



### Pemberdayaan Kesehatan Santri Tentang Pemberian Tablet Fe Dan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Dengan Media Animasi

Shanty Natalia<sup>1\*</sup>, Yusri Dwi Lestari<sup>2</sup>, Siti Marhamah<sup>3</sup>, Marniati Dumedri Talu Ate<sup>4</sup>, Stefania Ambu Kaka<sup>5</sup>, Uswara Sri Andika Putri<sup>6</sup>, Uwera Kobak<sup>7</sup>, Angelina Elsy Diaz<sup>8</sup>, Yuliana Dawapa<sup>9</sup>, Rita puji Asmara<sup>10</sup>

<sup>1\*-10</sup>Department of Nursing and Midwifery, Strada Indonesia University, Indonesia

Correspondence author: Shanty Natalia

Email: [shantynatalia@strada.ac.id](mailto:shantynatalia@strada.ac.id)

Address : Jl. Manila No. 37 PLN Sumberece, Desa/kelurahan Tosaren, Kec. Pesantren, Kota Kediri

Submitted: 29 Mei 2025, Revised: 2 Juni 2025, Accepted: 11 Juni 2025, Published: 20 Juni 2025

DOI: [doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i3.517](https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i3.517)



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

#### Abstract

**Introduction:** Anemia in adolescent girls often occurs due to iron deficiency, which can affect health and daily activities, including academic performance. Therefore, education on the importance of balanced nutrition and iron tablet consumption is carried out through interactive, engaging, and easily understandable animation media. **Objective:** This community service activity aims to empower female islamic boarding school students at Nurul Jadid Junior High School, Paiton District, Probolinggo Regency, in preventing anemia through the administration of iron tablets and the application of balanced nutrition. **Method:** The activity began with a counseling session about the symptoms of anemia, its impact on the body, and how to prevent it through a healthy diet and the consumption of iron tablets. The counseling was delivered using animation media, followed by a discussion session to deepen participants' understanding and hemoglobin level testing. In addition, the female islamic boarding school students were provided with iron tablets periodically as a direct form of support for preventing anemia. **Result:** The results of this activity showed an increase in the female islamic boarding school students understanding of the importance of balanced nutrition and iron tablet consumption. Participants gained a better understanding of how to avoid anemia and how to maintain good health with the right diet. The use of animation media proved to be effective in delivering information in a fun and easily comprehensible way for adolescent girls. **Conclusion:** This activity have a positive impact on the health of the female islamic boarding school students and serve as a model for other community service initiatives in efforts to prevent anemia in adolescents.

**Keywords:** anemia, students, iron tablets, nutrition, animation

## Latar Belakang

Anemia adalah kondisi di mana kadar hemoglobin dalam sel darah merah (eritrosit) berada di bawah batas normal, serta jumlah dan konsentrasi sel darah merah juga rendah. Hemoglobin berfungsi untuk mengikat oksigen, dan ketika eritrosit kekurangan hemoglobin, kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh akan menurun. Anemia dapat menyebabkan kelelahan, serta mempengaruhi kreativitas dan produktivitas. Selain itu, anemia dapat meningkatkan kerentanan terhadap penyakit pada usia dewasa dan menyebabkan masalah gizi pada generasi berikutnya (Khobibah et al., 2021). Anemia umumnya diukur berdasarkan jumlah hemoglobin dalam darah, namun terdapat berbagai klasifikasi anemia. Beberapa jenis anemia yang dikategorikan antara lain Anemia Makrositik-Normokrom, anemia pernisiiosa, anemia aplastik, anemia defisiensi asam folat, dan salah satu yang paling sering terjadi adalah anemia defisiensi besi, yang banyak dialami oleh remaja, wanita dewasa, dan wanita hamil (Putri & Fauzia, 2022).

Anemia defisiensi besi adalah jenis anemia yang paling umum di dunia. Pada pemeriksaan darah perifer, sel darah merah terlihat lebih kecil (mikrositik) dan memiliki kadar hemoglobin rendah (hipokromik). Penderita sering mengeluhkan gejala non-spesifik seperti kelelahan dan sesak napas saat beraktivitas. Anemia defisiensi besi terjadi akibat kekurangan zat besi dalam tubuh, yang bisa disebabkan oleh beberapa faktor seperti kekurangan asupan zat besi, gangguan penyerapan zat besi di saluran pencernaan, atau kehilangan darah. Anemia jenis ini sering ditemukan pada kondisi yang membutuhkan zat besi lebih tinggi, seperti pada masa kehamilan, gangguan penyerapan zat besi pada penyakit celiac, pemberian susu sapi pada bayi, serta pola makan yang kurang mengandung zat besi, seperti pada remaja yang tidak mengonsumsi cukup sayuran, daging merah, dan susu (Akib & Sumarmi, 2017). Di Indonesia, prevalensi anemia cukup tinggi, dengan 32% remaja mengalami anemia. Artinya, dari 10 remaja, 3 hingga 4 di antaranya menderita anemia, yang dipengaruhi oleh kondisi gizi yang buruk dan kurangnya aktivitas fisik (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Masa remaja adalah periode perubahan kognitif dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Pada tahap ini, individu mengalami berbagai perubahan fisik dan psikologis yang signifikan. Perubahan fisik adalah yang paling terlihat, di mana remaja mulai menganggap diri mereka sebagai orang dewasa. Selama periode ini, mereka mulai menjauh secara emosional dari orang tua, dan secara emosional berusaha menyesuaikan diri dengan mencari identitas diri. Dalam fase ini, remaja merasa lebih mandiri dalam membuat keputusan, tanpa campur tangan orang tua. Teman, guru, dan idola menjadi panutan mereka dalam berbagai aspek, termasuk dalam memilih makanan (Harahap, 2018).

Pola makan sehat adalah kegiatan mengatur jenis dan jumlah makanan untuk mencapai tujuan tertentu, seperti menjaga kesehatan, menjaga status gizi, mencegah penyakit, dan mendukung penyembuhan penyakit. Diet terhubung dengan proses biologis yang melibatkan asupan nutrisi, pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan ekskresi zat yang tidak dibutuhkan tubuh (Muhayari & Ratnawati, 2015). Nutrisi yang baik sangat penting untuk melindungi tubuh dari penyakit dan menjaga kesehatan. Sebaliknya, pola makan yang buruk atau tidak seimbang, seperti kelebihan atau kekurangan gizi, dapat menyebabkan berbagai penyakit, termasuk hiperkolesterolemia, kanker, osteoporosis, dan penyakit kardiovaskular. Anemia adalah salah satu kondisi yang paling sering terjadi akibat pola makan yang tidak sehat, terutama pada remaja (Astuti, 2023). Remaja adalah kelompok yang rentan mengalami anemia karena meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan perkembangan. Oleh

karena itu, penting untuk memahami hubungan antara pola makan yang seimbang dan suplementasi tablet Fe dalam pencegahan anemia (Fahira Lubis et al., 2023). Pengetahuan ini dapat membantu mengembangkan strategi intervensi dan kebijakan yang efektif untuk pencegahan dan pengelolaan anemia pada remaja.

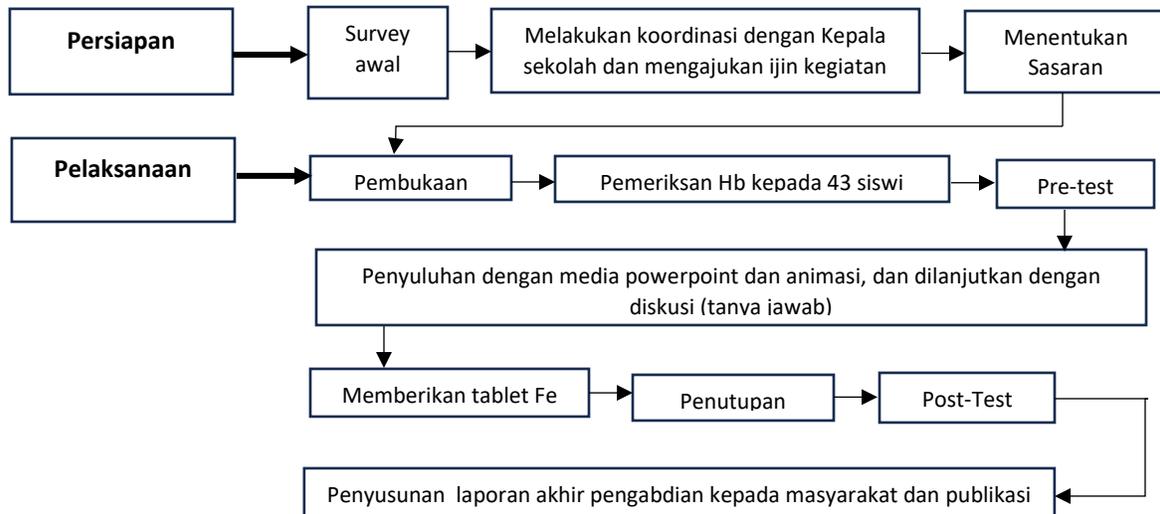
### **Tujuan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di SMP Nurul Jadid bertujuan meningkatkan Pengetahuan Santri Putri tentang Anemia, penyebab, dan dampak dari kekurangan zat besi terhadap kesehatan, serta pentingnya menjaga keseimbangan gizi untuk mencegah anemia. Melalui kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan santri putri dalam mengikuti program pencegahan anemia melalui pemberian tablet Fe dan konsumsi makanan bergizi, serta memastikan mereka dapat menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari dan memberikan dampak positif yang nyata dalam pencegahan anemia pada santri putri, khususnya di SMP Nurul Jadid, dan meningkatkan kesadaran tentang pentingnya kesehatan gizi yang seimbang dalam kehidupan sehari-hari.

### **Metode**

Kegiatan ini dilaksanakan pada 19 Februari 2025, bertempat di SMP Nurul Jadid yang terletak di Kecamatan Paiton, Kabupaten Probolinggo, Provinsi Jawa Timur. Jumlah peserta yang terlibat dalam kegiatan ini adalah sekitar 43 santri putri. Kriteria partisipan adalah remaja putri yang berusia sekitar 12 hingga 15 tahun, yang merupakan kelompok yang rentan terhadap anemia, serta memiliki potensi untuk mempraktikkan pola makan sehat dan mengonsumsi tablet Fe secara teratur. Kuesioner ini dirancang untuk mengukur pengetahuan peserta mengenai penyebab dan gejala anemia, pentingnya gizi seimbang, kebutuhan zat besi untuk remaja, dan pemberian tablet Fe untuk mencegah anemia. Kegiatan ini menggunakan model kerjasama antara perguruan tinggi dan lembaga pendidikan, yang bertujuan untuk mengedukasi remaja putri di lingkungan pesantren, mengenai pentingnya pencegahan anemia melalui pola makan sehat dan suplementasi tablet Fe. Kegiatan ini didukung oleh surat tugas dari Dekan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Strada Indonesia, dengan nomor surat No. 0000211/STRADA/5/2.2.1/02/2025. Selain itu, pihak SMP Nurul Jadid memberikan rekomendasi kegiatan dengan nomor No. No. NJ-H/17/124/A.3/02.2025, yang menyetujui pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di sekolah tersebut.

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan pemeriksaan haemoglobin, penyuluhan, dan membagikan tablet Fe. Kegiatan diawali dengan pretest untuk mengukur pengetahuan siswi sebelum dilakukan penyuluhan dan diakhiri dengan posttest untuk mengetahui dampak dari penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan. Media animasi dan *power point* dipilih sebagai alat bantu dalam menyampaikan materi penyuluhan dengan tujuan dapat menarik minat dan perhatian siswi untuk menyimak dan mengikuti rangkaian kegiatan. Setelah penyuluhan dilanjutkan dengan sesi diskusi tanya jawab dengan peserta, dan seluruh rangkaian kegiatan dilakukan pendokumentasian.



Gambar 1. Alur Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

## Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SMP Nurul Jadid, Pondok Pesantren Nurul Jadid, Kecamatan Paiton, Kabupaten Probolinggo, pada 19 Februari 2025, bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan santri putri mengenai pemberian tablet Fe dan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja. Kegiatan ini merupakan bagian dari program pengabdian Universitas Strada Indonesia, khususnya dari Program Studi Profesi Kebidanan, yang berfokus pada edukasi kesehatan untuk mencegah anemia di kalangan remaja, yang merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap masalah gizi.

Tabel 1. Permasalahan dan Justifikasi

No	Permasalahan Utama	Justifikasi
1.	Rendahnya pengetahuan santri putri tentang anemia dan makanan bergizi	Memberikan penyuluhan tentang anemia, makanan bergizi, dan menghindari kebiasaan makan yang tidak sehat
2.	Rendahnya pengetahuan santri putri tentang manfaat tablet Fe untuk mencegah anemia	Memberikan penyuluhan tentang manfaat tablet Fe, membagikan tablet Fe, dan menjelaskan cara minum tablet Fe yang benar

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan pendekatan yang terstruktur dan melibatkan beberapa tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi akhir. Berikut adalah penjelasan lebih detail mengenai metode pelaksanaan kegiatan tersebut.

- 1) Pada tahapan persiapan yang dilakukan pertama kali adalah Survei Lokasi Pengabdian Kegiatan pengabdian ini dilakukan di SMP Nurul Jadid yang terletak di Kecamatan Paiton, Kabupaten Probolinggo, Provinsi Jawa Timur. Lokasi ini dipilih karena memiliki jumlah santri putri yang cukup banyak, yang merupakan sasaran utama dalam kegiatan ini. Selanjutnya mengajukan mengurus administrasi untuk pengajuan ijin kegiatan, tim pengabdian mengajukan permohonan izin kepada Kepala Sekolah SMP Nurul Jadid. Surat permohonan izin tertanggal 11 Februari 2025 dengan nomor surat No. 0000211/STRADA/5/2.2.8/02/2025 untuk memperoleh izin pelaksanaan kegiatan dari

pihak sekolah. Tim pengabdian mengurus berbagai administrasi yang diperlukan untuk kelancaran kegiatan, termasuk surat-menyurat dengan pihak terkait, pengadaan alat dan bahan untuk kegiatan pengabdian, serta perencanaan logistik yang diperlukan selama kegiatan berlangsung. Tim pengabdian dibantu pihak sekolah menyiapkan tempat kegiatan yaitu di ruang kelas yang cukup luas dan nyaman untuk kegiatan penyuluhan. Ruang ini telah dipersiapkan untuk mendukung keberhasilan kegiatan edukasi yang akan dilakukan.

2) Pelaksanaan kegiatan ini mengikuti alur yang telah direncanakan, yaitu:

- a) Pembukaan dilakukan secara singkat, diikuti dengan penjelasan mengenai tujuan kegiatan dan manfaat yang diharapkan. Selanjutnya mengisi Kuesioner Pre-Tes Sebelum penyuluhan dimulai, setiap peserta diberikan kuesioner pre-tes untuk mengukur pengetahuan awal mereka tentang pemberian tablet Fe dan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja dan dilanjutkan dengan pemeriksaan kadar haemoglobin dan didapatkan hasil yaitu dari 43 siswi, didapatkan 9 orang mengalami anemia ringan dengan kadar haemoglobin  $10 \text{ g/dl} - <11 \text{ g/dl}$ , dan 34 siswi tidak anemia.



Gambar 2. Pemeriksaan Hb dan Mengisi *Pre test*

Hasil dari pre-tes dapat dilihat dari tabel hasil pre test berikut:

Tabel 2. Pengetahuan Sebelum di lakukan kegiatan penyuluhan

Pengetahuan	Jumlah	Presentase
Baik (Nilai 80 sd 100)	15	34,8 %
Cukup (Nilai 50 sd 79)	21	48,9 %
Kurang (Nilai < dari 50)	7	16,3 %
Jumlah	43	100 %

Tabel di atas menunjukkan pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan mengenai pemberian tablet Fe dan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja yang terdiri dari 15 peserta (34,8%) memiliki pengetahuan yang baik dengan nilai antara 80 hingga 100, 21 peserta (48,9%) memiliki pengetahuan yang cukup dengan nilai antara 50 hingga 79, 7 peserta (16,3%) memiliki pengetahuan yang kurang dengan nilai di bawah 50. Dengan total 43 peserta, tabel ini menggambarkan distribusi pengetahuan peserta sebelum dilakukan penyuluhan. Sebagian besar

peserta memiliki pengetahuan cukup, namun masih ada kelompok peserta dengan pengetahuan yang kurang. Hal ini menekankan pentingnya dilakukannya kegiatan penyuluhan untuk meningkatkan pemahaman mereka mengenai pentingnya gizi seimbang dan konsumsi tablet Fe dalam pencegahan anemia.

- b) Kegiatan inti berupa penyuluhan kesehatan dilaksanakan dengan tema “Pemberian Tablet Fe dan Gizi Seimbang sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja”.



Gambar 3. Kegiatan penyuluhan

Penyuluhan ini dilakukan secara interaktif, dengan menggunakan media presentasi dan animasi untuk memudahkan peserta memahami materi yang diberikan.



Gambar 4. Diskusi, membagikan tablet Fe, dan mengisi *Post test*

Selanjutnya dibuka sesi Diskusi dan Tanya Jawab Setelah penyuluhan untuk memberi kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan atau berbagi pengalaman terkait topik yang disampaikan dan membagikan tablet Fe. kegiatan diakhiri dengan mengisi kuesioner post-tes untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan. Hasil dari kuesioner ini digunakan untuk mengetahui efektivitas penyuluhan yang telah dilakukan.

Tabel 3. Pengetahuan Sesudah di lakukan kegiatan penyuluhan

Pengetahuan	Jumlah	Presentase
Baik (Nilai 80 sd 100)	43	100 %
Cukup (Nilai 50 sd 79)	0	0 %
Kurang (Nilai < dari 50)	0	0 %
Jumlah	43	100 %

Tabel di atas menunjukkan pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan mengenai pemberian tablet Fe dan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja dengan hasil dari 43 peserta (100%) memiliki pengetahuan yang baik dengan nilai antara 80 hingga 100, 0 peserta (0%) memiliki pengetahuan yang cukup dengan nilai antara 50 hingga 79. 0 peserta (0%) memiliki pengetahuan yang kurang dengan nilai di bawah 50. Dengan total 43 peserta, tabel ini menunjukkan bahwa setelah penyuluhan, semua peserta memiliki pengetahuan yang baik tentang pentingnya pemberian tablet Fe dan gizi seimbang untuk pencegahan anemia. Hasil ini mengindikasikan keberhasilan penyuluhan dalam meningkatkan pemahaman peserta secara signifikan.



Gambar 5. Foto Bersama Peserta Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

### Diskusi

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SMP Nurul Jadid mengenai pemberian tablet Fe dan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja berhasil memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan peserta. Sebelum kegiatan penyuluhan, terdapat variasi dalam tingkat pengetahuan para peserta mengenai topik tersebut. Sebanyak 48,9% peserta memiliki pengetahuan yang cukup, sementara 16,3% lainnya memiliki pengetahuan yang kurang. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar peserta sudah memiliki pemahaman dasar, masih ada kesenjangan yang perlu dijembatani terkait pemahaman mereka tentang pentingnya asupan gizi yang seimbang dan tablet Fe untuk mencegah anemia.

Setelah kegiatan penyuluhan dilakukan, yang mencakup edukasi mengenai manfaat gizi seimbang, pentingnya konsumsi tablet Fe, dan pengenalan terhadap makanan bergizi yang mendukung pertumbuhan remaja, hasilnya sangat positif. 100% peserta menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan mereka, dengan seluruh peserta mengategorikan diri mereka memiliki pengetahuan baik setelah kegiatan tersebut. Pendidikan kesehatan yang melibatkan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan remaja mengenai gizi seimbang dan pentingnya konsumsi zat besi (Yuliasari & Lidia Sari, 2022). Dalam kegiatan ini, kita juga melihat peningkatan yang sangat signifikan dalam pengetahuan peserta, dari 75% dengan pengetahuan baik sebelum penyuluhan menjadi 100% setelah penyuluhan. Ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pemberian informasi terkait gizi pada remaja dapat meningkatkan pemahaman mereka mengenai pentingnya asupan gizi yang seimbang untuk mencegah masalah kesehatan seperti anemia (Djannah & Wisudawati, 2023). Anemia defisiensi besi adalah jenis anemia yang paling umum terjadi pada remaja, yang sering disebabkan oleh pola makan yang tidak seimbang dan kurangnya asupan zat besi. Hal ini konsisten dengan penyuluhan yang dilakukan dalam kegiatan ini, yang memberikan pemahaman mendalam kepada peserta mengenai tablet Fe dan makanan bergizi yang dapat membantu mencegah anemia.

Pencapaian ini mengindikasikan efektivitas metode penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan ini. Para peserta sangat antusias dan aktif terlibat dalam sesi tanya jawab, yang turut berkontribusi pada pemahaman yang lebih dalam dan remaja menunjukkan antusiasme yang besar terhadap program kesehatan yang melibatkan pendidikan tentang nutrisi dan pencegahan anemia (Yuliasari & Lidia Sari, 2022). Hasil yang serupa juga ditemukan dalam kegiatan ini, di mana para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, baik dalam sesi tanya jawab maupun saat mengisi kuesioner. Keberhasilan ini juga tidak lepas dari penggunaan media animasi sebagai sarana penyuluhan. Media animasi menawarkan cara yang menarik dan menyenangkan dalam menyampaikan materi, yang disesuaikan dengan karakteristik usia remaja (Lestari et al., 2021). Animasi mempermudah pemahaman materi dengan menggambarkan konsep-konsep abstrak seperti proses penyerapan zat besi dalam tubuh, manfaat tablet Fe, dan pentingnya pola makan sehat dalam bentuk yang lebih visual dan mudah dipahami. Media ini, yang disajikan dengan elemen warna yang cerah, karakter-karakter lucu, dan ilustrasi yang menggugah minat, mampu meningkatkan daya tarik materi penyuluhan dan menjadikan proses belajar lebih interaktif dan menyenangkan. Hal ini terbukti efektif dalam meningkatkan perhatian peserta, serta mempermudah mereka dalam mengingat dan memahami informasi yang disampaikan. Meskipun sebagian besar riset sebelumnya mencatat tingkat partisipasi yang cukup baik, beberapa laporan menunjukkan adanya tantangan dalam menggerakkan partisipasi aktif di kalangan remaja, terutama jika penyuluhan tidak melibatkan metode yang menarik.

Salah satu perbedaan utama antara hasil penelitian ini dan riset sebelumnya adalah persentase peserta yang mendapat pengetahuan baik setelah penyuluhan. Sebelumnya, banyak studi menunjukkan bahwa meskipun ada peningkatan pengetahuan, tidak semua peserta langsung mencapai tingkat pengetahuan yang sangat baik. Sebagai contoh, penelitian Yuliasari tahun 2022 mencatat bahwa setelah penyuluhan, hanya sekitar 81,8% peserta yang memiliki pengetahuan baik. Namun, dalam kegiatan ini, 100% peserta berhasil memperoleh pengetahuan

yang baik setelah penyuluhan. Ini menunjukkan keberhasilan metode penyuluhan yang lebih efektif, serta keterlibatan aktif dari peserta (Yuliasari & Lidia Sari, 2022).

Secara teori, pemberian tablet Fe dan konsumsi gizi seimbang sangat efektif dalam mencegah anemia pada remaja (Simbolon et al., 2023). Namun, pada kenyataannya, meskipun pengetahuan peserta meningkat, praktik nyata dalam mengadopsi pola makan sehat dan konsumsi tablet Fe secara rutin masih bisa menjadi tantangan besar, salah satunya banyak remaja yang tahu tentang gizi seimbang, namun kesulitan dalam mengimplementasikannya dalam kehidupan sehari-hari, terutama terkait dengan pola makan yang lebih praktis dan mudah, yang cenderung rendah gizi (Hasyim, 2018). Dalam beberapa riset, ditemukan bahwa meskipun penyuluhan bisa meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan tindakan nyata dalam menjaga pola makan dan kesehatan tubuh seringkali masih rendah. Kegiatan ini sudah berhasil meningkatkan pengetahuan remaja, tetapi sosialisasi yang berkelanjutan dan pemberian dukungan praktis untuk memastikan perubahan perilaku jangka panjang masih diperlukan. Sebagai contoh, menyediakan akses yang lebih mudah untuk tablet Fe atau makanan yang bergizi dapat meningkatkan keberhasilan intervensi (Putri & Fauzia, 2022).

## **Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di SMP Nurul Jadid mengenai pemberian tablet Fe dan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja menunjukkan hasil yang sangat positif. Penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan, dengan 100% peserta menunjukkan pemahaman yang baik setelah mengikuti kegiatan tersebut. Sebelumnya, terdapat variasi dalam tingkat pengetahuan peserta, di mana sebagian besar peserta memiliki pengetahuan cukup dan sebagian kecil lainnya memiliki pengetahuan kurang. Namun, setelah mendapatkan penyuluhan yang mencakup edukasi tentang gizi seimbang, pentingnya tablet Fe, dan pola makan sehat, seluruh peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik dan lebih mendalam. Keberhasilan ini tidak terlepas dari penggunaan media animasi yang menjadi alat bantu penyuluhan yang efektif. Media animasi terbukti sangat menarik bagi peserta remaja, membuat materi yang disampaikan lebih mudah dipahami, interaktif, dan menyenangkan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis teknologi, seperti animasi, sangat cocok untuk digunakan dalam penyuluhan kepada remaja.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian ini, ada beberapa langkah tindak lanjut yang dapat diambil untuk memastikan keberlanjutan dan dampak yang lebih luas dari kegiatan ini:

1. **Penyuluhan Berkelanjutan:** Kegiatan penyuluhan tentang pemberian tablet Fe dan gizi seimbang sebaiknya dilaksanakan secara berkala untuk memastikan pengetahuan yang telah diperoleh oleh peserta tetap terjaga dan berkembang. Program ini juga bisa diperluas ke sekolah-sekolah lain di Kecamatan Paiton.
2. **Peningkatan Akses Tablet Fe:** Disarankan untuk bekerjasama dengan pihak kesehatan setempat, seperti puskesmas, untuk memastikan bahwa remaja di daerah tersebut mendapatkan akses yang cukup terhadap tablet Fe dan suplemen gizi lainnya. Program distribusi tablet Fe secara teratur dan pemantauan kadar hemoglobin remaja bisa menjadi langkah penting dalam pencegahan anemia.

3. Evaluasi dan Monitoring Periodik: Untuk memastikan efektivitas program ini, evaluasi pengetahuan remaja mengenai gizi dan anemia perlu dilakukan secara periodik. Hal ini bisa dilakukan melalui kuesioner evaluasi atau diskusi kelompok terarah.
4. Penggunaan Media Teknologi Lainnya: Mengingat keberhasilan penggunaan media animasi dalam penyuluhan, dapat dikembangkan penggunaan media lain yang berbasis teknologi, seperti aplikasi mobile yang memberikan informasi dan tips kesehatan bagi remaja, khususnya mengenai gizi dan anemia.
5. Pelatihan untuk Guru dan Tenaga Pendidik: Selain penyuluhan langsung kepada siswa, bisa diadakan pelatihan bagi guru dan tenaga pendidik untuk meningkatkan kapasitas mereka dalam menyampaikan materi kesehatan yang relevan kepada siswa, sehingga keberlanjutan pengetahuan ini dapat terjaga dalam jangka panjang.

Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan dapat tercipta perubahan yang lebih signifikan dalam pencegahan anemia pada remaja di Kecamatan Paiton, serta meningkatkan kualitas kesehatan remaja secara keseluruhan.

### Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala SMP Nurul Jadid beserta seluruh staf yang telah memberikan izin dan dukungan penuh dalam penyelenggaraan kegiatan pengabdian masyarakat ini, serta kepada peserta santri putri yang antusias dan aktif berpartisipasi dalam penyuluhan. Terima kasih juga kami sampaikan kepada Universitas Strada Indonesia, khususnya Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, yang telah menyediakan sumber daya dan fasilitas untuk kelancaran kegiatan ini. Kami juga mengapresiasi bantuan dari tenaga medis yang turut serta dalam memastikan keberhasilan program ini. Semoga kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesehatan remaja di masa depan.

### Daftar Pustaka

- Akib, A., & Sumarmi, S. (2017). Kebiasaan Makan Remaja Putri yang Berhubungan dengan Anemia : Kajian Positive Deviance Food Consumption Habits of Female Adolescents Related to Anemia: A Positive Deviance Approach. *Amerta Nutrition*, 1(2), 105–116. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1.i2.2017.105-116>
- Astuti, E. R. (2023). Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 5(2), 550–561. <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v5i2.17341>
- Djannah, R., & Wisudawati, W. (2023). Pengaruh Pendidikan Gizi dan Anemia Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Pencegahan Anemia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, 9(1), 10–17. <https://doi.org/10.56861/jikkbh.v9i1.105>
- Fahira Lubis, A., Lusiana Anggreini, A., Kulsum, A. U., Kusumastuti, I. K., & Fithri, N. K. (2023). Anemia Dan Pola Hidup Remaja di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 2180–2191. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/15328>
- Harahap, N. R. (2018). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Nursing Arts*, 12(2), 78–90. <https://doi.org/10.36741/jna.v12i2.78>
- Hasyim, D. I. (2018). Pengetahuan, sosial ekonomi, pola makan, pola haid, status gizi dan aktivitas fisik dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 06–14. <https://doi.org/10.31101/jkk.544>
- Khobibah, K., Nurhidayati, T., Ruspita, M., & Astyandini, B. (2021). Anemia Remaja Dan Kesehatan 363 Pemberdayaan Kesehatan Santri Tentang Pemberian Tablet Fe Dan Gizi Seimbang
-

Reproduksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 3(2), 11.  
<https://doi.org/10.26714/jpmk.v3i2.7855>

Lestari, Y. D., Herawati, Permatasari, L., & Hamidah, N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja melalui Media Animasi terhadap perubahan Pengetahuan dan Sikap pada Siswi SMP di Pondok Pesantren Nurul Jadid. *Midwifery Journal*, 3(1), 1–9.  
<http://ovari.id/index.php/ovari/article/download/32/54>

Muhayari, A., & Ratnawati, D. (2015). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Anemia. *Jurnal Ilmiah Farmasi*, 4(4), 563–570.

Putri, T. F., & Fauzia, F. R. (2022). Hubungan Konsumsi Sumber Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Smp Dan Sma Di Wilayah Bantul. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(2), 400–411. <https://doi.org/10.26751/jikk.v13i2.1540>

Simbolon, D., Anggraini, H., & Sari, A. P. (2023). Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Indonesia: Meta-Analisis. *Nutri-Sains Jurnal Gizi Pangan Dan Aplikasinya*, 7(2), 85–98. <https://doi.org/10.21580/ns.2023.7.2.11325>

Yuliasari, A., & Lidia Sari, N. (2022). Penyuluhan Tentang Anemia Berdampak Efektif Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Di Lingkungan Pondok Pesantren. *WOMB Midwifery Journal*, 1(2), 6–12.  
<https://doi.org/10.54832/wombmidj.v1i2.62>