



Vol. 3, No. 1, Tahun 2025

Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat

AMPOEN

Akselerasi Merdeka Belajar dalam Pengabdian Orientasi Masyarakat



Diterbitkan oleh:
Universitas Serambi Mekkah - Banda Aceh

**Jurnal Akselerasi Merdeka Belajar dalam Pengabdian
Orientasi Masyarakat**

JURNAL AMPOEN

VOL. 3, NO. 1, TAHUN 2025

HALAMAN : 41-47

**EDUKASI PENCEGAHAN ANEMIA DAN PEMBERIAN TABLET FE PADA
REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 PEUKAN PIDIE**

Risna, Novita Sari, Neila Fauzia, Nadariah

Jurusan Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam, Provinsi Aceh

Artikel di Jurnal AMPOEN

Tersedia di : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/ampoen>

DOI : <https://doi.org/10.32672/ampoen.v3i1.3359>

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini

APA : Risna, R., Novita Sari, Neila Fauzia, & Nadariah. (2025). EDUKASI PENCEGAHAN ANEMIA DAN PEMBERIAN TABLET FE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 PEUKAN PIDIE. Jurnal Akselerasi Merdeka Belajar Dalam Pengabdian Orientasi Masyarakat (AMPOEN): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 3(1), 41–47. <https://doi.org/10.32672/ampoen.v3i1.3359>

Lainnya Kunjungi : <https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/ampoen>

Jurnal Akselerasi Merdeka Belajar dalam Pengabdian Orientasi Masyarakat (Jurnal AMPOEN): *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* dengan Visi “*Berdaya melalui Abdi, Merdeka dalam Publikasi*” sebagai platform bagi para pengabdi, peneliti, praktisi, dan akademisi untuk berbagi pengetahuan, pengalaman, dan hasil layanan yang berkontribusi terhadap pengembangan masyarakat di Indonesia. Berisi hasil-hasil kegiatan pengabdian dan pemberdayaan masyarakat berupa penerapan berbagai bidang ilmu diantaranya pendidikan, ekonomi, agama, teknik, teknologi, pertanian, sosial humaniora, komputer, kesehatan dan lain sebagainya.

Semua artikel yang diterbitkan dalam jurnal ini dilindungi oleh hak cipta dan dilisensikan di bawah Lisensi Creative Commons 4.0 International License (CC-BY-SA) atau lisensi yang setara sebagai lisensi optimal untuk publikasi, distribusi, penggunaan, dan penggunaan ulang karya ilmiah.





EDUKASI PENCEGAHAN ANEMIA DAN PEMBERIAN TABLET FE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 PEUKAN PIDIE

**RISNA¹, NOVITA SARI²,
NEILA FAUZIA³, NADARIAH⁴**

1-4) Jurusan Keperawatan
STIKes Medika Nurul Islam,
Provinsi Aceh

* Email Korespodensi:
aisrisna250787@gmail.com

Riwayat Artikel

Penyerahan : 28-05-2025
Diterima : 29-05-2025
Diterbitkan : 31-05-2025

Abstrak

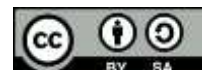
Remaja putri pada masa pubertas sangat berisiko mengalami anemia. Penyebabnya adalah banyaknya zat besi yang hilang selama proses menstruasi. Upaya penanggulangan anemia pada remaja putri difokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan, yaitu peningkatan makanan kaya zat besi, suplemen tablet tambah darah (TTD) merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini telah dilaksanakan pada tanggal 19 Mei 2025 di SMP Negeri 2 Peukan Pidie Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie melibatkan para dosen, mahasiswa STIKes Medika Nurul Islam, petugas kesehatan dari puskesmas Pidie dan remaja putri. Metode pelaksanaan pengabdian ini dilaksanakan secara langsung/ kunjungan ke sekolah yang meliputi pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia dan pemberian tablet Fe. Kegiatan pengabdian terlaksana dengan lancar, tertib dan sukses dibuktikan dengan keaktifan siswa dikelas.

Kata Kunci: Pengabdian; Anemia ;Tablet Fe

Abstract

Adolescent girls during puberty are at high risk of anemia. The cause is the large amount of iron lost during menstruation. Efforts to overcome anemia in adolescent girls are focused on promotion and prevention activities, namely increasing iron-rich foods, iron-fortified tablet supplements (TTD) are one of the efforts of the Indonesian government to meet iron intake. This Community Service Activity was carried out on May 19, 2025 at SMP Negeri 2 Peukan Pidie, Pidie District, Pidie Regency, involving lecturers, students of STIKes Medika Nurul Islam, health workers from the Pidie health center and adolescent girls. The method of implementing this community service is carried out directly/visits to schools which include health education on preventing anemia and providing Fe tablets. Community service activities were carried out smoothly, orderly and successfully as evidenced by the activeness of students in class.

Keywords: Community Service; Anemia ;Iron Tablets



PENDAHULUAN

Masalah kekurangan gizi mikro seperti anemia adalah salah satu dari beberapa masalah yang terjadi di Indonesia. Tidak hanya di Indonesia, anemia juga merupakan masalah kesehatan masyarakat di dunia. Hampir 2,3 miliar orang mengalami anemia. Di Indonesia sendiri, anemia merupakan penyakit paling umum, perumpamaannya 1 dari 5 orang Indonesia memiliki risiko untuk terkena anemia, bahkan remaja kita yang menderita anemia cukup banyak. Prevalensi anemia pada remaja sebesar 32%, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia (Riscesdas, 2018).

Masa pubertas sangat berisiko bagi remaja mengalami anemia gizi besi. Penyebabnya adalah banyaknya zat besi yang hilang selama proses menstruasi. Kejadian anemia juga diperburuk oleh kurangnya asupan zat besi, dimana zat besi pada remaja putri sangat dibutuhkan tubuh untuk percepatan pertumbuhan dan perkembangan. (WHO, 2011; 2016).

Penyebab terjadinya anemia pada remaja adalah pada umumnya masyarakat Indonesia (termasuk remaja putri) lebih banyak mengonsumsi makanan nabati yang kandungan zat besinya sedikit, dibandingkan dengan makanan hewani, sehingga kebutuhan tubuh akan zat besi tidak terpenuhi ; remaja putri biasanya ingin tampil langsing, sehingga membatasi asupan makanan; setiap hari manusia kehilangan zat besi 0,6 mg yang diareksi, khususnya melalui feses (tinja) ; remaja putri mengalami haid setiap bulan, sehingga kehilangan zat besi + 1,3 mg per hari, sehingga kebutuhan zat besi lebih banyak daripada pria (Almatsier, dkk (2011)

Salah satu dampak anemia pada remaja putri yang cukup memprihatinkan seperti penurunan kesehatan dan prestasi sekolah. Di masa dewasa, kondisi anemia diperparah ketika hamil yang menyebabkan tidak optimalnya pertumbuhan dan perkembangan janin, komplikasi hamil dan persalinan, serta berakibat pada kematian ibu dan anak (Kemenkes, 2021).

Melihat masalah dampak dari anemia, terlebih lagi pada sekolah jarang sekali dilakukan

sosialisasi ataupun pemberian edukasi maka upaya pencegahan maupun perbaikan perlu dilakukan. Upaya yang dapat dilakukan diantaranya dengan memberikan edukasi kepada remaja tentang masalah anemia serta pembagian tablet Fe/tablet tambah darah (TTD).yang bisa digunakan saat mengalami anemia.

Berdasarkan WHO tahun 2011, upaya penanggulangan anemia pada remaja putri difokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan, yaitu peningkatan makanan kaya zat besi, suplemen (TTD), serta peningkatan fortifikasi bahan pangan dengan zat besi dan asam folat. Suplementasi TTD pada remaja putri dan wanita usia subur merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi di SMP Negeri 2 Peukan Pidie Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie Provinsi Aceh, pengetahuan remaja mengenai anemia masih cukup, sehingga hasil koordinasi dengan pemangku kepentingan yaitu pihak sekolah dan pihak Puskesmas, maka Prodi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam dengan dukungan penuh dari kampus mengadakan kegiatan pengabdian dengan tema "Edukasi Pencegahan Anemia dan Pemberian Tablet Fe Pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Peukan Pidie" dengan tujuan berupa:

1. Kegiatan tersebut di atas terintegrasi dengan mata kuliah Keperawatan Komunitas, kurikulum dan pembelajaran Komunitas, dan perencanaan pembelajaran Asuhan Keperawatan Komunitas Pada Agregat Remaja.
2. Untuk mengimplementasikan kompetensi bidang keilmuan keperawatan komunitas bagi dosen dan mahasiswa yang memiliki jiwa kepedulian terhadap sesama dan berperan aktif terhadap kehidupan masyarakat.
3. Membantu meningkatkan cakupan kesehatan gizi remaja sehingga derajat kesehatan meningkat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini telah dilaksanakan pada tanggal 19 Mei 2025 di SMP Negeri 2 Peukan Pidie Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie.

Metode pelaksanaan pengabdian ini dilaksanakan secara langsung/ kunjungan lapangan ke Sekolah yang meliputi:

Sosialisasi melalui pendidikan kesehatan mengenai pencegahan anemia pada remaja

Membagikan Tablet Fe bersama dengan petugas bagian Gizi dari Puskesmas Pidie kepada remaja putri.

Pelaksanaan rangkaian kegiatan pengabdian ini sebagaimana disajikan pada Tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Pelaksanaan Rangkaian Kegiatan

No	Waktu agenda
09.00 - 09.05	Koordinasi dengan Pihak Sekolah
09.05 – 09.10	Pembukaan oleh moderator, sambutan dari dosen ketua pelaksana
09.10 – 10.00	Kata Sambutan Pihak Sekolah & Puskesmas
10.00 – 10.10	Edukasi pencegahan anemia
10.10 – 10.20	Pembagian Tablet Fe
09.10 – 10.00	Kata Sambutan Pihak Sekolah & Puskesmas
10.20 – 10.30	Penutup dan Doa

Peserta dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah remaja putri kelas 7 dan 8 di SMP Negeri 2 Peukan Pidie Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie yaitu sebanyak 30 orang. Pengabdian ini melibatkan mahasiswa, Dosen

Jurusan Ilmu Keperawatan, STIKes Medika Nurul Islam dan Pihak Puskesmas Kecamatan Pidie.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan “Edukasi Pencegahan Anemia dan Pemberian Tablet Fe Pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Peukan Pidie” terlaksana dengan lancar, tertib dan sukses. Kegiatan yang dilaksanakan dalam beberapa sub kegiatan, berupa: (1) edukasi dalam bentuk pendidikan kesehatan ; (2) pembagian tablet Fe atau Tablet tambah darah melibatkan pihak puskesmas Pidie.

Indikator kesuksesan kegiatan tersebut dibuktikan dengan animo remaja putri atau siswi yang aktif. Juga sambutan yang sangat meriah dan antusias dari pihak sekolah serta puskesmas yang sangat fokus dan berperan aktif dalam pelaksanaan pengabdian ini.

Kegiatan sosialisasi dilaksanakan untuk remaja yaitu mereka adalah kelompok khusus di masyarakat sangat membantu meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya pencegahan anemia.

Edukasi ini menghadirkan dua orang pemateri dari dosen Jurusan Ilmu Keperawatan yaitu (1) Ibu Ns. Risna, S. Kep., M. Kep dengan materi Pencegahan Anemia, (2) Ibu Ns. Novita Sari, S. Kep., M. Kep dengan materi Pemanfaatan Tablet Fe dan (3) Ibu Ns. Neila Fauzia, S. Kep., MMRS dengan Melakukan pembagian Tablet Fe dibantu oleh mahasiswa nadariah.

Dengan telah terlaksananya kegiatan pengabdian ini maka diharapkan memberi manfaat yang nyata bagi masyarakat yang upaya mencegah penyakit dan meningkatkan status kesehatan baik individu kelompok dan masyarakat.



Gambar 1. Presentasi Materi Pencegahan Anemia



Gambar 2. Bersama Pihak Puskesmas



Gambar 3. Pembagian Tablet Fe



Gambar 4. Presentasi Pentingnya Imunisasi



Gambar 5. Sesi Foto Bersama

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat bertema "Edukasi Pencegahan Anemia dan Pemberian Tablet Fe Pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Peukan Pidie" terlaksana dengan lancar dan tertib.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ketua dan LPPM STIKes Medika Nurul Islam yang telah memberikan dukungannya, sehingga rangkaian kegiatan dapat berjalan dengan lancar, sukses dan semoga mendulang keberkahan. Dan juga kepada seluruh siswa-siswi dan pihak sekolah SMP Negeri 2

Peukan Pidie serta Pihak Puskesmas Pidie yang telah ikut partisipasi aktif menyukkseskan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier,S.,Soetarjo,S., Soekarti,M. 2011. Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan. PT. Gramedia Pustaka Utama: Jakarta
- Kemendes RI .2021. Remaja Putri Sehat Bebas Anemia di Masa Pandemi Covid-19. <https://promkes.kemkes.go.id/remaja-putri-sehat-bebas-anemia-di-masa-pandemi-covid-19>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2023. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2023. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_20



18/Hasil%20Riskasdas%202018.pdf – Diakses
Mei 2025

WHO. 2016. Guideline: Daily iron Supplementation in
Adult Women and Adolescent Girls. Geneva:
World Health Organization.

WHO. 2011. Serum Ferritin Concentrations for the
Assessment of Iron Status and Iron Deficiency in
Populations. Vitamin and Mineral Nutrition
Information System. Geneva: World Health
Organization

World Health Organization, 2011. The Global
Prevalence of Anaemia in 2011[Internet]. WHO
Report, New York

Fathony, Zaiyidah, Rizki Amalia, and Pratiwi Puji
Lestari. 2021."Hemoglobin Examination and
Education for Early Detection of Anemia in
Pregnancy." Omnicompetence Community
Development Journal 1 (1): 1–6.