



Edukasi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkung

¹Lia Arian Apriani, ²Baiq Fitria, ³Farida Susila Budiatin, ⁴Maesarah, ⁵Teti Martina, ⁶Reza Indra Wiguna

^{1,2,3,4,5} Program Studi S-1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Indonesia

⁶ Program Studi Keperawatan, Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Subang, Indonesia

arianlia020495@gmail.com

Article Info	Abstract
<p>Article History Received: 1th February 2026 Revised: 28th April 2026 Published: 3th May 2026</p> <p>Keywords: anemia; adolescents; iron-folic acid; education</p>	<p><i>Adolescent anemia remains a significant public health problem in Indonesia, primarily caused by inadequate iron intake, limited nutritional literacy, and low adherence to iron supplementation programs. Although both male and female adolescents are affected, females are at higher risk due to physiological factors. This community service program aimed to improve adolescents' knowledge, understanding, and initial attitudes toward Iron-Folic Acid (IFA) supplementation as a strategy for anemia prevention. The program was conducted at Salman Al-Farisi Islamic Boarding School in Central Lombok, involving both male and female adolescents. The intervention consisted of a single-session participatory education approach, including interactive lectures, group discussions, demonstrations of proper IFA consumption, and the use of educational media such as posters and leaflets. The results demonstrated a significant improvement in knowledge, with the proportion of participants with good knowledge increasing from 20% to 70%, and poor knowledge decreasing from 45% to 5%. Participants also showed more positive initial attitudes and greater openness toward IFA consumption. However, due to the one-time nature of the intervention, long-term adherence could not be evaluated. Therefore, the primary outcome of this program is an increased level of behavioral readiness, serving as a foundation for long-term behavior change. In conclusion, this educational intervention successfully strengthened adolescents' cognitive and affective foundations for anemia prevention. Continuous education and routine monitoring are recommended to promote sustained adherence to IFA supplementation programs.</i></p>

Informasi Artikel	Abstrak
<p>Sejarah Artikel Diterima: 1 Februari 2026 Direvisi: 28 April 2026 Dipublikasi: 3 Mei 2026</p> <p>Kata kunci anemia; remaja; zat besi; edukasi</p>	<p>Anemia pada remaja masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia, terutama disebabkan oleh rendahnya asupan zat besi, keterbatasan literasi gizi, serta rendahnya kepatuhan terhadap program suplementasi zat besi. Meskipun dialami oleh remaja putra dan putri, remaja putri memiliki risiko yang lebih tinggi akibat faktor fisiologis. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dasar, pemahaman, dan sikap awal remaja terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai upaya pencegahan anemia. Kegiatan dilaksanakan di Pondok Pesantren Salman Al-Farisi, Lombok Tengah, dengan melibatkan santri putra dan putri, serta memberikan penekanan pada remaja putri sebagai</p>

kelompok berisiko tinggi. Intervensi dilakukan dalam satu kali sesi edukasi partisipatif yang meliputi ceramah interaktif, diskusi kelompok, demonstrasi cara konsumsi TTD yang benar, serta pemanfaatan media edukasi sederhana berupa poster dan leaflet. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui kolaborasi dengan pengelola pesantren, guru pembina, dan tenaga kesehatan puskesmas untuk memperkuat dukungan lingkungan. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan remaja, ditandai dengan meningkatnya proporsi pengetahuan baik dari 20% menjadi 70%, serta penurunan pengetahuan kurang dari 45% menjadi 5%. Selain itu, peserta menunjukkan sikap yang lebih terbuka dan penerimaan awal yang positif terhadap konsumsi TTD. Namun, karena kegiatan dilakukan dalam satu kali pertemuan, perubahan kepatuhan perilaku belum dapat dievaluasi secara berkelanjutan. Oleh karena itu, luaran kegiatan ini lebih merefleksikan kesiapan perilaku sebagai fondasi awal perubahan perilaku jangka panjang. Secara keseluruhan, kegiatan edukasi ini berhasil memperkuat dasar kognitif dan afektif remaja dalam pencegahan anemia. Edukasi berkelanjutan, pemantauan rutin, dan penguatan kerja sama lintas sektor direkomendasikan untuk mendorong kepatuhan konsumsi TTD secara berkelanjutan.

PENDAHULUAN

Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di tingkat global dan nasional, terutama pada kelompok remaja. *World Health Organization (WHO)* melaporkan bahwa pada periode 2019–2023 sekitar 29,9% wanita usia reproduktif di dunia mengalami anemia, dan prevalensi yang tinggi juga ditemukan pada kelompok remaja di berbagai negara berkembang (WHO, 2025). Di negara berpendapatan rendah dan menengah, prevalensi anemia pada remaja diperkirakan berkisar antara 27–40%, mencerminkan tingginya beban masalah gizi pada kelompok usia transisi ini (Lee et al., 2025; Stevens et al., 2022).

Di Indonesia, anemia pada remaja masih menjadi tantangan kesehatan yang serius. Data nasional menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada kelompok usia 15–24 tahun masih berada di atas 30%, dengan angka yang lebih tinggi pada remaja putri dibandingkan remaja putra (Kemenkes, 2023; Risma et al., 2025). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga berkontribusi terhadap penurunan konsentrasi belajar, prestasi akademik, serta produktivitas remaja secara umum (Anjaya et al., 2024; Yanniarti et al., 2025).

Meskipun remaja putri memiliki risiko anemia yang lebih tinggi akibat kebutuhan zat besi yang meningkat selama masa pertumbuhan dan kehilangan darah saat menstruasi, remaja putra juga merupakan kelompok yang perlu mendapat perhatian. Anemia pada remaja putra dapat berdampak pada kebugaran, daya tahan tubuh, dan produktivitas, serta berpotensi memengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa depan. Selain itu, dalam konteks sosial, keterlibatan remaja putra penting sebagai *support system* dalam membangun norma perilaku sehat di lingkungan sebaya, termasuk dalam mendukung kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri. Oleh karena itu, intervensi pencegahan anemia perlu menjangkau remaja secara menyeluruh, baik putra maupun putri (Murdani et al., 2024; Prastiwi et al., 2024).

Salah satu strategi yang direkomendasikan secara global dalam pencegahan anemia pada remaja adalah suplementasi zat besi melalui Tablet Tambah Darah (TTD). WHO merekomendasikan pemberian TTD secara rutin sebagai intervensi efektif untuk menurunkan prevalensi anemia dan meningkatkan status gizi remaja (WHO, 2021). Di Indonesia, program suplementasi TTD telah diimplementasikan secara nasional, namun tingkat kepatuhan konsumsi masih tergolong rendah sehingga efektivitas program belum optimal (Kemenkes RI, 2022, 2023). Rendahnya kepatuhan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan tentang manfaat TTD, kekhawatiran terhadap efek samping, persepsi negatif, serta minimnya dukungan dari lingkungan sosial (Anjaya et al., 2024; Yanniarti et al., 2025). Studi menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang bersifat partisipatif dan kontekstual dapat

meningkatkan pemahaman serta mendorong perubahan sikap dan perilaku kesehatan pada remaja (Sari et al., 2025; UNICEF, 2025)

Pondok Pesantren Salman Al-Farisi di wilayah kerja Puskesmas Mangkung dipilih sebagai lokasi kegiatan berdasarkan hasil koordinasi awal dengan pihak puskesmas dan pengurus pesantren yang menunjukkan masih rendahnya pengetahuan remaja terkait anemia serta belum optimalnya pelaksanaan program konsumsi TTD secara rutin di lingkungan pesantren. Selain itu, karakteristik pesantren sebagai lingkungan pendidikan berbasis komunitas dengan interaksi sosial yang kuat menjadikannya sebagai *setting* strategis untuk implementasi intervensi edukasi kesehatan yang terintegrasi dan berkelanjutan.

Berdasarkan permasalahan tersebut, tim pengabdian menyusun program edukasi kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta mendorong kesiapan perilaku remaja dalam mengonsumsi TTD secara teratur melalui pendekatan edukasi interaktif, diskusi partisipatif, demonstrasi praktik, serta penguatan dukungan lingkungan di tingkat pesantren

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Salman Al-Farisi, Desa Kateng, Kecamatan Praya Barat, Kabupaten Lombok Tengah, Provinsi Nusa Tenggara Barat, dengan dukungan dan koordinasi dari Puskesmas Mangkung. Program dilaksanakan pada tanggal 29 November 2025 sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif pencegahan anemia pada remaja melalui peningkatan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Desain kegiatan menggunakan pendekatan *pre-eksperimental* dengan *one-group pre-test post-test design* untuk mengukur perubahan pengetahuan remaja sebelum dan sesudah intervensi edukasi. Selain itu, digunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk mengeksplorasi perubahan pemahaman dan sikap awal remaja selama kegiatan berlangsung. Sasaran kegiatan adalah remaja usia sekolah yang terdiri dari santri putra dan putri di lingkungan Pondok Pesantren Salman Al-Farisi. Pemilihan peserta dilakukan secara *purposive* dengan mempertimbangkan keterlibatan aktif dalam kegiatan pesantren serta kesediaan mengikuti seluruh rangkaian edukasi.

Pelaksanaan kegiatan terdiri dari beberapa tahapan, yaitu: (1) tahap persiapan melalui koordinasi dengan pengurus pesantren, guru pembina, dan tenaga kesehatan Puskesmas Mangkung; (2) tahap pelaksanaan edukasi kesehatan yang dilakukan secara interaktif melalui ceramah, diskusi kelompok, dan tanya jawab; (3) tahap demonstrasi praktik konsumsi TTD yang benar, termasuk waktu konsumsi dan cara meminimalkan efek samping; serta (4) tahap evaluasi dan refleksi melalui pengisian kuesioner, diskusi, dan umpan balik peserta.

Instrumen pengukuran pengetahuan menggunakan kuesioner sederhana yang disusun oleh tim pengabdian berdasarkan materi edukasi anemia dan konsumsi TTD, yang terdiri dari beberapa pertanyaan pilihan ganda terkait pengertian anemia, penyebab, dampak, serta cara pencegahan dan aturan konsumsi TTD. Pengukuran dilakukan melalui *pre-test* sebelum edukasi dan *post-test* segera setelah intervensi. Hasil pengukuran kemudian dikategorikan menjadi tingkat pengetahuan baik, cukup, dan kurang berdasarkan skor yang diperoleh. Data kuantitatif dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan proporsi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Sementara itu, data kualitatif dianalisis secara naratif berdasarkan hasil observasi partisipatif selama kegiatan berlangsung, termasuk keterlibatan peserta, respons terhadap materi, serta perubahan sikap awal terhadap konsumsi TTD.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

a. Gambaran Umum Pelaksanaan Kegiatan

Program pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) telah dilaksanakan di Pondok Pesantren Salman Al-Farisi dengan melibatkan remaja putra dan putri sebagai peserta utama. Kegiatan berlangsung dalam satu kali pertemuan tatap muka yang dirancang interaktif dan partisipatif, dengan dukungan pengurus pesantren dan tenaga kesehatan dari Puskesmas Mangkung. Seluruh rangkaian kegiatan berfokus pada peningkatan pemahaman dasar dengan membagikan media edukasi berupa *leaflet*, pembentukan sikap positif remaja, serta demonstrasi konsumsi TTD yang benar sebagai langkah awal pencegahan anemia pada remaja. Secara umum, kegiatan berjalan kondusif dan peserta maupun mitra menunjukkan antusiasme yang tinggi selama proses edukasi.

b. Rangkaian Kegiatan Edukasi Konsumsi TTD

Berikut ini merupakan rangkaian kegiatan edukasi konsumsi TTD pada remaja di Pondok Pesantren Salman Al-Farisi:



Gambar 1. Apersepsi dan Edukasi TTD dengan peserta

Tahap ini merupakan proses penyampaian informasi awal kepada remaja dan pihak pesantren mengenai tujuan, manfaat, serta rangkaian kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan. Kegiatan ini dilakukan melalui penyuluhan dan diskusi interaktif untuk memperkenalkan isu anemia, pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), serta peran masing-masing pihak dalam mendukung program.



Gambar 2. Pemeriksaan Hb Remaja

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pemeriksaan awal untuk mengetahui kondisi kesehatan remaja, khususnya terkait riwayat anemia dan kebiasaan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Pemeriksaan awal ini dilakukan melalui pengisian data sederhana dan wawancara singkat guna memperoleh gambaran kondisi awal peserta sebelum intervensi diberikan.



Gambar 3. Pemberian TTD pada Remaja

Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan pemberian TTD disertai penjelasan mengenai aturan minum yang benar, waktu konsumsi yang dianjurkan, serta cara mengurangi efek samping yang mungkin muncul. Proses ini dilakukan secara terarah dan didampingi oleh tim pelaksana serta guru pembina, sehingga peserta memahami tujuan pemberian TTD dan termotivasi untuk mengonsumsinya secara rutin sebagai bagian dari upaya pencegahan anemia.



Gambar 4. Dokumentasi Kegiatan Edukasi TTD

Dokumentasi foto bersama mencerminkan kebersamaan, kerja sama, dan dukungan seluruh pihak terhadap pelaksanaan program edukasi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Selain menjadi bukti terlaksananya kegiatan, dokumentasi ini juga merepresentasikan komitmen bersama untuk melanjutkan upaya pencegahan anemia dan penerapan perilaku hidup sehat di lingkungan pesantren.

PEMBAHASAN

Sebelum pelaksanaan kegiatan, sebagian besar remaja belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai pentingnya menjaga kadar hemoglobin, manfaat Tablet Tambah Darah (TTD) bagi kesehatan reproduksi, serta dampak anemia terhadap aktivitas sehari-hari. Kondisi ini tercermin dari berbagai keluhan fisik seperti mudah lelah, menurunnya konsentrasi belajar, serta rendahnya motivasi mengikuti kegiatan akademik dan keagamaan. Fenomena tersebut sejalan dengan laporan *World Health Organization* (WHO) yang menyatakan bahwa anemia pada remaja sering kali bersifat subklinis dan tidak disadari, namun berdampak signifikan terhadap kapasitas kognitif, kebugaran, dan produktivitas individu (WHO, 2016). Selain itu, rendahnya kebiasaan konsumsi suplemen zat besi juga dipengaruhi oleh minimnya pengetahuan serta kurangnya dorongan dari lingkungan sosial terdekat, sebagaimana dijelaskan dalam *Social Ecological Model* yang menekankan peran lingkungan dalam pembentukan perilaku Kesehatan.

Dukungan lingkungan pesantren, khususnya dari guru pembina dan pengurus, berperan sebagai norma subjektif yang memperkuat penerimaan remaja terhadap konsumsi TTD. Dalam kerangka *Theory of Planned Behavior*, norma subjektif merupakan determinan penting yang memengaruhi niat dan perilaku individu Ajzen, (2020). Ketika konsumsi TTD dipersepsikan sebagai perilaku yang didukung dan diharapkan oleh lingkungan sosial yang bermakna, remaja cenderung memiliki sikap yang lebih positif dan kesiapan yang lebih tinggi untuk mematuhi anjuran kesehatan. Temuan ini konsisten dengan penelitian (Yanyan Mulyani et al., 2023) serta didukung oleh studi internasional yang menunjukkan bahwa dukungan sosial secara signifikan meningkatkan kepatuhan suplementasi zat besi pada remaja Nguyen et al., (2025).

a. Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang Konsumsi TTD

Hasil pengukuran pengetahuan melalui pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan setelah pelaksanaan intervensi edukasi. Dari total peserta sebanyak 35 orang yang terdiri dari 14 orang remaja laki-laki dan 21 orang remaja perempuan. Proporsi remaja dengan tingkat pengetahuan baik meningkat dari 7 orang (20%) sebelum intervensi menjadi 25 orang (70%) setelah intervensi. Sebaliknya, proporsi remaja dengan tingkat pengetahuan kurang menurun dari 16 orang (45%) menjadi 2 orang (5%). Peningkatan ini mendeskripsikan adanya perubahan yang bermakna dan mengindikasikan bahwa kegiatan edukasi yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja terkait anemia, dampaknya terhadap kesehatan, serta pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai upaya pencegahan. Pendekatan edukasi yang menggabungkan diskusi interaktif, demonstrasi, serta pengaitan materi dengan pengalaman sehari-hari santri terbukti mampu meningkatkan pemahaman peserta. Hal ini sejalan dengan prinsip *health education* yang menekankan pentingnya kesesuaian materi dengan konteks sosial dan budaya sasaran (Sudayasa et al., 2025).

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh melalui kegiatan ini menjadi pondasi penting bagi perubahan sikap dan perilaku kesehatan remaja. Dengan pemahaman yang lebih baik mengenai anemia dan pentingnya konsumsi TTD, remaja memiliki dasar kognitif yang kuat untuk membentuk sikap positif dan meningkatkan kepatuhan terhadap perilaku pencegahan anemia. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tujuan kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia dan konsumsi TTD telah tercapai secara optimal dan memberikan kontribusi penting terhadap keberhasilan program secara keseluruhan.

b. Peningkatan Pemahaman Remaja Mengenai Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa selain peningkatan pengetahuan secara kuantitatif, terdapat pula perubahan pada aspek pemahaman remaja mengenai anemia dan pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan, remaja mulai menunjukkan pemahaman yang lebih baik terkait peran zat besi dalam pembentukan hemoglobin, fungsi hemoglobin dalam mengangkut oksigen, serta dampak anemia terhadap kondisi fisik seperti mudah lelah, menurunnya konsentrasi belajar, dan penurunan produktivitas.

Peningkatan pemahaman ini terlihat dari kemampuan peserta dalam menjelaskan kembali materi yang telah disampaikan serta mengaitkannya dengan pengalaman sehari-hari. Pendekatan edukasi yang kontekstual, dengan menghubungkan materi pada kondisi yang sering dialami remaja, membantu peserta memahami bahwa konsumsi TTD memiliki manfaat langsung terhadap aktivitas dan kualitas hidup mereka.

Selain itu, metode penyampaian yang interaktif dan partisipatif, seperti diskusi kelompok, tanya jawab, serta demonstrasi sederhana, turut mendukung peningkatan pemahaman. Remaja menjadi lebih aktif dalam mengajukan pertanyaan dan

mengklarifikasi informasi yang sebelumnya belum dipahami dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang melibatkan partisipasi aktif sasaran efektif dalam meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap pesan kesehatan (Silitonga et al., 2023). Peningkatan pemahaman ini merupakan temuan yang bersifat kualitatif berdasarkan observasi selama kegiatan berlangsung dan perlu diinterpretasikan sebagai indikasi awal peningkatan pemahaman yang masih memerlukan penguatan melalui edukasi berkelanjutan.

c. Perubahan Sikap ke Arah yang Lebih Positif

Selain peningkatan pengetahuan dan pemahaman, kegiatan ini juga menunjukkan adanya indikasi perubahan sikap awal remaja terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Berdasarkan hasil observasi selama sesi edukasi, diskusi, dan tanya jawab, peserta menunjukkan ketertarikan yang lebih besar terhadap topik kesehatan remaja, khususnya terkait pencegahan anemia. Remaja mulai mengungkapkan pandangan yang lebih terbuka mengenai manfaat TTD, meskipun sebelumnya sebagian masih memiliki persepsi negatif, seperti kekhawatiran terhadap efek samping atau anggapan bahwa TTD hanya diperuntukkan bagi remaja putri. Kegiatan edukasi juga memberikan pemahaman praktis mengenai cara konsumsi TTD yang benar, termasuk waktu konsumsi yang dianjurkan dan cara meminimalkan keluhan ringan. Demonstrasi dan penjelasan kontekstual membantu remaja memandang konsumsi TTD tidak hanya sebagai kewajiban, tetapi sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan diri.

Perubahan sikap ini tercermin dari meningkatnya partisipasi aktif dalam diskusi, keberanian dalam mengajukan pertanyaan, serta kesediaan untuk mendiskusikan kebiasaan makan dan konsumsi TTD. Temuan ini menunjukkan terbentuknya sikap yang lebih reseptif terhadap pesan kesehatan. Namun demikian, perlu ditegaskan bahwa perubahan sikap ini merupakan temuan kualitatif yang diperoleh melalui observasi selama kegiatan berlangsung dan belum diukur menggunakan instrumen skala sikap yang baku. Perubahan perilaku kesehatan, termasuk kepatuhan terhadap suplementasi zat besi, memerlukan proses yang berkelanjutan melalui edukasi berulang, sistem pengingat, serta dukungan lingkungan dalam jangka menengah hingga panjang. Oleh karena itu, hasil kegiatan ini tidak dimaknai sebagai perubahan perilaku yang permanen, melainkan sebagai tahap awal dalam proses pembentukan perilaku sehat pada remaja (Silitonga et al., 2023; Wahyuni et al., 2025).

Dalam perspektif teori perilaku, sikap positif terhadap suatu perilaku merupakan determinan awal yang dapat memengaruhi niat individu untuk berperilaku sehat (Ajzen, 2020). Oleh karena itu, perubahan sikap yang muncul dalam kegiatan ini dapat dipandang sebagai tahap awal dalam proses perubahan perilaku. Namun demikian, peningkatan kepatuhan konsumsi TTD belum dapat dinilai secara objektif karena keterbatasan durasi intervensi yang hanya dilakukan dalam satu kali pertemuan. Dengan demikian, luaran kegiatan ini lebih tepat diposisikan sebagai peningkatan kesiapan perilaku (*behavioral readiness*), yaitu kondisi awal di mana remaja telah memiliki kecenderungan sikap yang mendukung untuk mulai mempertimbangkan konsumsi TTD secara teratur apabila didukung oleh lingkungan yang kondusif.

d. Peran Mitra Kegiatan

Salah satu luaran penting dari kegiatan ini adalah terbangunnya komitmen awal dari pengurus pesantren dan guru pendamping dalam mendukung upaya pencegahan anemia pada remaja. Keterlibatan aktif mitra selama kegiatan, mulai dari tahap persiapan hingga pelaksanaan, berkontribusi dalam menciptakan lingkungan yang lebih kondusif untuk memperkuat penyampaian pesan kesehatan kepada peserta. Dalam pelaksanaan kegiatan, tenaga kesehatan dari Puskesmas Mangkung juga berperan dalam mendukung edukasi serta memberikan penguatan materi terkait konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Kolaborasi

ini memberikan manfaat berupa terbentuknya mekanisme edukasi yang dapat dilanjutkan secara sederhana di lingkungan pesantren, dengan dukungan pengurus sebagai pendamping harian bagi remaja.

Selain itu, program ini menghasilkan luaran berupa media edukasi, seperti *leaflet* mengenai anemia dan konsumsi TTD, yang telah diserahkan secara resmi kepada pihak pesantren. Kegiatan ini juga memperkuat kerja sama antara pesantren, puskesmas, dan tim pelaksana pengabdian. Sinergi antar pihak tersebut menjadi dasar penting bagi keberlanjutan program edukasi kesehatan remaja di lingkungan pesantren. Dengan adanya dukungan institusional dan kemitraan yang baik, kegiatan serupa berpotensi untuk dilanjutkan dan dikembangkan secara berkelanjutan.

Namun demikian, dalam konteks kegiatan ini, dampak yang dihasilkan masih terbatas pada peningkatan pengetahuan, pemahaman, serta indikasi perubahan sikap awal remaja. Perubahan perilaku kesehatan secara nyata, termasuk kepatuhan konsumsi TTD, belum dapat dievaluasi secara objektif. Oleh karena itu, peran mitra dalam memberikan dukungan berkelanjutan menjadi faktor penting dalam mendorong terbentuknya perilaku kesehatan yang lebih konsisten di masa mendatang.

e. Implikasi dan Keterbatasan Kegiatan

Secara keseluruhan, program edukasi TTD ini berhasil mencapai peningkatan pemahaman, pembentukan sikap awal yang lebih positif, peningkatan kesiapan perilaku, serta penguatan dukungan lingkungan. Namun, keterbatasan utama kegiatan ini adalah pelaksanaan yang hanya dilakukan dalam satu kali pertemuan, sehingga tidak memungkinkan evaluasi perubahan perilaku atau kepatuhan konsumsi TTD secara berkelanjutan. Oleh karena itu, hasil kegiatan ini merupakan fondasi awal yang memerlukan tindak lanjut melalui edukasi berulang, pemantauan rutin, dan pendampingan berkelanjutan oleh pihak pesantren dan puskesmas. Pendekatan bertahap ini sejalan dengan prinsip intervensi promotif-preventif pada remaja yang menekankan proses jangka panjang dalam membentuk perilaku kesehatan.

KESIMPULAN

Program pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di Pondok Pesantren Salman Al-Farisi menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja mengenai anemia dan upaya pencegahannya. Selain itu, kegiatan ini juga memunculkan indikasi perubahan sikap awal yang lebih terbuka dan reseptif terhadap konsumsi TTD. Pendekatan edukasi yang interaktif dan kontekstual terbukti efektif dalam memperkuat dasar kognitif dan afektif remaja sebagai langkah awal pencegahan anemia.

Namun demikian, hasil kegiatan ini masih terbatas pada peningkatan pengetahuan, pemahaman, dan sikap awal, serta belum dapat menggambarkan perubahan perilaku konsumsi TTD secara berkelanjutan. Hal ini disebabkan oleh pelaksanaan intervensi yang hanya dilakukan dalam satu kali pertemuan, sehingga luaran program lebih tepat diposisikan sebagai peningkatan kesiapan perilaku (*behavioral readiness*) dibandingkan perubahan perilaku jangka panjang.

Oleh karena itu, diperlukan tindak lanjut berupa edukasi berulang, integrasi materi anemia dan konsumsi TTD dalam kegiatan rutin pesantren, serta penguatan kolaborasi antara pesantren, puskesmas, dan institusi pendidikan. Pendampingan dan pemantauan sederhana secara berkala juga penting dilakukan untuk mendukung terbentuknya kepatuhan konsumsi TTD secara berkelanjutan. Dengan pendekatan yang berkesinambungan, program ini berpotensi untuk direplikasi sebagai model edukasi kesehatan remaja berbasis komunitas

PENGHARGAAN

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam terlaksananya Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini, khususnya kepada Puskesmas Mangkung atas dukungan dan pendampingan yang diberikan selama kegiatan berlangsung, serta kepada pimpinan, pengurus, guru, dan seluruh civitas Pondok Pesantren Salman Al-Farisi yang telah memberikan izin, fasilitas, dan kerja sama sehingga program dapat berjalan dengan lancar. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Universitas Qamarul Huda Baddarudin Bagu atas dukungan dan fasilitasi pelaksanaan kegiatan, serta kepada seluruh remaja putri sebagai peserta yang telah berpartisipasi aktif dan antusias. Semoga segala bantuan dan kerja sama yang telah diberikan mendapat balasan yang setimpal, dan program ini dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi peningkatan kesehatan remaja dan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen, I. (2020). The theory of planned behavior: Frequently asked questions. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2(4), 314–324. <https://doi.org/10.1002/HBE2.195>
- Anjaya, A. M., Alyani, A. D., Nugrahani, N., Athalia, R., Herbawani, F., & Kharin, C. (2024). Efektivitas Metode Pendidikan Kesehatan terhadap Kesadaran dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Miracle Journal of Public Health (MJPH)*, 7(2), 75–85. <https://doi.org/10.36566/mjph/Vol7.Iss2/371>
- Kemendes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka. In *Kota Kediri Dalam Angka*.
- Kemendes RI. (2022). *Dialog Aksi Bergizi*. https://www.youtube.com/watch?v=pQXv_JfToZ8&t=4211s
- Kemendes RI. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. <https://promkes.kemkes.go.id/materi-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2022>
- Lee, S., Son, Y., Hwang, J., Kim, M. S., GBD Dietary Iron Deficiency Collaborators, Shin, J. Il, Yon, D. K., & Kassebaum, & N. J. (2025). Global, regional and national burden of dietary iron deficiency from 1990 to 2021: a Global Burden of Disease study. *Nature Medicine*. <https://doi.org/10.1038/s41591-025-03624-8>
- Murdani, N. P. D., Saraswati, N. L. G. I., & Sudarsana, I. D. A. K. (2024). HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA SISWI SMA NEGERI 1 BANGLI. *MANUJU: MALAHAYATI NURSING JOURNAL*, 6(6), 2181–2187.
- Prastiwi, I., Suriya, M., S, N. L. P., Zuriati, Z., Yusup, A. B., Furqon, M., Putri, K. A., & Kamila, S. H. (2024). PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT EDUKASI ANEMIA PADA REMAJA DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 7(8), 3595–3606.
- Risma, R., Hadju, V., Zulkifli, A., Hidayanti, H., Russeng, S. S., Indarty, A., Monoarfa, Y., & Syakir, M. (2025). Determinants of anemia among adolescents girls in district Banggai, Indonesia. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 14(2), 1008. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v14i2.23992>
- Sari, D. N., Hilmanto, D., Sunjaya, D. K., & Sari, P. (2025). Community-based interventions to improve adolescent nutrition: a scoping review. *BMC Public Health*, 25(1), 4394. <https://doi.org/10.1186/S12889-025-25617-5>

- Silitonga, H. T. H., Salim, L. A., Nurmalia, I., & Wartiningsih, M. (2023). Compliance of Iron Supplementation and Determinants among Adolescent Girls: A Systematic Review. *Iranian Journal of Public Health*, 52(1), 37–48. <https://doi.org/10.18502/ijph.v52i1.11664>
- Stevens, G. A., Paciorek, C. J., Flores-Urrutia, M. C., Borghi, E., Namaste, S., Wirth, J. P., Suchdev, P. S., Ezzati, M., Rohner, F., Flaxman, S. R., & Rogers, L. M. (2022). National, regional, and global estimates of anaemia by severity in women and children for 2000–19: a pooled analysis of population-representative data. *The Lancet Global Health*, 10(5), e627–e639. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(22\)00084-5](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(22)00084-5)
- Sudayasa, I. P., Yuniar, N., Andani, M. R. R., Maulana, R. H. D., Asriati, Shoufiah, R., Fransiska, E. T. M., Mahirawatie, I. C., Anggraeni, W. T. Y. S., & Saing, F. M. (2025). *Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku* (Vol. 2). Eureka Media Aksara. <https://repository.penerbiteurka.com/media/publications/593537-pendidikan-kesehatan-dan-ilmu-perilaku-5db72696.pdf>
- UNICEF. (2025). *School-aged children and adolescents*. UNICEF DATA. <https://data.unicef.org/topic/nutrition/school-children-adolescents/>
- Wahyuni, A., ZA, R. N., Dhirah, U. H., Rezeki, S., Azkia, N., & Putri, R. A. (2025). PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE PADA REMAJA PUTRI SMAN 1 KRUENG BARONA JAYA. *Journal of Healthcare Technology and Medicine Vol.*, 11(1), 666–672.
- WHO. (2016). *Guideline: Daily iron supplementation in adult women and adolescent girls*.
- WHO. (2025). *WHO global anaemia estimates Key findings, 2025*. Department of Nutrition and Food Safety World Health Organization.
- Yanniarti, S., Yorita, E., Burhan, R., Ichwan, E. Y., & Wahyuni, T. S. (2025). Education program for adolescent girl anemia to improve adherence to iron supplementation in remote areas. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 07(10), 1286–1293.