bahaya Anemia Pada Remaja Putri', *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), pp. 7–12. doi:10.25008/altifani.v2i1.197.
- Indarwati, Tri Susilowati, & Annisa Andriani. (2024). Menginisiasi Posyandu Remaja Desa Kedungan Sebagai Upaya Menuju Remaja Sehat Dan Memperkuat Penanggulangan Stunting. *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(2), 145–151. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v8i2.1629>
- Kemkes RI (2018) 'Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018', *Kementerian Kesehatan RI*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) Pedoman Orientasi Komunikasi Antar Pribadi (KAP) Dalam Komunikasi Perubahan Perilaku Percepatan Pencegahan Stunting Di Indonesia. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) *Aksi Bergizi: Gerakan Sehat untuk Remaja Masa Kini*. Available at: <https://www.kemkes.go.id/id/aksi-bergizi--gerakan-sehat-untuk-remaja-masa-kini> (Accessed: 2 April 2024).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) *Mengenal Gejala Anemia pada Remaja*. Available at: <https://ayosehat.kemkes.go.id/mengenal-gejala-anemia-pada-remaja> (Accessed: 2 April 2024).
- Kementerian Kesehatan RI (2022) *Remaja Bebas Anemia: Konsentrasi Belajar Meningkatkan, Bebas Prestasi*. Available at: <https://ayosehat.kemkes.go.id/remaja-bebas-anemia-konsentrasi-belajar-meningkat-bebas-prestasi> (Accessed: 19 November 2023).
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2019) *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Available at: http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf.
- Maharani, S. (2020) 'Penyuluhan tentang Anemia pada Remaja', *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(1), p. 1. doi:10.36565/jak.v2i1.51.
- Munir, R., Sari, A. and Hidayat, D.F. (2022) 'Pendidikan Kesehatan: Pengetahuan Remaja Tentang Anemia', *Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 1(02), pp. 83–93. doi:10.34305/jppk.v1i02.432.
- Natekar, P. *et al.* (2022) 'A micro review of a nutritional public health challenge: Iron deficiency anemia in India', *Clinical Epidemiology and Global Health*, 14(February), p. 100992. doi:10.1016/j.cegh.2022.100992.
- Rachmah, Q., Rachmayanti, R. D., Rochmah, T. N., Devy, S. R., Andari, S., Ismayani, Handayani, W. D., Fermeza, R. D. P., & Ulya, R. A. N. A. (2023). The Efficacy of Interpersonal Communication Training for Health Workers in Behavior Change Related to Stunting. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 410416. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.410-416>
- Sasmita, A.P., Mubashir, A. and Vijaya, N. (2022) 'Impact of nutritional education on knowledge, attitude and practice regarding anemia among school children in Belgaum, India', *Global*

- Health Journal*, 6(2), pp. 91–94.
doi:10.1016/j.glohj.2022.04.001.
- Sitompul, D. R., Margaretha Martini, & Oktovin. (2025). Stunting Acceleration Program By Using Approach To Optimizing The Health Of Teenage Girls Who Is Free From Iron Deficiency Anemia In The City Of Banjarmasin. *Gemassika: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(1), 17–23.
<https://doi.org/10.30787/gemassika.v9i1.1338>
- Suparmi and Wahyuningsih, I.R. (2020) 'Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Pentingnya Minum Tablet Fe Saat Menstruasi di SMA BK 06 Juwangi', *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), p. 93.
doi:10.30787/gemassika.v4i1.465.
- Theresia Anita Pramesti *et al.* (2022) 'Giat Program "CERIA" (Cegah Anemia Remaja Indonesia) Sebagai Langkah Pemutusan Rantai Kejadian Stunting', *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(8.5.2017), pp. 4851–4858.
- World Health Organization (2021) *Anaemia in Women and Children*. Available at: https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children (Accessed: 19 November 2023).