



Prinsip Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Remaja Putri dalam Situasi Pandemi COVID 19 melalui Booklet sebagai Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Selatan Kota Gorontalo

Principles of Prevention and Management of Anemia in Adolescent Women in a COVID 19 Pandemic Situation through Booklets as Efforts to Improve Adolescent Health Degrees in the Work Area of Puskesmas Kota Selatan, Gorontalo City

Endah Yulianingsih¹, Sri Yulianti Mile², Desak Made Yuliani³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Kota

Corresponding author: endahyulianingsih@yahoo.com

Abstrak

Pada situasi pandemi COVID-19, kondisi anemia berpotensi untuk menurunkan daya tahan tubuh dan berisiko terkena infeksi, termasuk infeksi corona virus. Anemia merupakan keadaan yang sering disebut dengan kurang darah yaitu Hemoglobin (Hb) kurang dari 12 gr%. Anemia terkait erat dengan masalah kesehatan reproduksi terutama pada wanita. Remaja putri berisiko lebih tinggi terkena anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki karena alasan pertama remaja perempuan setiap bulan mengalami siklus menstruasi. Anemia memberikan dampak yang kurang baik bagi remaja yaitu dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional, pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan, bahkan menyebabkan kematian ibu dan anak. Pengabdian ini bertujuan meningkatkan kemampuan dan ketrampilan serta sebagai upaya pemberdayaan remaja dalam pencegahan dan penanganan anemia dalam situasi pandemic COVID 19. Metode yang dilakukan dalam pengabdian ini adalah Pendidikan kesehatan melalui booklet. Berdasarkan hasil monitoring dan evaluasi terdapat peningkatan pengetahuan dan ketrampilan remaja dalam prinsip pencegahan dan penanganan anemia pada remaja putri.

Kata Kunci : Anemia, Remaja

Abstract

In the COVID-19 pandemic situation, anemia has the potential to reduce endurance and the risk of infection, including corona virus infection. Anemia is a condition that is often referred to as lack of blood, namely hemoglobin (Hb) less than 12 g%. Anemia is closely related to reproductive health problems, especially in women. Girls are at a higher risk of developing anemia than boys because the first reason is that girls experience menstrual cycles every month. Anemia has an unfavorable impact on adolescents, which can cause delays in physical growth, behavioral and emotional disorders, growth and development of the fetus in the womb and has the potential to cause pregnancy and childbirth complications, and even cause maternal and child deaths. This service aims to improve abilities and skills as well as an effort to empower adolescents in the prevention and handling of anemia in the COVID 19 pandemic situation. The method used in this service is health education through booklets. Based on the results of monitoring and evaluation,



there is an increase in the knowledge and skills of adolescents in the principles of prevention and management of anemia in adolescent girls

Keywords: Anemia, Young Women

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah gizi utama di Asia termasuk di Indonesia. Pada anak usia sekolah, prevalensi anemia tertinggi ditemukan di Asia Tenggara dengan perkiraan sekitar 60% anak mengalami anemia (Lestari, Widodo and Mulyani, 2016). Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah dari pada nilai normal (Roosley, 2016). Anemia sangat tinggi (berkisar antara 80-90%) pada anak-anak prasekolah, remaja, ibu hamil dan menyusui. Di India 55,8% dari remaja berusia 15-19 tahun dilaporkan menjadi anemia (Suryani, Hafiani and Junita, 2017).

Remaja putri berisiko lebih tinggi terkena anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki karena alasan pertama remaja perempuan setiap bulan mengalami siklus menstruasi dan alasan kedua yaitu karena memiliki kebiasaan makan yang salah (Masthalina, 2015). Anemia memberikan dampak yang kurang baik bagi remaja yaitu dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional. (Khoirunisa dan Nugraheni, 2017).

Tanda anemia pada remaja putri yaitu lesu, lemah, letih, lelah dan lalai (5L), sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang. Gejala lebih lanjut adalah kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat. Sedangkan dampak lain anemia defisiensi zat besi adalah produktivitas rendah, perkembangan mental dan kecerdasan terhambat, menurunnya sistem imunitas tubuh, dan morbiditas (Bakta, 2006) dalam (Utami and Mardiyansih, 2015) Kekurangan zat gizi mikro pada masa remaja dapat berdampak negatif pada proses pertumbuhan dan kematangan organ-organ reproduksi (Dea, 2014). Berdasarkan Djakaria (2019) didapatkan bahwa remaja putri yang mengalami anemia pada saat menstruasi menyebabkan remaja putri tidak masuk sekolah dengan alasan pusing dan lemah.

Melihat dampak anemia yang sangat besar dalam menurunkan kualitas sumber daya manusia, maka sebaiknya penanggulangan anemia perlu dilakukan sejak dini, sebelum remaja putri menjadi ibu hamil, agar kondisi fisik remaja putri tersebut telah siap menjadi ibu yang sehat. Wanita mengalami menstruasi setiap bulannya yang berarti kehilangan darah secara rutin dalam jumlah cukup banyak, dan juga memiliki kebiasaan makan tidak teratur, mengkonsumsi makanan berisiko seperti *fast food*, *snack* dan *soft drink* dan tingginya keinginan mereka untuk berdiet agar tampak langsing yang mempengaruhi asupan zat gizi termasuk sumber Fe (Fikawati, Syafiq and Nurjuaida, 2016).

Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo tahun 2018 remaja putri tingkat SMP yang mengalami anemia di Kota Gorontalo berjumlah 16 orang. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yulianingsih (2019) tentang determinan faktor Risiko kejadian anemia didapatkan bahwa jumlah remaja putri yang mengalami anemia di wilayah kerja Puskesmas Kota Selatan Kota Gorontalo sejumlah 32% dengan total keseluruhan sebanyak 99 orang remaja putri menderita anemia dan terdapat 166 (52,9) orang yang memiliki pengetahuan tentang anemia kurang. Selain itu ditemukan sebanyak 171 (55,9%) remaja putri tidak mengkonsumsi asupan makanan yang dapat mengandung zat besi, dan terdapat 238 (77,8%) orang yang tidak mengkonsumsi tablet tambah darah secara teratur.

Pandemi Covid-19 yang terjadi saat ini merupakan salah satu bencana non alam yang dialami berbagai negara di dunia, termasuk Indonesia. Virus corona telah menjangkau lebih dari 170 negara di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Setiap hari korban covid-19 terus bertambah sehingga memperburuk situasi darurat bencana (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020)

Kesehatan merupakan hak asasi manusia yang harus dipenuhi dalam situasi apapun, termasuk pada situasi bencana. Demikian halnya dengan kesehatan reproduksi yang merupakan bagian dari kesehatan. Oleh karena itu, pelayanan kesehatan reproduksi harus selalu ada dan tersedia pada situasi bencana. Agar hak kesehatan reproduksi dapat tetap terpenuhi pada saat bencana, penduduk yang terdampak harus memiliki akses informasi dan pelayanan kesehatan reproduksi bagi remaja. Akan tetapi, pada pandemi covid-19 dapat timbul krisis kesehatan, termasuk kebutuhan akan kesehatan reproduksi yang seringkali terabaikan. Ada kemungkinan suatu fasilitas kesehatan tidak maksimal memberikan pelayanan kesehatan reproduksi remaja karena fokus penanganan penularan covid-19. Terlihat dari penanganan covid-19 melibatkan hampir semua profesi tenaga kesehatan. Oleh karena itu, menjawab permasalahan ini, diperlukan KIE (Komunikasi, Informasi dan Edukasi) tentang Prinsip Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. Hal ini dimaksudkan untuk mencegah anemia yang berkelanjutan pada remaja putri.

Meskipun COVID-19 terus menyebar, masyarakat harus mengambil tindakan untuk mencegah penularan lebih jauh, mengurangi dampak wabah ini dan mendukung langkah-langkah untuk mengendalikan penyakit ini. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020) melalui informasi yang benar tentang wabah ini serta peningkatan daya tahan tubuh dengan pola hidup sehat.

Sebagai bentuk jawaban dari permasalahan tersebut, tim pengabdian ingin memberikan Informasi tentang Prinsip pencegahan anemia dengan menggunakan booklet pada remaja putri melalui kegiatan pelatihan. Kegiatan ini berupaya memberikan pendampingan, pembinaan dan pemeriksaan berkaitan dengan Prinsip Pencegahan anemia pada Remaja Putri yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kota Selatan Kota Gorontalo.

1. Permasalahan Mitra

Berdasarkan analisis situasi pada latar belakang, beberapa hal yang dianggap pengusul sebagai masalah prioritas yang harus ditangani antara lain adalah Minimnya informasi dan referensi tentang Pencegahan anemia pada remaja melalui berbagai media

2. Tujuan

a. Tujuan Umum

Sebagai Institusi yang bernaung dibawah Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Dosen Poltekkes Kemenkes Gorontalo ikut serta dalam upaya perbaikan kesehatan masyarakat melalui upaya pencegahan kejadian anemia pada masa pandemic Covid19 pada umumnya dan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Kota Selatan Melalui hasil penelitian yang diaplikasikan kedalam wujud pengabdian masyarakat secara langsung.

b. Tujuan Khusus

Setelah dilaksanakan pengabdian masyarakat ini, diharapkan terjadi :

- a. Peningkatan pemahaman tentang prinsip pencegahan anemia pada remaja putri di wilayah kerja puskesmas Kota Selatan.
- b. Peningkatan pemahaman tentang pencegahan COVID 19 pada remaja putri di wilayah kerja puskesmas Kota Selatan
- c. Pembentukan Kader Remaja Anti Anemia di wilayah kerja Puskesmas Kota Selatan

3. Manfaat

- a. Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Kota Selatan
Peningkatan pemahaman masyarakat tentang Prinsip Pencegahan Anemia di masa Pandemi COVID 19.
- b. Dinas Kesehatan Provinsi dan Kota Gorontalo.
Menunjukkan keterlibatan penuh sebagai wujud tanggung jawab dan pelaksanaan tugas dalam hal mendukung Kebijakan pemerintah dalam upaya penurunan angka kejadian anemia Diwilayah Ketja Pusekemas Kota Selatan Kota Gorontalo.
- c. Puskesmas Kota Selatan
Menunjukkan keterlibatan penuh sebagai wujud tanggung jawab langsung kepada masyarakat dalam hal mendukung Kebijakan pemerintah untuk memutus Penyebaran virus COVID 19 di Provinsi Gorontalo pada umumnya serta Kecamatan Kota Selatan, Kota Gorontalo pada khususnya.
- d. Poltekkes Kemenkes Gorontalo
Menunjukkan keterlibatan sivitas akademika dalam mengaplikasikan keilmuannya untuk menyelenggarakan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat sebagai wujud Pelaksanaan Tridarma Perguruan Tinggi dalam hal mendukung Kebijakan pemerintah untuk memutus Penyebaran virus COVID 19 di Provinsi Gorontalo pada umumnya serta Kecamatan Kota selatan Kota Gorontalo pada khususnya.

METODE

Kegiatan pengabdian pada masyarakat kemitraan ini dilaksanakan melalui tahap persiapan, pelaksanaan dan monitoring evaluasi.

1. Tahapan persiapan

Tahapan persiapan meliputi : Koordinasi dengan Pihak Mitra yaitu Kepala Puskesmas dan Karang Taruna Wilayah Kerja Puskesmas Kota Selatan, pendataan jumlah remaja yang akan diikuti sertakan dalam kegiatan pengabdian ini, Penyiapan sarana bantuan alat cetak booklet dan perlengkapan Materi.

2. Tahapan pelaksanaan



Gambar 1.

Pembagian Booklet, Protokol kesehatan dan Tablet tambah darah kepada Kepala Puskesmas Kota Selatan Kota Gorontalo mewakili Remaja Putri.



Gambar 2
Pelaksanaan kegiatan penyuluhan

Pada tahap pelaksanaan menggunakan metode pendidikan kesehatan melalui penyuluhan dan sosialisasi kepada remaja putri dalam peningkatan pengetahuan remaja melalui media kesehatan (pemberian booklet). Pada tahap ini diharapkan remaja putri memahami pentingnya, pengetahuan & sikap tentang prinsip pencegahan dan penanganan anemia pada situasi pandemi COVID 19. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan di Aula Kecamatan Wilayah Kota Selatan Kota Gorontalo, sasaran yang hadir adalah sebanyak 30 org dengan memenuhi protocol kesehatan. Pada kegiatan ini juga dilakukan pembagian Protokol kesehatan dan tablet Fe.

3. Tahapan Evaluasi



Gambar 3
Pengisian Kuisisioner

Tahapan ini dilakukan pengukuran pengetahuan & sikap dilakukan dengan cara menyebar pertanyaan dalam bentuk koesioner pengetahuan untuk menilai peningkatan pengetahuan & sikap remaja dalam prinsip pencegahan dan penanganan anemia pada remaja putri. Upaya ini

diharapkan ada penilain objektif terhadap pengetahuan remaja putri baik sebelum maupun setelah pemberian. Penilaian pengetahuan ini sebagai tindak lanjut kepada pemangku kebijakan setempat tentang karakteristik pengetahuan remaja tentang pencegahan dan penanganan anemia bagi remaja dalam situasi pandemic COVID 19 yang baik dan benar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 10 Juni 2020 diikuti oleh 30 remaja yang berada diwilayah kerja Puskesmas Kota Selatan Kota Gorontalo. Berdasarkan hasil penilaian Pretest dan Posttest. Hasil pre test dan post test dengan menggunakan 30 butir soal sebagai berikut :

a. Pre Test

| | |
|-----------------|-------|
| Nilai terendah | : 30 |
| Nilai tertinggi | : 70 |
| Rata-rata nilai | : 48% |

b. Post Test

| | |
|-----------------|-------|
| Nilai terendah | : 80 |
| Nilai tertinggi | : 100 |
| Rata-rata nilai | : 99% |

Berdasarkan hasil analisis statistik didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi dan demostrsasi dimana rata-rata tingkat pengetahuan meningkat dari 48% menjadi 99%.

2. Pembahasan

Pengabdian masyarakat ini menggunakan model pendekatan promosi dan preventif melalui penyuluhan dengan menggunakan media booklet Prinsip Pencegahan dan Penanganan Anemia bagi Remaja Putri pada situasi Pandemi COVID 19. Kegiatan ini merupakan salah satu bentuk upaya dan perhatian terhadap kesehatan remaja putri. Kesehatan adalah dambaan setiap umat manusia. Berdasarkan UU kesehatan No.36 tahun 2009, pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemampuan dan kemauan yang sehat bagi setiap penduduk agar dapat mewujudkan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya, sebagai investasi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial serta ekonomisnya. Berbagai upaya kesehatan menitikberatkan pada upaya promotif (peningkatan) dan preventif (pencegahan) dengan tidak mengabaikan upaya pengobatan (kuratif) dan rehabilitatif (Safitri, 2016)

Berdasarkan hasil pretest dan posttest diperoleh hasil bahwa terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri tentang prinsip pencegahan dan penanganan anemia. Menurut Notoatmodjo, bahwa pendidikan kesehatan dalam jangka waktu pendek dapat menghasilkan perubahan, peningkatan pengetahuan individu, kelompok dan masyarakat. Seseorang yang terpapar informasi mengenai suatu topik tertentu akan memiliki pengetahuan yang lebih banyak dari pada tidak terpapar informasi (Notoadmojo, 2012).

Pengetahuan yang baik dirasa penting pada saat masa-masa remaja ini, karena pengetahuan merupakan salah satu komponen dalam pembentukan sikap seseorang, bisa



dikatakan apabila pengetahuan remaja tentang pubertas tidak memadai akan berdampak pada sikap remaja yang cenderung negative menilai sesuatu yang ada kaitannya dengan seksual (Trisetiyaningsih *et al.*, 2020). Pada situasi krisis kesehatan, remaja yaitu kelompok anak usia 18 tahun cenderung menjadi kelompok rentan dan cenderung terabaikan. Remaja lebih mengetahui kemampuan dan masalah remaja, mereka juga memiliki potensi untuk diberdayakan sebagai konselor sebaya bagi sesama remaja yang mengalami masalah kesehatan terutama kesehatan reproduksi remaja atau dapat diberdayakan untuk melakukan penilaian awal kebutuhan kesehatan yang diperlukan remaja lainnya (Ri, no date). Pengetahuan yang baik dirasa penting pada saat masa-masa remaja ini, karena pengetahuan merupakan salah satu komponen dalam pembentukan sikap seseorang, bisa dikatakan apabila pengetahuan remaja tentang pubertas tidak memadai akan berdampak pada sikap remaja yang cenderung negative menilai sesuatu yang ada kaitannya dengan seksual (Trisetiyaningsih *et al.*, 2020).

Kualitas sumber daya manusia (SDM) ditentukan oleh banyak faktor yang saling berhubungan, berkaitan, dan saling bergantung, diantaranya adalah faktor pendidikan dan kesehatan. Kesehatan merupakan prasyarat yang diperlukan agar upaya pendidikan berhasil, selanjutnya pendidikan yang diperoleh akan sangat mendukung tercapainya peningkatan status kesehatan seseorang (Arumsari, 2008).

Dalam membentuk kualitas manusia yang mempunyai kemampuan kerja fisik yang baik, tentunya harus didukung oleh tingkat pengetahuan yang baik pula. Kesehatan adalah dambaan setiap umat manusia. Berdasarkan UU kesehatan No.36 tahun 2009, pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemampuan dan kemauan yang sehat bagi setiap penduduk agar dapat mewujudkan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya, sebagai investasi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial serta ekonomisnya (Alamsyah, 2018). Berbagai upaya kesehatan menitikberatkan pada upaya promotif (peningkatan) dan preventif (pencegahan) dengan tidak mengabaikan upaya pengobatan (kuratif) dan rehabilitatif (Safitri, 2016).

Upaya kesehatan merupakan kegiatan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan masyarakat yang dilaksanakan secara menyeluruh, terpadu serta berkesinambungan. Promosi kesehatan merupakan salah satu pilar dalam membangun derajat kesehatan yang sempurna, baik fisik, mental dan mengatasi berbagai masalah kesehatan (Minokta Lendra, Marlenywati, 2018). Promosi kesehatan merupakan salah satu metode dalam peningkatan pengetahuan remaja dalam prinsip pencegahan dan penanganan anemia. Promosi kesehatan yang dilaksanakan dalam pengabdian pada masyarakat ini melalui pendidikan kesehatan yang dilakukan melalui pelatihan, ditambah dengan metode promosi yang tepat dalam pelaksanaan dan penerapan merupakan langkah yang strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui penggunaan booklet (Aulia Dewi Listiyana, Mardiana, 2013).

Media promosi kesehatan merupakan salah satu sarana atau upaya yang dapat digunakan untuk menampilkan pesan atau informasi kesehatan yang ingin disampaikan kepada remaja sehingga meningkatkan pengetahuan yang akhirnya diharapkan dapat merubah perilakunya kearah positif atau mendukung terhadap kesehatan (Anwar, 2010). Menurut Edgar Dale bahwa media merupakan integrasi dalam sistem pembelajaran. Namun, efektifitas media tidak dilihat dari seberapa canggihnya media tersebut dalam penggunaannya. Untuk menghindari persepsi yang salah itulah maka terbentuklah media booklet sebagai media pembelajaran, yang dalam perkembangannya media tersebut memanfaatkan pengalaman yang kongkrit sebagai model pembelajaran (Susanti *et al.*, 2018).



Booklet merupakan media penyampai pesan kesehatan dalam bentuk buku dengan kombinasi tulisan dan gambar. Kelebihan yang dimiliki media booklet yaitu informasi yang dituangkan lebih lengkap, lebih terperinci dan jelas serta bersifat edukatif. Selain itu, booklet yang digunakan sebagai media edukasi ini bisa dibawa pulang, sehingga dapat dibaca berulang dan disimpan. Penyusunan booklet ini disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi remaja serta dikombinasikan dengan gambar sehingga menarik perhatian remaja dan menghindari kejenuhan remaja dalam membaca (Minokta Lendra, Marlenywati, 2018). Hal ini yang menjadi alasan pemilihan booklet sebagai media edukasi. Booklet berjudul Prinsip pencegahan dan penanganan anemia pada remaja putri dalam situasi pandemi Covid 19.

Peningkatan pengetahuan dan sikap dalam pengabdian ini terjadi berkaitan dengan kelebihan dari booklet yaitu materi yang dituangkan dalam booklet lebih lengkap, lebih terperinci, jelas dan edukatif serta penyusunan materi booklet dibuat sedemikian rupa agar menarik perhatian remaja, sesuai dengan kebutuhan dan kondisi remaja. Selain itu, booklet juga dapat dibawa pulang, sehingga subjek dapat membaca atau mempelajarinya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa booklet berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan remaja.

Media cetak Booklet umumnya digunakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang isu-isu kesehatan, karena booklet memberikan informasi dengan spesifik, dan banyak digunakan sebagai media alternatif untuk dipelajari pada setiap saat bila seseorang menghendakinya. Untuk mencapai tujuan yang diinginkan tersebut perlu dilakukan suatu proses pendidikan kesehatan dengan menggunakan media karena keberhasilan proses pendidikan kesehatan yang dilakukan tergantung pada beberapa faktor, di antaranya media yang digunakan. Booklet prinsip pencegahan dan penanganan anemia pada situasi covid sangat membantu remaja dalam memberdayakan diri sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, maka kesimpulan yang dapat diambil adalah : terdapat Peningkatan Pengetahuan remaja putri tentang Prinsip Pencegahan dan Penanganan Anemia bagi remaja putrid dalam situasi pandemic Covid 19 Terbentuknya Kader Remaja Anti Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Gorontalo.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan masing-masing kepada:

1. Kepada Direktur Politeknik Kesehatan Kemeneks Gorontalo atas izin, pembinaannya, dan motivasinya sehingga kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi ini terlaksana dengan baik
2. Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat Politeknik Kesehatan Kemenkes Gorontalo atas dukungan dan arahannya.
3. Kepala Puskesmas Kota Selatan Kota Gorontalo atas ijin dan dukungannya sehingga terselenggaranya kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini sesuai dengan waktu yang telah direncanakan.
4. Kepada Mitra atas partisipasi dan kerja samanya.
5. Seluruh anggota tim pelaksana kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Kemitraan atas kerja samanya yang baik.
6. Seluruh pihak yang telah berpartisipasi dalam kegiatan PKM ini yang tidak dapat disebut satu-persatu.



Semoga apa yang telah dilakukan oleh semua pihak dalam mensukseskan kegiatan PKM ini dapat memberi manfaat yang sebesar-besarnya bagi Masyarakat, Bangsa dan Negara.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, D. (2018) 'Perbedaan Kadar Hemoglobin Sebelum Dan Sesudah Menstruasi Pada Mahasiswi S1 Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pontianak', *Jumantik*, 5(2), p. 4. doi: 10.29406/JJUM.V5I2.1277.
- Anwar, S. (2010) 'Pendidikan Gizi Masyarakat', pp. 36–44.
- Arumsari, E. (2008) 'Faktor Risiko Anemia Pada Remaja Putri Peserta Program Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) Di Kota Bekasi', *Jurnal Gizi dan Pangan*, 6(1), pp. 74–83. Available at: <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=5435&val=199>.
- Aulia Dewi Listiyana, Mardiana, G. N. P. (2013) 'Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas', *Obesitas Sentral Dan Kadar Kolesterol Darah Total*, 9(1), pp. 37–43.
- Dea Indartanti, A. K. (2014) 'Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri', *Jurnal of Nutriion College*, 3(2), pp. 33–39.
- Fikawati, S., Syafiq, A. and Nurjuaida, S. (2016) 'Pengaruh suplementasi zat besi satu dan dua kali per minggu terhadap kadar hemoglobin pada siswi yang menderita anemia', *Universa Medicina*, 24(4), pp. 167–174.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) 'Pedoman Kesiapsiagaan Menghadapi Coronavirus Disease (COVID-19)', *Direkorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit*, pp. 1–88.
- Khoirunisa Triavi Sefaya Nugraheni, D. R. (2017) 'Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Tingkat Kecukupan Gizi Terkait Pencegahan Anemia Remaja', *Kesehatan Masyarakat*, 5(1), p. 273.
- Lestari, P., Widardo, W. and Mulyani, S. (2016) 'Pengetahuan Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMAN 2 Banguntapan Bantul', *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 3(3), p. 145. doi: 10.21927/jnki.2015.3(3).145-149.
- Masthalina, H. (2015) 'Pola Konsumsi (Faktor Inhibitor Dan Enhancer Fe) Terhadap Status Anemia Remaja Putri', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), p. 80. doi: 10.15294/kemas.v11i1.3516.
- Minokta Lendra, Marlenywati, A. (2018) 'Pengaruh Penggunaan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Kecukupan Energi Remaja (Studi Pada Siswa-Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Pontianak)', *Jurnal Mahasiswa dan Penelitian Kesehatan*, (2581).
- Notoadmojo (2012) *Pendidikan Dan Prilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ri, K. K. (no date) *Panduan Pelayanan Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi Dalam Situasi Pandemi COVID-19*.

- Roosleyn, I. P. T. (2016) 'Strategi dalam penanggulangan pencegahan anemia pada kehamilan', 3(3), pp. 1–9.
- Safitri, N. R. D. (2016) 'Pengaruh Edukasi Gizi dengan Ceramah dan Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan', *Skripsi Undip*, 5(4), pp. 374–380.
- Suryani, D., Hafiani, R. and Junita, R. (2017) 'Analisis Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kota Bengkulu', *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 10(1), p. 11. doi: 10.24893/jkma.v10i1.157.
- Susanti, Y. *et al.* (2018) 'Peningkatan pengetahuan dan sikap pada remaja melalui pendidikan kesehatan tentang dampak bullying', 5(3), pp. 113–122.
- Trisetiyaningsih, Y. *et al.* (2020) 'Pendidikan kesehatan tentang pubertas sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesiapan siswa sekolah dasar', 2(1), pp. 18–22.
- Utami, B. and Mardiyarningsih, E. (2015) 'Hubungan Pola Makan Dan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri', *Soedirman Journal of Nursing*, 10(2), pp. 67–75.

