



Implementasi Program Teratai Sebagai Model Edukasi Berbasis Sekolah Untuk Peningkatan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri

Implementation Of Teratai Program As A School-Based Education Model To Improve Compliance In Consumption Of Blood Enhancing Tablets Among Adolescent Girls

Muhammad Haritsyah Rahmadana¹, Cici Monika¹, Vella Amalia¹, Hidzra Wafi Habib¹, Fatia Putri Barokah Siregar¹, Rima Semiarty^{2*}, Hardisman²

¹ Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang, Indonesia

² Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat-Kedokteran Komunitas, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang, Indonesia

*) Email Korespondensi: rimasemiarty@med.unand.ac.id

ABSTRACT

Anemia among adolescent girls remains a major public health problem, largely due to poor adherence to iron supplementation programs. According to the 2024 Nanggalo Public Health Center report, SMP IT Dar El Iman Padang had the highest rate of anemia among adolescent girls in the area. This community engagement project aimed to improve knowledge and adherence to iron tablet (TTD) consumption through the TERATAI (Teratur Minum Tablet Tambah Darah, Tolak Anemia) program. The activity was conducted on August 25, 2025, at SMP IT Dar El Iman, Padang, involving 114 seventh-grade female students. Interventions included interactive health education, educational video screening, poster distribution, appointment of anemia ambassadors, and training on the use of *Google Forms* for monitoring TTD consumption. Evaluation was carried out through pre- and post-tests to assess knowledge improvement and through a four-week monitoring of adherence. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of $p < 0.05$. The mean knowledge score increased from 65.4 ± 9.2 to 82.1 ± 8.5 after the intervention ($p < 0.001$), representing an average improvement of 25.5%. TTD adherence rose from 58.7% to 86.4% by week four. Furthermore, 91% of participants reported that the activity was engaging and beneficial, and teachers observed greater student motivation to take TTD regularly. The TERATAI program effectively improved students' knowledge and adherence to TTD consumption. This school-based educational approach, supported by healthcare professionals and teachers, demonstrated positive impacts and is highly replicable as a sustainable model for adolescent anemia prevention programs.

Keywords: *Anemia, Adolescent Girls, Iron Tablet Supplementation, Health Promotion, Prevention.*

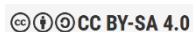
Buletin Ilmiah Nagari Membangun. 8(4): 2025.

*) Correspondence | Rima Semiarty, Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat-Kedokteran Komunitas, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang, Indonesia.

Email | rimasemiarty@med.unand.ac.id

DOI | <https://doi.org/10.25077/bina.v8i4>

ISSN (Online) | 2622-9978

 CC BY-SA 4.0

Copyright © 2025 by Authors. Published by Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Andalas.

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC-BY-SA 4.0) International License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang mempengaruhi sekitar 25% populasi dunia, dengan beban tertinggi pada anak-anak, wanita usia subur, dan remaja putri. Kondisi ini ditandai oleh kadar hemoglobin yang rendah (<12 g/dL pada wanita) dengan gejala yang sering kali tidak spesifik seperti kelelahan, pucat, dan gangguan konsentrasi. Kekurangan zat besi menjadi penyebab paling umum, berkontribusi terhadap lebih dari 50% kasus anemia di dunia. Anemia defisiensi besi tidak hanya menurunkan kualitas hidup, tetapi juga berdampak pada perkembangan kognitif dan produktivitas individu, terutama di kelompok usia sekolah dan remaja putri.

Di Indonesia, anemia masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi anemia pada remaja berusia 15–24 tahun mencapai 15,5%, dengan proporsi lebih tinggi pada remaja putri (18%) dibandingkan remaja laki-laki (14,4%). Angka ini masih termasuk tinggi menurut kriteria WHO, yang menyatakan bahwa prevalensi anemia $\geq 5\%$ sudah tergolong masalah kesehatan masyarakat. Dampak anemia pada remaja putri bersifat ganda, yakni memengaruhi performa belajar dan kebugaran fisik saat ini serta berpotensi menimbulkan risiko kesehatan reproduksi di masa depan.

Upaya pencegahan anemia telah menjadi prioritas nasional melalui Rencana Aksi Nasional Percepatan Penurunan Stunting Indonesia (RAN PASTI) 2021–2024, dimana pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) mingguan bagi remaja putri menjadi salah satu intervensi gizi spesifik. Namun, efektivitas program tersebut sangat bergantung pada kepatuhan konsumsi TTD secara rutin, yang hingga kini masih menjadi tantangan. Beberapa kegiatan pengabdian masyarakat sebelumnya memang berhasil meningkatkan pengetahuan siswa, tetapi belum menunjukkan dampak signifikan terhadap perilaku kepatuhan. Umumnya, kegiatan dilakukan dengan metode penyuluhan satu arah tanpa sistem pemantauan berkelanjutan dan tanpa dukungan sebaya di tingkat siswa.

Berdasarkan laporan Puskesmas Nanggalo tahun 2024, SMP IT Dar El Iman Padang tercatat sebagai sekolah dengan prevalensi anemia tertinggi di wilayah tersebut, yaitu 24,7% (23 dari 93 siswi). Hasil survei awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswi tidak memahami manfaat tablet tambah darah dan belum pernah mendapatkan TTD di sekolah. Program minum TTD mingguan bahkan sempat terhenti selama satu tahun terakhir karena minimnya dukungan dari orang tua dan persepsi negatif terhadap suplemen zat besi. Kondisi ini menegaskan adanya kesenjangan antara kebijakan pemberian TTD dengan pelaksanaan di lapangan, khususnya dalam aspek edukasi, motivasi, dan pemantauan rutin.

Celah ini menjadi dasar dirancangnya program TERATAI (Teratur Minum Tablet Tambah Darah, Tolak Anemia) sebagai inovasi pengabdian masyarakat berbasis sekolah yang mengintegrasikan pendekatan edukatif, digital, dan peer-support. Program ini mengkombinasikan edukasi interaktif, pemanfaatan Google Form sebagai media kendali konsumsi TTD secara real-time, serta pembentukan Duta Anemia (Teman TERATAI) sebagai penggerak sebaya di tiap kelas. Pendekatan ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan siswi, tetapi juga membangun perilaku positif dan budaya sekolah yang mendukung konsumsi TTD secara rutin dan berkelanjutan.

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMP IT Dar El Iman Padang melalui pendekatan edukasi interaktif dan pemanfaatan media digital. Indikator keberhasilan kegiatan

ditetapkan sebagai: 1. Peningkatan $\geq 10\%$ skor rata-rata pengetahuan antara hasil pre-test dan post-test. 2. Partisipasi aktif minimal 80% peserta selama kegiatan berlangsung. 3. Terbentuknya Tim Duta Anemia (Teman TERATAI) di setiap kelas sebagai kader penggerak. 4. Tersedianya sistem pemantauan konsumsi TTD berbasis Google Form yang diakses secara rutin oleh wali kelas dan petugas puskesmas.

Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika pengabdian kepada masyarakat, meliputi persetujuan resmi dari pihak sekolah dan Puskesmas Nanggalo, pemberian informed consent kepada seluruh peserta, serta jaminan kerahasiaan data pribadi. Kegiatan ini juga tidak menimbulkan risiko medis atau sosial, dan seluruh partisipasi bersifat sukarela serta edukatif. Dengan demikian, program TERATAI tidak hanya menghadirkan solusi atas rendahnya kepatuhan konsumsi TTD, tetapi juga menawarkan model intervensi inovatif yang berpotensi direplikasi di sekolah lain sebagai bagian dari strategi berkelanjutan dalam pencegahan anemia remaja.

METODOLOGI

Kegiatan edukasi kesehatan bertema “TERATAI (Teratur Minum Tablet Tambah Darah, Tolak Anemia)” dilaksanakan secara tatap muka pada 25 Agustus 2025 di Masjid SMP IT Dar El Iman, Kecamatan Nanggalo, Kota Padang. Lokasi ini dipilih berdasarkan laporan tahunan Puskesmas Nanggalo tahun 2024, yang menunjukkan angka kejadian anemia tertinggi pada remaja putri berada di sekolah tersebut. Kegiatan ini ditujukan bagi siswi kelas VII SMP IT Dar El Iman dengan jumlah peserta sebanyak 114 orang.

Tujuan kegiatan adalah meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara teratur. Indikator keberhasilan kuantitatif ditetapkan sebagai peningkatan $\geq 10\%$ skor rata-rata pengetahuan antara pre-test dan post-test, partisipasi aktif minimal 80% peserta, serta terbentuknya Tim Duta Anemia sebagai kader kesehatan sekolah. Kegiatan ini melibatkan kerja sama antara tim Dokter Muda IKM-KK Puskesmas Nanggalo, Puskesmas Nanggalo, SMP IT Dar El Iman, dan dr. Ulya Uti Fasrini, M.Biomed selaku narasumber. Puskesmas berperan sebagai penyedia data dan evaluator kegiatan, sekolah sebagai fasilitator dan mitra pelaksanaan, sementara tim Dokter Muda IKM-KK bertanggung jawab dalam perencanaan, pelaksanaan, serta evaluasi kegiatan.

Kegiatan dilaksanakan melalui empat tahap utama, yaitu analisis situasi, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi, dengan memperhatikan prinsip etika pelaksanaan pengabdian masyarakat. Seluruh kegiatan memperoleh izin resmi dari pihak sekolah dan Puskesmas Nanggalo, dan setiap peserta diberikan *informed consent* sebelum pengisian kuesioner. Data yang diperoleh dijaga kerahasiaannya serta hanya digunakan untuk kepentingan akademik.

Tabel 1. Desain dan Tahapan kegiatan

Tahap	Waktu Pelaksanaan	Kegiatan Utama	Output	Indikator Keberhasilan
Analisis situasi	1–11 Agustus 2025	Identifikasi masalah prioritas dan koordinasi mitra	Penetapan lokasi dan tema kegiatan	Persetujuan kegiatan dari puskesmas dan sekolah
Persiapan	12–24 Agustus 2025	Pembuatan media, koordinasi, dan penyusunan evaluasi	Media edukasi siap digunakan	Tersedia poster, video, dan instrumen pre-post test
Pelaksanaan	25 Agustus 2025	Edukasi interaktif, video, pemilihan Duta Anemia	Pengetahuan meningkat, terbentuk Duta Anemia	Peningkatan skor $\geq 10\%$, $\geq 80\%$ partisipasi aktif
Evaluasi	26–31 Agustus 2025	Analisis hasil pre-post test dan umpan balik	Laporan hasil kegiatan	Rekomendasi tindak lanjut bagi sekolah dan puskesmas

1. Analisis Situasi

Tahap analisis situasi dilakukan melalui pertemuan antara tim Dokter Muda IKM-KK dengan pimpinan dan pemegang program Puskesmas Nanggalo untuk meninjau kinerja program kesehatan periode Januari–Desember 2024 dan triwulan Januari–Maret 2025. Dari hasil evaluasi, ditemukan beberapa masalah kesehatan yang kemudian diprioritaskan menggunakan metode PDCA dengan mempertimbangkan faktor manusia, material, metode, dan lingkungan.

Hasil analisis menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri masih menjadi masalah utama akibat rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Berdasarkan laporan Puskesmas Nanggalo tahun 2024, SMP IT Dar El Iman memiliki angka kejadian anemia tertinggi di wilayah kerja puskesmas. Karena itu, dirancang kegiatan edukasi bertajuk “TERATAI” (Teratur Minum Tablet Tambah Darah, Tolak Anemia) sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kesadaran remaja putri dalam pencegahan anemia.

Dalam tahap ini, Puskesmas Nanggalo berperan sebagai pembina teknis dan pengawas pelaksanaan kegiatan, pihak sekolah bertindak sebagai fasilitator serta penggerak siswa, dan tim Dokter Muda IKM-KK menjadi pelaksana kegiatan sekaligus pengumpul data evaluatif. Pertemuan lanjutan dilakukan untuk menyepakati tujuan, sasaran, serta waktu pelaksanaan kegiatan. Kesepakatan akhir menetapkan SMP IT Dar El Iman sebagai lokasi kegiatan intervensi, dengan target peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia minimal 10%.

2. Persiapan

Tahapan persiapan dilakukan selama dua minggu oleh tim Dokter Muda IKM-KK Puskesmas Nanggalo dengan dukungan dari pihak puskesmas dan sekolah. Persiapan mencakup penyusunan *rundown* acara, penunjukan pembawa acara, serta koordinasi dengan pemateri utama. Tim juga membuat media promosi kesehatan berupa poster, video edukasi, dan presentasi *PowerPoint* dengan desain menarik dan mudah dipahami oleh siswa.

Selain itu, disusun instrumen evaluasi *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan, serta Google Form untuk pendataan konsumsi TTD sebagai alat pemantauan rutin oleh Puskesmas Nanggalo. Pihak sekolah juga diajak berkolaborasi dalam pembentukan Tim Duta Anemia SMPIT Dar El Iman, yang berperan sebagai agen perubahan perilaku dalam mengkampanyekan pentingnya konsumsi TTD secara berkelanjutan. Peralatan pendukung seperti laptop, proyektor, dan pin duta anemia juga disiapkan pada tahap ini.

3. Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan pada 25 Agustus 2025 di Masjid SMP IT Dar El Iman, yang diawali dengan sambutan dari perwakilan Puskesmas Nanggalo dan pihak sekolah. Seluruh peserta kemudian mengisi *pre-test* untuk menilai pengetahuan awal mengenai anemia pada remaja putri.

Sesi edukasi utama disampaikan oleh dr. Ulya Utı Fastrini, M.Biomed, selaku Ketua Departemen Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sekaligus Ketua PDGMI Wilayah Sumatera Barat. Materi disajikan secara interaktif, mencakup pengertian, penyebab, tanda dan gejala anemia, pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara teratur, cara konsumsi yang tepat, serta strategi membangun motivasi untuk pencegahan anemia. Untuk meningkatkan keterlibatan siswa, sesi diselengi dengan kuis dan tanya jawab berhadiah, serta pemutaran video edukasi yang memperkuat pemahaman peserta.

Setelah sesi edukasi, guru pendamping diberikan penjelasan mengenai penggunaan Google Form sebagai alat pemantauan konsumsi TTD, sehingga memudahkan proses pendataan rutin oleh Puskesmas Nanggalo. Selanjutnya dilakukan pemilihan Duta Anemia SMPIT Dar El Iman yang akan berperan sebagai penggerak sebaya dalam mengkampanyekan konsumsi TTD di sekolah. Pemilihan ditandai dengan penyematan pin TERATAI sebagai simbol komitmen pencegahan anemia.

Kegiatan ditutup dengan *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa setelah intervensi, diikuti dengan penyerahan media promosi kesehatan berupa poster dan soft file video edukasi kepada pihak sekolah. Media tersebut diharapkan dapat digunakan secara berkelanjutan sebagai sarana pembelajaran kesehatan remaja.

4. Evaluasi

Tahapan evaluasi dilakukan selama satu minggu setelah pelaksanaan kegiatan. Evaluasi dilaksanakan dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* peserta untuk menilai peningkatan pengetahuan mengenai anemia. Analisis data dilakukan menggunakan program SPSS secara deskriptif untuk melihat distribusi frekuensi dan perubahan nilai rata-rata sebelum dan sesudah intervensi. Indikator keberhasilan kegiatan ditetapkan sebagai peningkatan pengetahuan minimal 10% dari rata-rata nilai *pre-test*, dengan tingkat partisipasi aktif mencapai $\geq 80\%$ peserta.

Selain evaluasi kuantitatif, dilakukan pula evaluasi kualitatif melalui observasi langsung dan wawancara singkat dengan peserta serta guru pendamping. Hasilnya menunjukkan bahwa siswa sangat antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, aktif dalam sesi diskusi dan tanya jawab, serta mampu mengingat kembali pesan-pesan utama yang disampaikan. Pihak sekolah juga memberikan umpan balik positif dan menyatakan dukungan untuk melanjutkan kegiatan pemantauan konsumsi TTD secara rutin melalui Tim Duta Anemia yang telah dibentuk.

Secara keseluruhan, kegiatan “TERATAI (Teratur Minum Tablet Tambah Darah, Tolak Anemia)” berjalan lancar dan mencapai target keberhasilan. Program ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia, tetapi juga memperkuat kolaborasi antara Puskesmas Nanggalo, sekolah, dan tenaga kesehatan dalam mendukung upaya pencegahan anemia di tingkat sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan dilaksanakan di SMP IT Dar EL Iman Kota Padang dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa kelas VII mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Intervensi ini juga dirancang sebagai bentuk dukungan terhadap program pemerintah dalam upaya pencegahan anemia pada remaja. Sebelum kegiatan dilaksanakan, tim pengabdian melakukan audiensi dengan pihak sekolah, khususnya kepala sekolah dan pembina organisasi Palang Merah Remaja di sekolah tersebut untuk menyepakati jadwal pelaksanaan serta membahas secara rinci materi yang akan disampaikan kepada siswi.

Dalam pertemuan tersebut, pihak sekolah menyampaikan bahwa kegiatan konsumsi tablet tambah darah bersama di sekolah telah terhenti selama kurang lebih satu tahun terakhir, sehingga distribusi tablet dari puskesmas tidak dimanfaatkan secara optimal dan menumpuk di sekolah. Selain itu, hasil pemeriksaan yang dilakukan oleh puskesmas menunjukkan bahwa SMPIT Dar El Iman memiliki prevalensi anemia tertinggi pada remaja putri dibandingkan sekolah lain di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo.

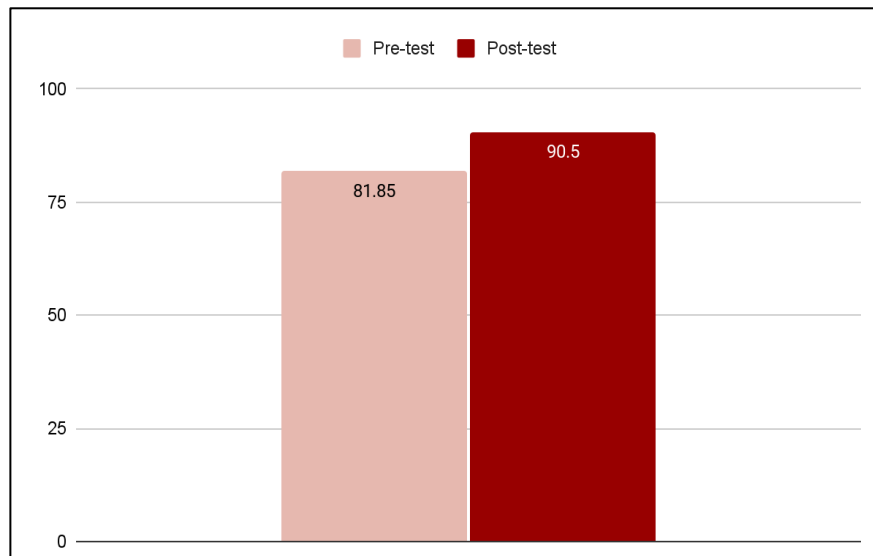
1. Penyuluhan tentang Anemia dan Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah.

Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 25 Agustus 2025 dan diikuti oleh 114 siswi kelas VII dan anggota PMR SMP IT Dar El Iman. Kegiatan dimulai dengan pelaksanaan *pre-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan awal siswa tentang anemia dan tablet tambah darah, dilanjutkan dengan penyampaian materi edukatif mengenai definisi, gejala, dampak, serta cara pencegahan anemia. Kegiatan ditutup dengan *post-test* untuk mengukur peningkatan pemahaman siswi setelah mendapatkan materi. Penggunaan model *pre-test* dan *post-test* memungkinkan evaluasi perubahan pengetahuan siswi secara langsung.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai pengetahuan siswi dari 81,85 (*pre-test*) menjadi 90,5 (*post-test*), dengan peningkatan sebesar 8,65%. Hal ini dapat dilihat pada grafik 1. Hasil ini sejalan dengan Studi sebelumnya yaitu penelitian edukasi mengenai vaksin HPV, skor *post-test* lebih tinggi secara signifikan dibanding *pre-test* (Yang et al., 2025), yang mengindikasikan peningkatan pemahaman peserta setelah intervensi.

Berdasarkan hasil evaluasi ini dapat kita lihat bahwasannya kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan dengan metode penyuluhan berhasil dalam meningkatkan pengetahuan siswi. Sejalan dengan itu sebuah penelitian eksperimen dengan *pre* dan *post-test without control* menemukan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna dari pendidikan kesehatan metode penyuluhan terhadap pengetahuan anemia pada anak usia sekolah. Dimana rata-rata pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan metode ceramah adalah sebesar 47,8% dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan rata-rata nilai menjadi 92,2% (Gustian dkk, 2024). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Neherta dkk., dimana rata-rata pengetahuan tentang anemia pada remaja putri sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang anemia yaitu hanya 20% siswa yang mendapatkan nilai indeks baik, sedangkan setelah

dilakukan edukasi pendidikan kesehatan anemia angka tersebut meningkat menjadi 96% (Neherta dkk, 2022).



Grafik 1. Rerata Hasil *Pre-Test* Dan *Post-Test* Peserta.

Tabel 2. Rerata & Signifikansi Hasil *Pre-Test* Dan *Post-Test* Peserta.

Variabel	Jumlah Peserta	Nilai terendah	Nilai Tertinggi	Mean	SD	Sig
<i>Pre-test</i>	99	11	19	16.37	1.700	0.000
<i>Post-test</i>	99	9	20	18.08	1.652	

Selanjutnya hasil *pre-test* dan *post-test* pengetahuan diuji dengan menggunakan SPSS dengan *Wilcoxon Signed-Rank Test* dan didapatkan sig 0,00 ($p < 0.05$) sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan yang bermakna antara skor *pre* dan *post-test*.

Materi penyuluhan yang diberikan dikemas dalam bentuk interaktif dan menarik yang berisikan informasi seputar pengertian anemia, penyebab anemia, gejala dan dampak dari anemia, mengapa remaja putri rentan terkena anemia, pencegahan anemia, penjelasan tentang tablet tambah darah, dan mengapa penting untuk meminum tablet tambah darah. Umumnya siswi dapat memahami materi yang diberikan yang dapat dilihat berdasarkan hasil *pre* dan *post-test*. Selama pelaksanaan penyuluhan, seluruh rangkaian kegiatan berjalan dengan lancar dan tidak ditemukan kendala berarti. Antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan juga menjadi indikator positif atas keberhasilan pendekatan edukatif yang diterapkan dalam program ini.

Sebagai tindak lanjut, pihak sekolah menerima kenang-kenangan berupa poster, kode QR kendali konsumsi, dan sertifikat penghargaan sebagai bentuk terima kasih atas dukungan dalam kegiatan konsumsi tablet tambah darah di lingkungan sekolah. Poster berisikan informasi yang sama dengan yang disampaikan kepada siswa saat ceramah. Diharapkan, penyuluhan ini menjadi langkah awal dalam membentuk budaya sekolah yang peduli terhadap pencegahan anemia pada remaja putri, dengan dukungan berkelanjutan dari guru dan orang tua. Untuk menjaga keberlanjutan dampak kegiatan ini, disarankan agar pihak sekolah mengintegrasikan

edukasi mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah dan pola makan bergizi ke dalam kegiatan rutin sekolah, seperti saat upacara bendera, pembelajaran di kelas, maupun sesi bimbingan konseling.



Gambar 1. Penyuluhan terkait Anemia dan Konsumsi TTD



Gambar 2. Pemberian Sertifikat (kanan) dan Foto Bersama (kiri) Pihak Sekolah.

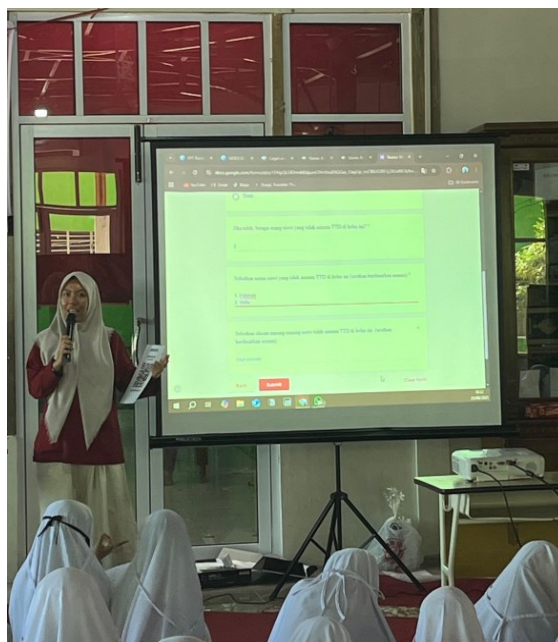
2. Pembuatan Media Kendali Konsumsi Tablet Tambah Darah di Sekolah.

Dilakukan identifikasi kebutuhan media untuk memantau konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) oleh siswi. Hasil diskusi dengan pemegang program gizi di Puskesmas Nanggalo menunjukkan perlunya suatu media yang praktis, mudah diakses, dan terintegrasi dengan kegiatan sekolah. Berdasarkan kebutuhan tersebut, disepakati untuk membuat media kendali

berupa *Google Form* yang akan digunakan oleh wali kelas sebagai sarana pencatatan konsumsi TTD mingguan. *Google form* memfasilitasi pelaporan mandiri secara real-time dan memperkuat sistem monitoring yang partisipatif. Octavianus (2020) menemukan bahwa pemanfaatan *google form* dalam konteks pelaporan indikator pelayanan gawat darurat secara signifikan memperbaiki efektivitas pengumpulan data serta alur kerja petugas menunjukkan bahwa digitalisasi sederhana dapat memperkuat sistem evaluasi dan intervensi kesehatan sekolah.

Launching media kendali konsumsi TTD dilakukan bersamaan dengan kegiatan penyuluhan TERATAI pada Senin, 25 Agustus 2025. Setelah sesi materi penyuluhan selesai, tim Dokter Muda IKM-KK memperkenalkan *google form* kepada wali kelas 7 SMP IT Dar El Iman Padang. Kegiatan peluncuran dimulai dengan penjelasan fungsi form sebagai media pencatatan rutin, kemudian dilakukan simulasi pengisian menggunakan gawai wali kelas. Tim panitia mendampingi wali kelas saat mengakses kode QR, membuka link form, dan mengisi data konsumsi TTD pertama kali.

Untuk memastikan keberlanjutan, panitia bekerja sama dengan guru pembina PMR sekolah sebagai koordinator monitoring, yang bertugas mengingatkan wali kelas untuk setiap minggu mengisi formulir digital. Data yang terkumpul akan dipantau oleh penanggung jawab program gizi Puskesmas Nanggalo.



Gambar 3. Sosialisasi Penggunaan Media Kendali berbasis Formulir Digital.



Gambar 4. Media Digital dalam Pemantauan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah di Sekolah.

3. Penyebaran Media Edukasi

Media edukasi yang digunakan berupa video edukasi dan poster. Video dibuat dalam bentuk animasi sederhana dan durasi video dipertimbangkan tidak terlalu panjang dengan harapan para peserta dan sasaran dapat menonton video hingga selesai dan video edukasi dapat disebarluaskan sehingga manfaat yang diberikan juga lebih besar. Penggunaan video animasi dalam promosi kesehatan remaja didukung oleh teori pembelajaran multimedia (Mayer, 2021, 2022), yang menjelaskan bahwa penggabungan saluran visual dan audio seperti animasi memfasilitasi pemrosesan informasi melalui dua kanal, mengurangi beban kognitif, dan mendorong pembelajaran yang aktif. Video berdurasi dua menit 26 detik menampilkan animasi yang menjelaskan tentang anemia dan mengapa penting untuk mengonsumsi tablet tambah darah. Video juga sudah disesuaikan berdasarkan aturan dari sekolah sehingga layak ditayangkan pada saat acara dan disebarluaskan kepada siswi dan para orang tua. Video tersebut kemudian kami unggah ke dalam beberapa media sosial terkait, diantaranya akun Instagram DM-IKM KK Puskesmas Nanggalo, Puskesmas Nanggalo, dan SMP IT Dar El Iman.



Gambar 5. Media Edukasi berupa Video Interaktif.

Media poster telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan anemia pada remaja putri, sebagaimana dinyatakan dalam penelitian kuasi-eksperimental yang menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan setelah paparan poster dibanding sebelum intervensi ($P=0,017$). Poster edukasi dibuat dengan materi yang dipilih berdasarkan prioritas sesuai dengan kebutuhan masyarakat khususnya remaja putri. Beberapa informasi tersebut diantaranya: apa itu anemia, penyebab anemia, gejala dan dampak anemia, dan manfaat dari tablet tambah darah. Poster dibuat semenarik mungkin namun tetap terbaca dan informatif yang disajikan dengan gambar serta pemilihan kata dan slogan yang menarik. Kemudian poster dicetak dan didistribusikan ke sekolah secara langsung.



Gambar 6. Pemberian Poster Edukasi dan Kode QR Media Kendali kepada Pihak Sekolah.

4. Penetapan Teman TERATAI (Duta Anemia) Sekolah.

Teman TERATAI merupakan duta anemia yang dipilih dari anggota Palang Merah Remaja SMP IT Dar El Iman pada tiap kelas VII. Peran utama Duta Anemia adalah menjadi penggerak dan motivator di kelas masing-masing untuk mengingatkan teman sekelasnya dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin setiap minggu. Implementasi peran Teman TERATAI sebagai duta anemia di kelas memanfaatkan pendekatan peer-education yang telah terbukti efektif dalam promosi kesehatan remaja. Review sistematis terbaru menunjukkan bahwa intervensi berbasis kelompok sebaya secara signifikan mengubah pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan anemia pada remaja (Lutfiasari et al., 2023). Lebih lanjut, program Structured Education Peer Counselors di Denpasar meningkatkan kesadaran remaja terhadap anemia secara bermakna ($p < 0,001$) (Agustini et al., 2024). Hal ini menegaskan potensi Teman TERATAI sebagai agen perubahan perilaku dalam program TERATAI.

Pelantikan Teman TERATAI dilaksanakan bertepatan dengan acara *launching* TERATAI pada Senin, 25 Agustus 2025. Setelah sesi penyuluhan dan peresmian media kendali konsumsi tablet tambah darah. Keempat siswi yang terpilih dari masing-masing kelas dipanggil ke depan untuk menerima pin Duta Anemia yang secara simbolis disematkan oleh Kepala Puskesmas Nanggalo bersama penanggung jawab program gizi Puskesmas Nanggalo. Penyematan pin ini sekaligus menandai peresmian peran mereka sebagai penggerak utama program di tingkat kelas. Momen pelantikan ditutup dengan foto bersama Duta Anemia, pembina PMR, Kepala Puskesmas, dan tim Dokter Muda IKM-KK sebagai dokumentasi kegiatan.



Gambar 7. Pelantikan Duta Anemia SMP IT Dar El Iman Padang.

5. Konsumsi TTD Bersama dan Penetapan Hari Konsumsi Serentak

Sebagai upaya meningkatkan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di kalangan siswi SMP IT Dar El Iman Padang, tim Dokter Muda IKM-KK Puskesmas Nanggalo bersama pihak sekolah dan pemegang program gizi Puskesmas Nanggalo merencanakan hari konsumsi TTD serentak di sekolah. Pelaksanaan konsumsi Tablet Tambah Darah secara serentak dan bersama-sama di kelas dapat memperkuat kebiasaan minum mingguan melalui efek peer-support dan penguatan norma kelompok. Program Weekly Iron-Folic Acid Supplementation (WIFAS) yang dilakukan secara serempak di sekolah terbukti efektif menurunkan prevalensi anemia pada remaja (Yewodiaw et al., 2025; Gosdin et al., 2021). Selain itu, dukungan kelompok sebaya dan pengawasan guru diyakini memperbaiki kepatuhan konsumsi (Zulfikar, 2025).

Melalui diskusi yang dilakukan dengan kepala sekolah, pembina PMR, dan koordinator UKS, diputuskan bahwa hari Jumat dipilih sebagai hari konsumsi TTD bersama. Pemilihan hari Jumat didasarkan pada pertimbangan karena hari Jumat memiliki waktu istirahat sholat Jumat yang menjadikan waktu istirahat siang menjadi lebih panjang dibanding hari lainnya.



Gambar 8. Konsumsi Tablet Tambah Darah Serentak saat Acara..

6. Keterbatasan

Berbagai keterbatasan muncul dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, terutama terkait monitoring dan media promosi. Sistem monitoring digital berbasis Google Form tidak konsisten digunakan, sehingga data kepatuhan sulit dipantau secara berkelanjutan. Media promosi seperti poster dan spanduk juga tidak optimal karena jumlahnya terbatas akibat kendala pendanaan, sementara media cetak yang tersedia mudah rusak atau hilang.

Keterbatasan dalam keberlanjutan program juga cukup nyata. Monitoring hanya berlangsung ketika siswi berada di sekolah, sehingga selama hari libur tidak ada mekanisme kontrol. Program sangat bergantung pada peran guru PMR; ketika guru sibuk, kegiatan dapat terhenti. Pemahaman guru tentang mekanisme minum TTD bersama pun masih kurang konsisten, misalnya masih memberikan satu strip TTD kepada siswi untuk dibawa pulang atau memperbolehkan konsumsi di rumah, yang membuat pemantauan harian menjadi sulit.

Keberlanjutan program semakin terancam karena pelaksana utamanya adalah dokter muda yang hanya berada di sekolah dalam jangka waktu tertentu. Setelah rotasi atau masa tugas selesai, program berisiko berhenti apabila tidak ada pihak sekolah yang mengambil alih secara penuh. Keterbatasan ini menunjukkan perlunya strategi keberlanjutan yang lebih kuat dan kolaborasi yang lebih luas agar program dapat berjalan secara konsisten dan berdampak jangka panjang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Program pengabdian masyarakat dengan judul TERATAI (Teratur Minum Tablet Tambah Darah, Tolak Anemia) yang dilaksanakan di SMP IT Dar El Iman Padang terbukti mampu meningkatkan pengetahuan serta kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah. Selain itu, permasalahan dalam program konsumsi tablet tambah darah di SMP IT Dar El Iman yang meliputi terhentinya kegiatan konsumsi TTD selama satu tahun, rendahnya

pemahaman dan motivasi awal siswi, minimnya dukungan orang tua, tidak adanya sistem pemantauan sebelum intervensi, ketergantungan pada kesiapan sekolah, serta perlunya adaptasi digital bagi guru mulai menemui titik terang. Kegiatan ini mencakup penyuluhan, pemanfaatan media digital, pembentukan duta anemia, serta penetapan hari konsumsi bersama berhasil menjawab permasalahan rendahnya kepatuhan siswi terhadap program TTD. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif, kolaboratif, dan partisipatif dapat menjadi strategi efektif dalam pencegahan anemia remaja.

Program ini perlu diadopsi secara berkelanjutan dengan dukungan lintas sektor, melibatkan sekolah, keluarga, tenaga kesehatan, serta pemanfaatan media digital agar kebiasaan konsumsi TTD dapat terjaga dan berkembang menjadi budaya sehat di kalangan remaja putri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak Puskesmas Nanggalo yang sudah memfasilitasi dan membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terhususnya kepada kepala puskesmas dr. Muhammad Fardhan beserta para pemegang program kluster gizi dan anak usia sekolah.

Terima kasih juga kepada kepala sekolah, ustadzah, dan tenaga pendidik di SMP IT Dar El Iman Padang beserta seluruh siswi, Kepala Departemen dan Koordinator Pendidikan Ilmu Kesehatan Masyarakat - Kedokteran Komunitas, serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2021). Peraturan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2021 tentang Rencana Aksi Nasional Percepatan Penurunan Angka Stunting Indonesia Tahun 2021–2024. Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2021 Nomor 1398.

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam angka*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Gosdin, L., Sharma, A. J., Tripp, K., Amoahful, E. F., Mahama, A. B., Selenje, L., Jefferds, M. E., Martorell, R., Ramakrishnan, U., & Addo, O. Y. (2021). A School-Based Weekly Iron and Folic Acid Supplementation Program Effectively Reduces Anemia in a Prospective Cohort of Ghanaian Adolescent Girls. *Journal of Nutrition*, 151(6), 1646–1655. <https://doi.org/10.1093/jn/nxab024>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur*. Direktorat Gizi Masyarakat, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.

- Komang Tri Agustini, N., & Gde Nita Sri Wahyuningsih, L. (2024). Peningkatan Self Awareness Remaja Cegah Anemia melalui Program Structured Education Peer Counselor di Kota Denpasar. *Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*. <http://journal.stikeshangtuah-sby.ac.id/index.php/JIKSHT//creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>
- Lutfiasari, D., Martini, S., & Widati, S. (2023). The effectiveness of peer group on adolescent anemia prevention behavior: a systematic review. *Journal of Public Health in Africa*, 14(S2). <https://doi.org/10.4081/jphia.2023.2542>
- Mayer, R. E. (2024). The Past, Present, and Future of the Cognitive Theory of Multimedia Learning. *Educational Psychology Review*, 36(1). <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09842-1>
- Neherta, M., Fajria, L., Sari, I. M., Herien, Y., Sari, N., Wahyuningsih, S., Kamilah, S., Rezky, M., & Anggraini, R. (2022). Edukasi Anemia Sebagai Pencegahan Primer Stunting Pada Remaja Putri Di Kelurahan Pasie Nan Tigo Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 5(1), 23–29. <https://doi.org/10.25077/bina.v5i1.416>
- Octavianus, M., Indriani, W., & Fitriarsi, N. (2022). Implementation of Google Forms as Alternative for Quality Indicator Recording and Reporting Systems in the Time of Covid-19 Pandemic. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 54–59. <https://doi.org/10.21776/ub.jkb.2022.032.01.11s>
- Puskesmas Nanggalo. (2024). *Laporan tahunan Puskesmas Nanggalo tahun 2024*. Dinas Kesehatan Kota Padang.
- Salwa Febriani, I., Susilawati, & Aby Restanty, D. (2024). Effectiveness of Digital Pocketbooks and Posters on Anemia Knowledge in Adolescent Women. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*, 4(2), 171–176. <https://doi.org/10.53713/nhsj.v4i2.294>
- Sandika Gustian, M. S., Marliany, H., Kusumawaty, J., Lismayanti, L., & Muhammadiyah Ciamis, Stik. (2024). Pengaruh Edukasi Anemia Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri di SMKN 1 Ciamis The Impact of Anemia Education in Anemia Learning in Teenage Daughters at SMKN 1 Ciamis. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*.
- Yewodiaw, T. K., Alemayehu, M. A., & Teshome, D. F. (2025). Anemia status and associated factors among adolescent girls under weekly iron and folic acid supplementation (WIFAS) and non-WIFAS programs in public schools in Janamora district, Northwest Ethiopia 2023; a comparative cross-sectional study. *BMC Nutrition*, 11(1). <https://doi.org/10.1186/s40795-025-01033-1>
- Zulfikar, R. R. O., Mariani, E., Gunawan, C., Sitorus, N. L., Dilantika, C., Sundjaya, T., Pelangi, B., & Basrowi, R. W. (2025). Improving Iron Deficiency Anemia (IDA) Prevention and Management Strategies in Indonesia: An Expert Opinion. *The Open Public Health Journal*, 18(1). <https://doi.org/10.2174/0118749445361508250602094137>