

**EDUKASI PENGETAHUAN TENTANG KONSUMSI TABLET FE DAN SCREENING  
STATUS ANEMIA REMAJA PUTRI MENGGUNAKAN METODE PAKEM****Sestu Iriami Mintaningtyas<sup>1</sup>, Bahrah Bahrah<sup>2\*</sup>**<sup>1-2</sup>Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Sorong

Email Korespodensi: rha\_poe@yahoo.co.id

Disubmit: 17 Maret 2026

Diterima: 30 Maret 2026

Diterbitkan: 01 April 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i4.25354>**ABSTRAK**

Remaja Indonesia menanggung tiga beban malnutrisi, salah satunya yaitu defisiensi mikronutrien. Proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun meningkat hampir setengah dari tahun 2013 sebesar 18,4% menjadi 32% pada tahun 2018. Upaya yang dilakukan pemerintah dalam mengatasi anemia pada remaja putri yaitu dengan memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) di sekolah dengan dosis pemberian 1 tablet/minggu dan 1 tablet/ hari selama menstruasi. Studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 3 Kwawi didapatkan data sejumlah remaja putri pada kelas 7, 8 dan 9 sebanyak 156 siswi dan yang telah mengalami menstruasi sebanyak 46 siswi, dimana beberapa remaja putri yang telah mengalami menstruasi yang rutin mengkonsumsi tablet tambah darah sekitar 30%. Tujuan dari pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan pentingnya mengkonsumsi tablet Fe dan memberdayakan remaja putri secara mandiri untuk mengkonsumsi tablet Fe secara benar dan teratur serta mengetahui status anemia remaja putri sehingga ditentukan suatu kebijakan dan tindak lanjut pada permasalahan mitra. Metode dalam pengabdian ini adalah dengan melakukan edukasi pada remaja putri tentang pencegahan anemia dan cara mengkonsumsi tablet zat besi dan melakukan screening status anemia pada remaja putri. Sasaran dalam pengabdian ini adalah remaja putri. Kegiatan pengabdian ini dilakukan menggunakan metode PAKEM dengan media bantu video sebagai media edukasi dan penggunaan kartu kontrol untuk memantau kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet zat besi. Hasil pengabdian yaitu terjadi peningkatan pengetahuan remaja, diketahuinya status anemia remaja putri dan diketahuinya kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet zat besi menggunakan kartu kontrol. Kesimpulan yaitu metode PAKEM dan kartu kontrol efektif sebagai metode dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhann remaja putri. Diharapkan dari pihak sekolah mendukung kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet zat besi pada remaja putri.

Kata Kunci: Metode PAKEM, Pengetahuan, Anemia.

**ABSTRACT**

*Indonesian adolescents bear three burdens of malnutrition, one of which is micronutrient deficiency. The proportion of anemia in the 15-24 age group increased by almost half from 18.4% in 2013 to 32% in 2018. Efforts made by the*

government to address anemia in adolescent girls include providing Iron Supplement Tablets (TTD) in schools with a dosage of 1 tablet per week and 1 tablet per day during menstruation. A preliminary study conducted at SMP Negeri 3 Kwawi found data on a total of 156 female students in grades 7, 8, and 9, of which 46 girls had experienced menstruation, and about 30% of these menstruating adolescent girls routinely consumed iron supplement tablets. The purpose of this service is to increase the knowledge of adolescent girls about anemia and the importance of consuming iron tablets, and to empower adolescent girls to independently consume iron tablets correctly and regularly, as well as to know the anemia status of adolescent girls so that policies and follow-up actions on partner problems can be determined. The method in this service is to provide education to adolescent girls about anemia prevention and how to consume iron tablets and to conduct anemia status screening on adolescent girls. The target of this service is adolescent girls. This service activity is carried out using the PAKEM method with video as an educational media and the use of control cards to monitor adolescent girls' compliance in consuming iron tablets. The results of the community service were an increase in adolescent knowledge, the identification of anemia status in female adolescents, and the awareness of female adolescents' compliance in consuming iron tablets using a control card. The conclusion is that the PAKEM method and control card are effective methods for increasing knowledge and compliance among female adolescents. It is hoped that the school authorities will support female adolescents' compliance in consuming iron tablets.

**Keywords:** PAKEM Method, Knowledge, Anemia.

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa perubahan yang terjadi pada masa anak-anak menjadi dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan fisiologis ditandai dengan remaja putri akan mengalami menstruasi (Lufri, 2020). Remaja putri yang telah mengalami menstruasi beresiko tinggi terhadap kejadian anemia terutama anemia gizi besi. Anemia menjadi masalah kesehatan masyarakat karena mempengaruhi sepertiga populasi dunia, memiliki konsekuensi kesehatan yang merugikan terhadap peningkatan morbiditas dan mortalitas, penurunan produktivitas kerja, dan gangguan perkembangan neurologis serta berdampak buruk terhadap pembangunan sosial (Chaparro, C.M & Suchdev, 2019). Menurut *World Health Organization* (WHO), anemia merupakan keadaan di mana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dibawah batas normal, pada remaja putri apabila kadar Hb <12gr/dl (Unicef, 2019).

Anemia merupakan salah satu dari enam masalah gizi di Indonesia dan belum terselesaikan. Berdasarkan data Riskesdas 2018 proporsi anemia pada perempuan (27,2%), lebih tinggi dibandingkan laki-laki (20,3%). Proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun meningkat hampir setengah dari tahun 2013 sebesar 18,4% menjadi 32% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2019). Diperkirakan sebanyak 265 juta lebih banyak kasus anemia pada wanita dan sekitar 800.000 lebih banyak kematian anak dan 7.000-14.000 lebih banyak kematian ibu di tahun 2025 jika anemia tidak dicegah sejak dini (12).

Remaja Indonesia menanggung tiga beban malnutrisi, salah satunya yaitu defisiensi mikronutrien (Unicef, 2020). Remaja putri dengan anemia memiliki lebih banyak masalah gizi dibandingkan dengan tidak anemia (Oy, 2019). Upaya yang dilakukan pemerintah dalam mengatasi anemia pada remaja putri yaitu dengan memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) di sekolah dengan dosis pemberian 1 tablet/minggu dan 1 tablet/ hari selama menstruasi (KEMENKES, 2018). Pemberian TTD pada remaja putri bertujuan memenuhi kebutuhan zat besi, menurut WHO dengan rutin mengkonsumsi TTD rutin setiap minggu terbukti efektif dapat menurunkan anemia sebesar 27% dan efektif sebagai intervensi utama mencegah anemia (WHO, 2018).

Kepatuhan masih menjadi tantangan dalam pemberian TTD pada remaja putri mengingat TTD memiliki efek samping yang ditimbulkan serta masih minimnya pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja. Pemberian pendidikan kesehatan memberikan motivasi untuk mempengaruhi sikap dan keinginan untuk berubah (Rahmat, 2019). Model pembelajaran yang lebih menarik juga perlu diberikan agar lebih mudah dalam merespon dan memahami informasi. Setiap media dan metode memiliki keunggulan dan kelemahan yang jika dipadukan akan saling mengisi dan melengkapi. Berdasarkan penelitian Jalambo *et al* (2018), intervensi edukasi berupa ceramah, diskusi, poster, video, booklet, dan brosur terbukti meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD remaja putri (Jalambo, 2018).

Analisis masalah yang terjadi pada Mitra yaitu berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 3 Kwawi didapatkan data sejumlah remaja putri pada kelas 7, 8 dan 9 sebanyak 156 siswi dan yang telah mengalami menstruasi sebanyak 46 siswi, dimana beberapa remaja putri yang telah mengalami menstruasi yang rutin mengkonsumsi tablet tambah darah sekitar 30%. Hasil wawancara pada beberapa siswi remaja yang tidak konsumsi TTD menyampaikan karena sering lupa, tidak tahu dan tidak mengetahui manfaat dari tablet tambah darah dengan alasan belum terpapar materi tentang anemia pada remaja. Selain itu bentuk pelayanan kesehatan pada Mitra yang membawahi SMP Negeri 3 Kwawi, pelayanan kesehatan pemberian tablet Fe rutin pada remaja dan screening status anemia pada remaja putri di SMP Negeri 3 Kwawi belum maksimal, pelayanan kesehatan pada remaja dalam pemberian tablet Fe hanya dilakukan beberapa kali dalam setahun dan screening anemia yang dilakukan belum maksimal dilakukan dapat menjangkau semua remaja putri karena keterbatasan alat pemeriksaan hemoglobin.

Selain itu remaja putri masih sangat kurang terpapar akan informasi mengenai anemia pada remaja dan pentingnya tablet tambah Fe untuk mencegah anemia. Belum pernah dilakukan edukasi yang rutin mengenai anemia pada remaja putri. Berdasarkan analisis masalah diatas pengusul dan Mitra ingin melakukan suatu edukasi dengan menggunakan metode pendidikan kesehatan yang menarik bagi remaja putri yang dapat meningkatkan pengetahuan remaja dan dilakukannya screenings status anemia pada remaja putri sehingga dapat ditentukan tindak lanjut dari Mitra dan Puskesmas pada remaja putri yang mengalami anemia.

Metode yang digunakan untuk melakukan edukasi remaja putri tentang anemia pada remaja dan skreening status anemia menggunakan metode PAKEM yaitu edukasi dengan cara penyampaian informasi dan edukasi oleh peneliti dengan bersifat partisipatif, aktif, kreatif, efektif dan

menyenangkan yang diberikan kepada remaja putri melalui kegiatan ceramah, diskusi dan refleksi serta screening status anemia yang menyenangkan bagi remaja putri. Seiring dengan berkembangnya IPTEK, pembelajaran daring/*e-learning* menjadi salah satu pilihan dalam memberikan pendidikan secara formal maupun nonformal (Gusti, 2020). PAKEM (partisipatif, aktif, kreatif, efektif, dan menyenangkan) berasaldari konsep bahwa suatu pembelajaran berpusat pada peserta dan bersifat menyenangkan agar dapat termotivasi dalam melakukan eksplorasi dan dapat berkreasi. PAKEM mencakup aspek kognitif, psikomotorik, dan afektif yang dapat menciptakan pemahaman, ide serta karya cipta dengan berbagai metode dan media dalam mencapai tujuan pembelajaran (Rusman, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian Hadi model pembelajaran yang inovatif sangat efektif dan signifikan dalam meningkatkan kepatuhan siswa pada mata pelajaran Akidah dan Akhlak (Hadi, 2019). Penelitian Zakian menyebutkan bahwa peran guru dalam mendorong keaktifan siswa melalui model pembelajaran PAKEM menunjukkan adanya perubahan pada kepatuhan, rasa kesadaran dan tanggung jawab siswa dalam kegiatan keagamaan (Zakian, 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rusmayanty menyebutkan bahwa model pembelajaran PAKEM berpengaruh terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada siswi remaja putri (Rusmayanty, 2021). Berdasarkan latar belakang diatas, maka perlunya mengadakan pengabdian masyarakat yang berjudul "Edukasi Pengetahuan Tentang Konsumsi Tablet Fe Dan Screening Status Anemia Remaja Putri Menggunakan Metode PAKEM di SMP Negeri 03 Manokwari.

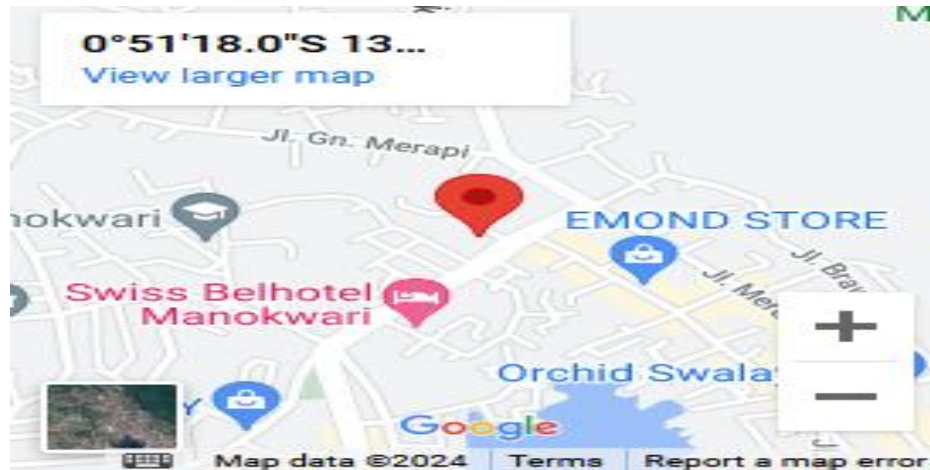
## 2. MASALAH, TUJUAN, RUMUSAN PERTANYAAN DAN MANFAAT

### a. Masalah

Berdasarkan Studi pendahuluan yang dilakukan analisis masalah yang terjadi pada Mitra yaitu berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 3 Kwawi didapatkan data sejumlah remaja putri pada kelas 7, 8 dan 9 sebanyak 156 siswi dan yang telah mengalami menstruasi sebanyak 46 siswi, dimana beberapa remaja putri yang telah mengalami menstruasi yang rutin mengkonsumsi tablet tambah darah sekitar 30%. Hasil wawancara pada beberapa siswi remaja yang tidak konsumsi TTD menyampaikan karena sering lupa, tidak tahu dan tidak mengetahui manfaat dari tablet tambah darah dengan alasan belum terpapar materi tentang anemia pada remaja. Selain itu bentuk pelayanan kesehatan pada Mitra yang membawahi SMP Negeri 3 Kwawi, pelayanan kesehatan pemberian tablet Fe rutin pada remaja dan screening status anemia pada remaja putri di SMP Negeri 3 Kwawi belum maksimal, pelayanan kesehatan pada remaja dalam pemberian tablet Fe hanya dilakukan beberapa kali dalam setahun dan screening anemia yang dilakukan belum maksimal dilakukan dapat menjangkau semua remaja putri karena keterbatasan alat pemeriksaan hemoglobin.

Selain itu remaja putri masih sangat kurang terpapar akan informasi mengenai anemia pada remaja dan pentingnya tablet tambah Fe untuk mencegah anemia. Belum pernah dilakukan edukasi yang rutin mengenai anemia pada remaja putri. Berdasarkan analisis masalah diatas pengusul dan Mitra ingin melakukan suatu edukasi dengan menggunakan metode pendidikan kesehatan yang menarik bagi remaja putri yang dapat

meningkatkan pengetahuan remaja dan dilakukannya screenings status anemia pada remaja putri sehingga dapat ditentukan tindak lanjut dari Mitra dan Puskesmas pada remaja putri yang mengalami anemia.



Gambar 1. Lokasi SMP Negeri 03 Manokwari

b. Tujuan

- 1) Meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan pentingnya mengonsumsi tablet Fe
- 2) Memberdayakan remaja putri secara mandiri untuk mengonsumsi tablet Fe secara benar dan teratur
- 3) Mengetahui status anemia remaja putri sehingga ditentukan suatu kebijakan dan tindak lanjut pada permasalahan mitra

c. Rumusan pertanyaan

Berdasarkan masalah di atas maka pengabdian merumuskan pertanyaan dalam pengabdian masyarakat ini berdasarkan tujuan yaitu :

- 1) Apakah pengetahuan remaja putri tentang anemia dan pentingnya mengonsumsi tablet Fe setelah dilakukan kegiatan pengabdian?
- 2) Apakah remaja putri dapat secara mandiri mengonsumsi tablet Fe secara benar dan teratur setelah dilakukan kegiatan pengabdian?
- 3) Bagaimanakah status anemia remaja putri setelah dilakukan kegiatan pengabdian?

d. Manfaat Kegiatan

- 1) Dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan pentingnya mengonsumsi tablet Fe
- 2) Dapat memberdayakan remaja putri secara mandiri untuk mengonsumsi tablet Fe secara benar dan teratur
- 3) Dapat mengetahui status anemia remaja putri sehingga ditentukan suatu kebijakan dan tindak lanjut pada permasalahan mitra

### 3. KAJIAN PUSTAKA

Masa remaja merupakan masa perubahan yang terjadi pada masa anak-anak menjadi dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan pada pertumbuhan dan perkembangan. Secara fisiologis, remaja putri yang mengalami menstruasi akan mengeluarkan darah setiap bulannya.

Pengeluaran darah secara berlebihan serta siklus menstruasi yang tidak teratur dapat mempengaruhi kondisi pada remaja putri (Rupali & Sanjay, 2017).

Menurut *World Health Organization* (WHO), anemia merupakan keadaan di mana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dibawah batas normal, pada remaja putri apabila kadar Hb <12gr/dl (Unicef, 2019). Anemia menjadi masalah kesehatan masyarakat karena mempengaruhi sepertiga populasi dunia, memiliki konsekuensi kesehatan yang merugikan terhadap peningkatan morbiditas dan mortalitas, penurunan produktivitas kerja, dan gangguan perkembangan neurologis serta berdampak buruk terhadap pembangunansosial dan ekonomi (World Health Organization, 2017) (Chaparro, C.M & Suchdev, 2019).

Kepatuhan masih menjadi tantangan dalam pemberian TTD pada remaja putri mengingat TTD memiliki efek samping yang ditimbulkan serta masih minimnya pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja. Pemberian pendidikan kesehatan memberikan motivasi untuk mempengaruhi sikap dan keinginan untuk berubah (Rahmat, 2019). Seiring dengan berkembangnya IPTEK, pembelajaran daring/*e-learning* menjadi salah satu pilihan dalam memberikan pendidikan secara formal maupun nonformal (Gusti, 2020). Model pembelajaran yang lebih menarik juga perlu diberikan agar lebih mudah dalam merespon dan memahami informasi. Setiap media dan metode memiliki keunggulan dan kelemahan yang jika dipadukan akan saling mengisi dan melengkapi. Berdasarkan penelitian Jalambo *et al* (2018), intervensi edukasi berupa ceramah, diskusi, poster, video, booklet, dan brosur terbukti meningkatkankepatuhan konsumsi TTD remaja putri (Jalambo, 2018).

PAKEM (partisipatif, aktif, kreatif, efektif, dan menyenangkan) berasal dari konsep bahwa suatu pembelajaran berpusat pada peserta dan bersifat menyenangkan agar dapat termotivasi dalam melakukan eksplorasi dan dapat berkreasi. PAKEM mencakup aspek kognitif, psikomotorik, dan afektif yang dapatmenciptakan pemahaman, ide serta karya cipta dengan berbagai metode dan media dalam mencapai tujuan pembelajaran (Rusman, 2017).

PAKEM merupakan sebuah pendekatan pembelajaran (*instructional approach*); bukan strategi atau metode pembelajaran. Istilah PAKEM muncul dari istilah AJEL (*Active Joyful and Effective Learning*), pertama kali di Indonesia dikenal dengan istilah PEAM (Pembelajaran Efektif, Aktif, dan Menyenangkan) pada tahun 1999, namun seiring dengan perkembangan program Manajemen Berbasis Sekolah pada tahun 2002, istilah PEAM diganti menjadi PAKEM. Pendekatan (*approach*) memiliki pengetahuan yang berbeda dengan strategi, bersifat filosofis paradigmatik yang mendasari aplikasi strategidan metode. Pendekatan merupakan pola/cara berpikir atau dasar pandangan terhadap sesuatu yang diimplementasikan dalam sejumlah strategi (Rahmat, 2019)

PAKEM (Partisipatif, Aktif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan) berasal dari konsep bahwa suatu pembelajaran berpusat pada peserta dan bersifat menyenangkan agar dapat termotivasi dalam melakukan eksplorasi dan dapat berkreasi. Indikator PAKEM yaitu aktif (banyak melibatkan aktivitas kelompok sasaran), kreatif (memunculkan kreativitas kelompok sasaran), efektif (tujuan pembelajaran tercapai), dan menyenangkan (tercipta pembelajaran yang kondusif dan menjauhkan kelompok sasaran dari perasaan tertekan) (Zakian, 2019).

#### 4. METODE

1. Khalayak sasaran yang sesuai dan dilibatkan dalam pengabdian masyarakat ini adalah Remaja putri yang telah mengalami menstruasi di SMP Negeri 3 Kwawi Wilayah kerja Puskesmas Pasir Putih. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan cara penyuluhan dan pendampingan praktik mengkonsumsi tablet Fe dan Screening status anemia menggunakan metode PAKEM. Adapun metodenya yaitu :

- a) Persiapan Materi

Materi yang disiapkan saat akan dilakukan pengabdian masyarakat adalah persiapan materi edukasi tentang anemia pada remaja putri. Edukasi diberikan melalui metode PAKEM yang didalamnya ada ceramah menggunakan media bantu leaflet dan media audio visual, diskusi, refleksi, demonstrasi atau role play dan screening status anemia. Adapun materi yang akan diberikan yaitu terkait :

- 1) Pengertian anemia pada remaja putri
- 2) Penyebab anemia
- 3) Tanda dan gejala anemia
- 4) Pencegahan anemia
- 5) Cara mengkonsumsi tablet Fe
- 6) Penggunaan kartu Kontrol

- b) Persiapan Sarana

Persiapan sarana yang dipersiapkan sebelum pelaksanaan kegiatan yaitu dengan menyiapkan berbagai sarana keperluan saat dilakukannya pengabdian. Adapun persiapan sarana yaitu dilakukan oleh tim dosen pengabmas dan dibantu oleh tim mahasiswi yang terlibat dalam pengabmas ini. Adapun saran yang dibutuhkan dalam pelatihan ini adalah :

- 1) Layar LCD
- 2) LCD
- 3) Speaker
- 4) Meja
- 5) Kursi
- 6) Spidol
- 7) Papan tulis
- 8) Video anemia pada remaja
- 9) Kuisioner pengetahuan
- 10) Tablet Tambah Darah
- 11) Air putih
- 12) Kapas alkohol
- 13) Autoklik
- 14) Lancet
- 15) Stik pemeriksaan Hb
- 16) Hb Meter
- 17) Kartu Kontrol
- 18) Tissue kering

- c) Proses

Pelaksanaan kegiatan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan menggunakan metode PAKEM yaitu :

- 1) Melakukan metode ceramah  
Peneliti akan mengumpulkan semua responden dalam satu ruangan untuk memperoleh ceramah tentang anemia pada remaja dan juga mengenai cara mengkonsumsi tablet tambah darah yang benar dan manfaat tablet tambah darah pada remaja serta penggunaan kartu kontrol. Responden akan diberikan juga media leaflet dan media video audio visual tentang anemia pada remaja. Ceramah akan dilakukan selama 60 menit.
  - 2) Diskusi  
Setelah responden memperoleh ceramah tentang materi yang telah dijelaskan, sesi berikutnya yaitu melakukan diskusi kepada remaja dengan membagi responden sebanyak 5 kelompok, dimana setiap kelompok akan diminta membuat rangkuman dari materi yang disampaikan selama 30 menit
  - 3) Refleksi  
Setelah melakukan diskusi, kelompok akan diminta untuk melakukan refleksi dan saling tanya jawab, kelompok dengan rangkuman terbaik akan diberikan reward dilakukan selama 30 menit.
  - 4) Demonstrasi  
Setelah melakukan refleksi kemudian melakukan demonstrasi cara mengkonsumsi tablet tambah darah yang benar, dimana semua remaja putri akan mempraktekan cara mengkonsumsi tablet tambah darah yang benar dan praktik pengisian kartu kontrol mengkonsumsi tablet Fe.
  - 5) Screening pemeriksaan status anemia  
Setelah melakukan demonstrasi, selanjutnya melakukan screening status anemia yaitu melalui pemeriksaan hemoglobin menggunakan Hb meter. Remaja akan ditentukan status anemianya berdasarkan hasil pemeriksaan hemoglobin.
- d) Evaluasi  
Setelah dilakukan edukasi menggunakan metode PAKEM, maka akan dilakukan evaluasi pengetahuan remaja tentang anemia, cara mengkonsumsi tablet tambah darah yang benar dan status anemia remaja putri akan dilaporkan kepihak Mitra. Remaja akan diintervensi pemberian tablet FE selama 14 hari menggunakan kartu kontrol dan di folow up selama 14 hari dievaluasi kembali status anemia remaja putri.
2. Pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Dosen sebagai tim pengabdian, mahasiswa, remaja putri, Guru, dan bidan yang akan membantu tim pengabdian melakukan pengabdian di SMP Negeri 3 Kwawi Kabupaten Manokwari. Partisipasi Mitra dalam kegiatan ini yaitu memberikan izin kepada pengabdian untuk melakukan pengabdian masyarakat, mendukung tempat, SDM dan sarana prasarana yang dibutuhkan dalam pengabdian masyarakat dan memberikan evaluasi dari kegiatan pengabdian ini.
  3. Evaluasi pelaksanaan program
    - a) Evaluasi input  
Evaluasi input yaitu dengan mengevaluasi SDM atau sasaran dalam pengabdian ini yaitu remaja putri di SMP Negeri 3 Kwawi dengan mengevaluasi jumlah remaja putri yang dapat mengikuti pengabdian

ini, antusias remaja dalam mengikuti kegiatan, apakah pengabdian berlangsung sesuai dengan jadwal yang ditentukan, apakah sarana dan prasarana mendukung dan apakah tempat dan perijinan mendukung dalam kegiatan pengabdian ini, pengetahuan remaja tentang anemia, cara mengkonsumsi tablet Fe dengan benar, kepatuhan mengkonsumsi Fe dan status anemia pada remaja.

- b) Evaluasi proses  
Mengevaluasi apakah pelatihan yang diberikan oleh tim pengabdian bisa diterima dan diaplikasikan oleh sasaran dan berlangsung sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan.
- c) Evaluasi output
  - 1) Adanya peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia pada remaja
  - 2) Remaja dapat mempraktekan cara mengkonsumsi tablet Fe dengan benar
  - 3) Adanya peningkatan kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe
  - 4) Peningkatan kadar hemoglobin pada remaja
  - 5) Menghasilkan panduan berupa media audiovisual yang digunakan dapat menjadi media bantu untuk edukasi anemia pada remaja putri dan kartu kontrol kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe

## 5. HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Pelaksanaan kegiatan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan menggunakan metode PAKEM yaitu :

- 1) Sesi Pertama : melakukan metode ceramah  
Peneliti mengumpulkan semua responden remaja putri dalam satu ruangan untuk memperoleh ceramah tentang anemia pada remaja dan juga mengenai cara mengkonsumsi tablet tambah darah yang benar dan manfaat tablet tambah darah pada remaja serta penggunaan kartu kontrol. Responden diberikan juga media leaflet dan media video audio visual tentang anemia pada remaja. Ceramah dilakukan selama 60 menit.
- 2) Sesi Kedua : Diskusi  
Setelah responden memperoleh ceramah tentang materi yang telah dijelaskan, sesi berikutnya yaitu melakukan diskusi kepada remaja dengan membagi responden sebanyak 5 kelompok, dimana setiap kelompok akan diminta membuat rangkuman dari materi yang disampaikan selama 30 menit.
- 3) Sesi Ketiga : Refleksi  
Setelah melakukan diskusi, kelompok akan diminta untuk melakukan refleksi dan saling tanya jawab, kelompok dengan rangkuman terbaik akan diberikan reward dilakukan selama 30 menit.
- 4) Sesi Keempat : Demonstrasi  
Setelah melakukan refleksi kemudian melakukan demonstrasi cara mengkonsumsi tablet tambah darah yang benar, dimana semua remaja putri akan mempraktekan cara mengkonsumsi tablet tambah darah yang benar dan praktik pengisian kartu kontrol mengkonsumsi tablet

Fe. Setelah itu remaja diberikan tablet Fe sebanyak 10 butir pada masing-masing mahasiswa.

5) Sesi Kelima : Screening pemeriksaan status anemia

Setelah melakukan demonstrasi, selanjutnya melakukan screening status anemia yaitu melalui pemeriksaan hemoglobin menggunakan Hb meter. Hasil pemeriksaan hemoglobin pada Remaja akan ditentukan status anemianya setelah mengkonsumsi tablet Fe selama 10 hari yang tercatat pada kartu kontrol.

Evaluasi yang dilakukan adalah dengan melakukan evaluasi setelah melakukan kegiatan pengabmas yaitu melakukan evaluasi dari 30 remaja putri yang ditunjukkan pada tabel 1 yaitu :

**Tabel 1**  
**Skor status anemia remaja putri setelah diberikan tablet Fe**

No	Status Anemia	Frekuensi (%)
1	Tidak Anemia	25 (83,3%)
2	Anemia	5 (16,7%)
	Total	30 (100)

Berdasarkan tabel diatas dari 30 remaja yang diberikan tablet tambah darah selama 10 hari berdasarkan evaluasi yang telah dilakukan setelah remaja mengkonsumsi tablet zat besi dievaluasi status anemia remaja diperoleh terdapat 25 remaja putri yang tidak anemia (83,3%) dan terdapat 5 orang remaja putri yang mengalami anemia (16,7%).

**Tabel 2**  
**Skor Pengetahuan remaja putri tentang anemia**

No	Pengetahuan	Frekuensi	
		Sebelum (n)%	Sesudah (n)%
1	Baik	10 (33,3)	24 (80)
2	Kurang	20 (66,7)	6 (20)
	Total	30 (100)	30 (100)

Berdasarkan tabel diatas dari 30 remaja putri yang mengikuti kegiatan pengabmas dievaluasi tingkat pengetahuan remaja putri tentang edukasi anemia dan screening status anemia menggunakan metode PAKEM sebelum diberikan edukasi tingkat pengetahuan baik berjumlah 10 orang (33,3%) dan pengetahuan kurang berjumlah 20 orang (66,7%) dan setelah diberikan edukasi terjadi perubahan pengetahuan yaitu pengetahuan baik berjumlah 24 orang (80%) dan pengetahuan kurang berjumlah 6 orang (20%).



Gambar 2. Foto Kegiatan PKM

## b. Pembahasan

Remaja putri dengan anemia memiliki lebih banyak masalah gizi dibandingkan dengan tidak anemia (Oy, 2019). Upaya yang dilakukan pemerintah dalam mengatasi anemia pada remaja putri yaitu dengan memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) di sekolah dengan dosis pemberian 1 tablet/minggu dan 1 tablet/ hari selama menstruasi (KEMENKES, 2018). Pemberian TTD pada remaja putri bertujuan memenuhi kebutuhan zat besi, menurut WHO dengan rutin mengonsumsi TTD rutin setiap minggu terbukti efektif dapat menurunkan anemia sebesar 27% dan efektif sebagai intervensi utama mencegah anemia (WHO, 2018). Kepatuhan masih menjadi tantangan dalam pemberian TTD pada remaja putri mengingat TTD memiliki efek samping yang ditimbulkan serta masih minimnya pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja. Pemberian pendidikan kesehatan memberikan motivasi untuk mempengaruhi sikap dan keinginan untuk berubah (Rahmat, 2019). Model pembelajaran yang lebih menarik juga perlu diberikan agar lebih mudah dalam merespon dan memahami informasi. Setiap media dan metode memiliki keunggulan dan kelemahan yang jika dipadukan akan saling mengisi dan melengkapi. Berdasarkan penelitian Jalambo *et al* (2018), intervensi edukasi berupa ceramah, diskusi, poster, video, booklet, dan brosur terbukti meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD remaja putri (Jalambo, 2018).

Kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah sangat memerlukan motivasi. Tanpa motivasi orang sulit bergerak untuk meraih apa yang jadi target dalam hidupnya. Menurut Soen Siregar, motivasi merupakan kecerdasan yang ditingkatkan dalam individu sehingga tetap mendorong diri untuk menjadi lebih baik lagi dan menimbulkan perubahan dan peningkatan kualitas kehidupan sehari-hari. Bahwa dalam diri seseorang memiliki daya pendorong yang mampu menciptakan gairah dan semangat untuk melakukan kegiatan sehari-hari maupun dalam pembelajaran (Laura, 2020).

Pelaksanaan edukasi dan screening status anemia menggunakan metod PAKEM menggunakan kartu kontrol pada remaja putri menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe. Hasil pengabdian masyarakat ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Rismayanti (2021) tentang pengaruh pemberian edukasi PAKEM terhadap kepatuhan remaja dalam

mengonsumsi tablet zat besi hasil penelitian menunjukkan bahwa model edukasi PAKEM lebih efektif dari media leaflet terhadap kepatuhan remaja dalam konsumsi tablet zat besi (Rusmayanty, 2021).

PAKEM adalah pembelajaran yang aktif, yang dimaksud dengan pembelajaran aktif (*active*) yaitu suatu pendekatan pembelajaran yang melibatkan anak didik untuk lebih banyak berinteraksi dengan kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan. PAKEM menunjang peserta didik dalam mengembangkan kemampuan berpikir seperti berpikir kritis, menganalisis permasalahan dengan teliti, dapat menilai pembelajaran yang baik terhadap berbagai peristiwa belajar dan dapat menerapkan pembelajaran dalam kehidupan sehari-hari. Dari pembelajaran ini didapatkan kesamaan dengan pembelajaran *self discovery learning*, yaitu suatu pembelajaran yang dilakukan oleh anak didik supaya dapat menemukan kesimpulan sendiri, sehingga dapat dijadikan sebagai hasil yang baru (Laura, 2020).

Selain itu peran serta keluarga terutama suami sebagai faktor penguat memegang peranan penting dalam meningkatkan kepatuhan mengonsumsi tablet besi. Kepedulian pendamping dalam memperhatikan dan memonitor konsumsi tablet besi setiap hari meningkatkan kepatuhan ibu hamil. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aditianti dkk (2015) yang meneliti tentang pendampingan minum obat TTD dapat meningkatkan kepatuhan ibu hamil dalam konsumsi obat TTD, hasil penelitian menunjukkan bahwa peran dan dukungan pendamping dibutuhkan ibu hamil untuk meningkatkan kepatuhan mengonsumsi TTD (Aditianti, Yurista Permanasari, 2015).

Waliyo dan Agusanty (2016) telah mengembangkan kartu kontrol untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD ibu hamil. Kartu kontrol konsumsi tersebut dapat meningkatkan konsumsi TTD sebesar 23,3% jika dibandingkan dengan kelompok kontrol hanya 6,7%. Dengan penggunaan kartu pemantauan minum tablet tambah darah ini dapat memotivasi ibu hamil agar dapat menghabiskannya yang diberikan, dan kartu ini juga sebagai media komunikasi, informasi dan edukasi selama kehamilan (E Waliyo, 2016).

## 6. KESIMPULAN

- a. Adanya peningkatan skor pengetahuan remaja putri sebelum dan setelah diberikan edukasi tentang manfaat pencegahan anemia
- b. Hasil screening pemeriksaan anemia pada remaja putri setelah diberikan tablet tambah darah diperoleh dari 30 remaja putri diperoleh 5 orang remaja putri mengalami anemia
- c. metode PAKEM dan kartu kontrol efektif sebagai metode dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhann remaja putri.

### Saran

Diharapkan kegiatan edukasi ini tidak hanya memberikan pengetahuan tentang pencegahan anemia, tetapi juga diikuti dengan perlunya monitoring dari pihak sekolah mendukung kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet zat besi dan bagi Puskesmas yang membawahi SMP negeri 03 Manokwari agar terjadwal dan rutin melakukan screening pemeriksaan anemia pada remaja putri.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Aditianti, Yurista Permanasari, Dan E. D. J. (2015) 'Pendampingan Minum Tablet Tambah Darah (Ttd) Dapat Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Ttd Pada Ibu Hamil Anemia (Family And Cadre Supports Increased Iron Pils Compliance In Anemic Pregnant Women)', *Penelitian Gizi Dan Makanan*, 38(1), Pp. 71-78.
- Chaparro, C.M & Suchdev, P. S. (2019) 'Anemia Epidemiology, Pathophysiology, And Etiology In Low- And Middle-Income Countries.', *Ann N Y Acad Sci.* 2019 August; 1450(1): 15-31. Doi:10.1111/Nyas.14092.
- E Waliyo, S. A. (2016) 'Uji Coba Kartu Pemantauan Minum Tablet Tambah Darah (Fe) Terhadap Kepatuhan Konsumsi Ibu Hamil', *Jurnal Vokasi*.
- Gusti, S. Dkk. (2020) *Belajar Mandiri: Pembelajaran Daring Di Tengah Pandemi Covid-19*. Medan: Cetakan Pertama. Yayasan Kita Menulis.
- Hadi, S. (2019) *Inovasi Model Pengajaran Berbasis Karakter Dalam Meningkatkan Ketaatan Dan Kepatuhan Pada Mata Pelajaran Akhlak Akhlak Siswa Mts Nu Demak Tahun Pelajaran 2017/2018*. Thesis. Program Studi Manajemen Pendidikan Islam (Mpi) Pascasarjana lain Kudus.
- Jalambo, M. Et Al. (2018) 'Effects Of Iron Supplementation And Nutrition Education On Haemoglobin, Ferritin And Oxidative Stress In Iron-Deficient Female Adolescents In Palestine: Randomized Control Trial.', *East Mediterr Health Journal*, Vol. 24 (6): 560-566.
- Kemendes, R. (2018) *Profil Kesehatan 2017, Ministry Of Health Indonesia*.
- Laura, J. (2020) 'Pengaruh Model Pakem Terhadap Hasil Belajar Siswa Pendidikan Agama Kristen', *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 2(1), Pp. 15-31.
- Lufri, Et Al. (2020) *Metodologi Pembelajaran: Strategi, Pendekatan, Model, Metode Pembelajaran*. Malang: Cv Irdh.
- Oy, S. Et Al. (2019) 'Problem Nutrients In Adolescent Girls With Anemia Versus Nonanemic Adolescent Girls And The Optimized Food-Based Recommendations To Meet Adequacy Of These Nutrients In Adolescent School Girls In East Java, Indonesia.', *Food And Nutrition Bulletin* 20(10), P. 1-13.
- Rahmat, P. S. (2019) *Strategi Belajar Mengajar*. Surabaya: Scopindo Media Pustaka.
- Riskesdas (2019) . 'Riset Kesehatan Dasar Laporan Nasional 2018.', In. Jakarta: Bppk.
- Rupali, P. A. And Sanjay, K. S. (2015) 'Anemia: Does It Have Effect On Menstruation?', *Scholars Journal Of Applied Medical Sciences (Sjams)*, 3, Pp. 514-517.
- Rusman. (2014) *Model-Model Pembelajaran (Mengembangkan Profesionalisme Guru)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Rusmayanty (2021) *Pengaruh Model Edukasi Pakem (Partisipatif, Aktif, Kreatif, Efektif, Dan Menyenangkan) Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Siswi Sman 12 Makassar*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar.
- Unicef (2019) 'Adolescent Overview: Investing In A Safe, Healthy And Productive Transition From Childhood To Adulthood Is Critical. Unicef

- Data: Monitoring The Situation Of Children And Women. Retrieved From <https://Data.Unicef.Org/Topic/Adolescents/Overview/>'.
- Unicef (2020) *Upaya Remaja Mencegah Anemia. Unicef Indonesia, 30 Juni 2020.* Retrieved From (<https://www.unicef.org/indonesia/id/coronavirus/cerita/upaya-remaja-mencegah-anemia>).
- Who (2018) *Handout For Module A Introduction: Orientation Programme On Adolescent Health For Health Care Providers. Department Of Child And Adolescent Health And Development.* Who 1211 Geneva 27, Switzerland.
- World Health Organization (2015) 'Micronutrient Deficiency : Iron Deficiency Anemia.' Retrieved From: <http://www.who.int/nutrition/topics/en/>.'
- Zakian, M. (2019) *Peran Guru Dalam Mendorong Keaktifan Siswa Mengikuti Kegiatan Keagamaan Di Smp Islam Sudirman Kecamatan Tenganan Tahun Pelajaran 2018/2019.* Skripsi. Institut Agama Islam Negeri Salatiga, Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Jurusan Pendidikan Agama Islam.