

REPRODUKSI SEHAT, ANEMIA HILANG : PROGRAM EDUKASI TERPADU BAGI SISWA SMAN 1 KOTA BENGKULU**Kheli Fitria Anuril¹, Mercy Nafratilova^{2*}, Hermansyah³**^{1),2),3),4)} Jurusan Keperawatan,
Poltekkes Kemenkes Bengkulu,
Indonesia**Article history**

Received : 3 Februari 2025

Revised : 29 Juni 2025

Accepted : 19 Juli 2025

***Corresponding author**

Email :

mercylova@poltekkesbengkulu.ac.id

Abstrak

Remaja putri merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan reproduksi dan anemia akibat keterbatasan pengetahuan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja melalui edukasi interaktif. Sasaran kegiatan adalah 52 siswa SMA Negeri 1 Kota Bengkulu. Metode pelaksanaan meliputi ceramah, diskusi kelompok, kuis digital berbasis Quizizz, serta pembagian tablet besi. Evaluasi dilakukan dengan pre-test dan post-test menggunakan 10 soal pilihan ganda serta survei kepuasan skala Likert. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan, dengan skor rata-rata pra-tes 58,2 menjadi 83,6 pada pasca-tes (peningkatan 43,6%). Selain itu, 92% peserta menyatakan puas terhadap metode pembelajaran yang digunakan. Edukasi interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja terkait kesehatan reproduksi dan pencegahan anemia. Dengan penyampaian informasi yang akurat dan menarik, kegiatan ini diharapkan mendorong remaja untuk mengambil keputusan yang lebih sehat dan bertanggung jawab terhadap kesehatannya.

Kata Kunci: Kesehatan Reproduksi, Anemia, Edukasi Remaja

Abstract

Teenage girls are a group that is vulnerable to reproductive health problems and anemia due to limited knowledge. This community service activity aims to increase the knowledge and awareness of teenagers through interactive education. The target of the activity is 52 students at SMA Negeri 1 Kota Bengkulu. The implementation methods include lectures, group discussions, digital quizzes based on Quizizz, and the distribution of iron tablets. Evaluation was conducted using pre-tests and post-tests with 10 multiple-choice questions, as well as a Likert scale satisfaction survey. Results showed a significant increase in knowledge, with the average pre-test score of 58.2 improving to 83.6 in the post-test (a 43.6% increase). Additionally, 92% of participants expressed satisfaction with the teaching methods used. Interactive education has proven effective in enhancing adolescents' understanding of reproductive health and anemia prevention. By delivering accurate and engaging information, this initiative is expected to encourage adolescents to make healthier and more responsible decisions regarding their health.

Keywords: Reproductive Health, Anemia, Youth Education

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi penting dalam kehidupan manusia yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang cepat dan kompleks. Pada masa ini, remaja mulai mengeksplorasi identitas diri, membentuk pola perilaku, dan membuat berbagai keputusan penting, termasuk yang berkaitan dengan kesehatan. Salah satu aspek yang sangat krusial namun sering diabaikan dalam pembentukan perilaku sehat remaja adalah pemahaman tentang kesehatan reproduksi. Pengetahuan yang memadai mengenai fungsi, kebersihan, dan risiko kesehatan organ reproduksi sangat penting agar remaja mampu menjalani masa transisi ini dengan cara yang sehat, bertanggung jawab, dan berorientasi pada masa depan.

Sayangnya, topik kesehatan reproduksi masih sering dianggap tabu, sehingga banyak remaja memperoleh informasi dari sumber yang tidak akurat atau tidak mendapatkan edukasi sama sekali. Minimnya pengetahuan ini dapat berdampak negatif, antara lain peningkatan risiko infeksi saluran reproduksi, kehamilan tidak diinginkan, hingga gangguan psikososial akibat perilaku seksual yang tidak aman. Kurangnya edukasi yang tepat dan akses informasi yang terbatas menjadikan remaja kelompok yang rentan terhadap berbagai masalah reproduksi. Dalam konteks ini, edukasi kesehatan reproduksi yang benar, terbuka, dan disampaikan secara komunikatif sangat dibutuhkan. Salah satu pendekatan yang efektif adalah melalui metode penyuluhan interaktif yang melibatkan remaja secara aktif dalam diskusi, pemecahan masalah, dan kuis berbasis teknologi digital yang sesuai dengan karakteristik generasi saat ini.

Kesehatan remaja, khususnya terkait dengan sistem reproduksi dan status gizi, merupakan faktor penting dalam menentukan kualitas generasi masa depan. Remaja putri berisiko tinggi mengalami anemia defisiensi besi akibat peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pubertas dan kurangnya asupan gizi seimbang (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Di sisi lain, minimnya pemahaman tentang kesehatan reproduksi dapat menyebabkan berbagai masalah seperti infeksi saluran reproduksi, kehamilan tidak diinginkan, dan gangguan psikososial (World Health Organization (WHO), 2021). Edukasi kesehatan di sekolah menjadi strategi penting untuk meningkatkan kesadaran dan perilaku sehat remaja.

Masa remaja merupakan fase penting dalam perkembangan individu, ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan. Perubahan ini menuntut pemahaman yang baik mengenai kesehatan reproduksi agar remaja dapat menjalani masa transisi ini dengan sehat dan bertanggung jawab. Sayangnya, banyak remaja yang belum memiliki pengetahuan memadai tentang kesehatan reproduksi, yang dapat berdampak pada perilaku berisiko dan masalah kesehatan di kemudian hari (Purba, 2023).

Masa remaja merupakan fase perkembangan transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Salah satu isu penting pada kelompok usia ini adalah masalah kesehatan reproduksi dan anemia, terutama pada remaja putri yang mengalami menstruasi secara rutin. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja perempuan di Indonesia mencapai 32%, yang sebagian besar disebabkan oleh defisiensi zat besi (Kemenkes (RI), 2018).

Kesehatan reproduksi masih dianggap sebagai isu sensitif yang sering tidak dibahas secara terbuka di kalangan remaja. Akibatnya, banyak remaja tidak memiliki pemahaman yang memadai

tentang cara menjaga kebersihan dan fungsi organ reproduksi, serta risiko perilaku seksual berisiko. Padahal, edukasi kesehatan reproduksi dapat membantu mencegah berbagai masalah seperti infeksi menular seksual, kehamilan tidak diinginkan, dan gangguan psikologis.

Kesehatan reproduksi remaja merupakan bagian dari upaya promotif dan preventif dalam sistem pelayanan kesehatan. Menurut BKKBN (2022), pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja bertujuan untuk memberikan informasi yang benar agar mereka dapat menjaga kesehatan organ reproduksinya serta mengambil keputusan yang tepat dan bertanggung jawab.

Selain isu kesehatan reproduksi, anemia defisiensi besi juga merupakan masalah gizi utama yang dialami oleh banyak remaja putri di Indonesia. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja perempuan mencapai 32%, yang sebagian besar disebabkan oleh kehilangan darah saat menstruasi dan rendahnya asupan zat besi dari makanan. Anemia pada remaja tidak hanya menurunkan kualitas hidup akibat gejala seperti kelelahan, pusing, dan penurunan konsentrasi, tetapi juga berdampak jangka panjang terhadap kesehatan reproduksi. Remaja yang mengalami anemia berisiko tinggi mengalami komplikasi kehamilan di masa mendatang, termasuk melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dan stunting, sehingga memperpanjang siklus intergenerasional masalah gizi. Anemia pada remaja putri disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk asupan gizi yang tidak seimbang, kebiasaan diet yang tidak tepat, dan kurangnya konsumsi makanan kaya zat besi (Izzara, Yulastri, Erianti, Putri, Yuliana, 2023).

Anemia adalah kondisi di mana kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal. Pada remaja putri, anemia sering terjadi akibat kehilangan darah saat menstruasi dan asupan zat besi yang tidak mencukupi. Kementerian Kesehatan RI (2022) menyebutkan bahwa salah satu upaya pencegahan anemia pada remaja adalah melalui edukasi gizi seimbang, konsumsi tablet tambah darah (TTD), serta peningkatan kesadaran melalui media komunikasi yang menarik.

Sejalan dengan itu, anemia yang tidak ditangani dapat menyebabkan kelelahan, konsentrasi menurun, serta gangguan tumbuh kembang. Maka dari itu, penting untuk memberikan edukasi kesehatan yang komprehensif, menyenangkan, dan berbasis kebutuhan remaja. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan para remaja memperoleh pemahaman dan keterampilan dalam menjaga kesehatan diri secara lebih baik.

Penelitian oleh Fitriyana (2023) menunjukkan bahwa metode edukasi interaktif berbasis teknologi mampu meningkatkan pengetahuan dan partisipasi remaja dalam kegiatan promosi kesehatan. Oleh karena itu, strategi edukatif dengan melibatkan teknologi seperti kuis daring dapat menjadi solusi untuk menjangkau remaja dengan pendekatan yang mereka sukai (Fitriyana, Y. A., Iswahyuni, S., & Yuniarti, T, 2023)

Pemerintah Indonesia telah mengimplementasikan berbagai program untuk mengatasi masalah anemia pada remaja putri, salah satunya melalui Gerakan Nasional Aksi Bergizi. Program ini mencakup pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada remaja putri dengan target konsumsi minimal satu tablet per minggu selama 52 minggu dalam setahun. Namun, data menunjukkan bahwa meskipun banyak remaja putri menerima TTD, tingkat konsumsi sesuai anjuran masih rendah. Hal ini menunjukkan perlunya peningkatan edukasi dan pemantauan dalam pelaksanaan program ini.

Selain itu, edukasi mengenai kesehatan reproduksi juga perlu ditingkatkan. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dapat menyebabkan perilaku seksual berisiko, kehamilan tidak diinginkan, dan penyebaran infeksi menular seksual. Dengan memberikan informasi yang tepat dan komprehensif, remaja dapat membuat keputusan yang lebih baik mengenai kesehatan mereka.

Penyuluhan kesehatan reproduksi dan anemia kepada remaja menjadi langkah penting dalam upaya meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi dan mencegah anemia, sehingga dapat mendukung terciptanya generasi yang sehat dan produktif (Kusmiati et al., 2024).

Hasil windshield survey yang dilakukan ditemukan bahwa remaja SMAN 01 Kota Bengkulu masih banyak terdapat remaja yang belum mengetahui dan paham mengenai kesehatan reproduksi serta masih banyak remaja putri yang menderita anemia. Menjawab kebutuhan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk memberikan edukasi menyeluruh kepada remaja putri di SMAN 1 Kota Bengkulu terkait kesehatan reproduksi dan pencegahan anemia. Edukasi disampaikan melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, kuis digital berbasis Quizizz, serta pembagian TTD sebagai bentuk intervensi langsung. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja dalam menjaga kesehatannya, serta memperkuat peran sekolah sebagai agen promosi kesehatan. Dengan intervensi yang tepat dan berbasis kebutuhan remaja, kegiatan ini diharapkan dapat mendukung terbentuknya generasi muda yang sehat, produktif, dan siap menghadapi tantangan masa depan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Keperawatan dan Ners Poltekkes Kemenkes Bengkulu pada tahun 2025 di SMAN 1 Kota Bengkulu. Target kegiatan adalah siswa kelas X dan XI yang berjumlah 52 orang.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pendekatan edukatif melalui penyuluhan langsung kepada siswa-siswi SMAN 1 Kota Bengkulu. Metode pelaksanaan kegiatan dibagi ke dalam empat tahapan, yaitu tahap perencanaan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Pada tahap perencanaan, tim pelaksana terlebih dahulu menyusun rencana kegiatan pengabdian secara sistematis dengan melakukan analisis kebutuhan, menyusun jadwal kegiatan, serta melakukan konsultasi dan validasi dengan dosen pembimbing. Setelah itu, dilakukan koordinasi dengan pihak sekolah, khususnya kepala sekolah dan guru bimbingan konseling, untuk mendapatkan izin dan menyepakati waktu serta tempat pelaksanaan kegiatan.

Tahap persiapan meliputi penyusunan materi edukatif mengenai kesehatan reproduksi dan pencegahan anemia yang relevan untuk remaja. Selain itu, tim menyiapkan media edukasi seperti presentasi slide, leaflet, serta perangkat teknologi yang digunakan untuk kuis interaktif seperti laptop, LCD proyektor, dan speaker. Platform Quizizz digunakan untuk pelaksanaan kuis agar siswa lebih terlibat secara aktif. Tim juga membagi peran anggota dalam kegiatan, seperti moderator, pemateri, dokumentator, dan tim penilai.

Tahap pelaksanaan dilakukan di aula SMAN 1 Kota Bengkulu pada waktu yang telah disepakati. Kegiatan dimulai dengan pembukaan oleh MC dan sambutan dari perwakilan pihak

sekolah. Selanjutnya, dilakukan penyampaian materi oleh mahasiswa secara interaktif menggunakan metode ceramah dan diskusi. Materi yang disampaikan mencakup pengertian kesehatan reproduksi, cara menjaga kebersihan organ reproduksi, pengenalan anemia, dampaknya, serta cara pencegahannya. Setelah penyampaian materi, dilakukan sesi kuis digital untuk mengukur pemahaman peserta dan mendorong keterlibatan aktif. Peserta yang memperoleh nilai tertinggi diberikan hadiah sebagai bentuk apresiasi.



Gambar 1. Leaflet Edukasi Anemia

Tahap evaluasi dilakukan secara langsung melalui pengamatan keterlibatan peserta selama kegiatan, penilaian hasil kuis, dan diskusi reflektif antar anggota tim pengabmas. Evaluasi juga mencakup pengumpulan umpan balik dari siswa dan guru pendamping terkait efektivitas penyuluhan dan saran untuk kegiatan serupa di masa depan.

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan menggunakan pendekatan campuran (mixed methods), yang terdiri dari evaluasi kuantitatif dan evaluasi kualitatif, dengan tujuan untuk mendapatkan gambaran menyeluruh mengenai efektivitas pelaksanaan dan dampaknya terhadap peserta.

1. Evaluasi Kuantitatif

Evaluasi kuantitatif dilakukan dengan tujuan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan. Pengumpulan data dilaksanakan melalui pre-test dan post-test menggunakan platform Quizizz. Setiap peserta diminta mengerjakan kuesioner yang terdiri dari 10 soal pilihan ganda yang disusun berdasarkan indikator pemahaman mengenai kesehatan reproduksi dan anemia.

Kuesioner tersebut telah divalidasi oleh dosen pembimbing serta direview oleh praktisi pendidikan guna memastikan kesesuaian isi, relevansi, dan keterpahaman bahasa. Materi pertanyaan mencakup beberapa aspek utama, yaitu pengetahuan dasar tentang kesehatan reproduksi, praktik kebersihan diri selama menstruasi, pemahaman tentang anemia beserta gejala, dampak, dan upaya pencegahannya, serta manfaat konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD).

Skor hasil pengerjaan peserta diperoleh secara otomatis melalui sistem Quizizz dan selanjutnya diolah untuk membandingkan tingkat pemahaman sebelum dan sesudah penyuluhan

secara real-time. Analisis data kuantitatif dilakukan dengan menghitung rerata nilai dan persentase peningkatan skor. Apabila diperlukan, dilakukan pula uji statistik sederhana seperti uji t berpasangan (paired t-test) untuk mengetahui signifikansi perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah intervensi pendidikan kesehatan diberikan..

2. Evaluasi Kualitatif

Evaluasi kualitatif dilakukan dengan tujuan untuk memahami persepsi dan pengalaman peserta terhadap kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan. Teknik evaluasi yang digunakan meliputi observasi partisipatif serta diskusi reflektif dan wawancara informal.

Selama kegiatan berlangsung, tim pengabdian masyarakat melakukan observasi partisipatif untuk menilai tingkat keterlibatan peserta, antusiasme mereka dalam mengikuti diskusi, serta respon terhadap pertanyaan yang diajukan. Seluruh hasil pengamatan dicatat secara sistematis dalam lembar observasi terstruktur guna memperoleh gambaran nyata mengenai dinamika pelaksanaan kegiatan.

Setelah kegiatan berakhir, tim melanjutkan dengan diskusi reflektif dan wawancara informal bersama guru pendamping serta beberapa siswa. Kegiatan ini bertujuan untuk menggali testimoni, tanggapan terhadap materi dan metode penyuluhan, serta saran perbaikan untuk pelaksanaan kegiatan di masa mendatang. Semua informasi yang diperoleh didokumentasikan dalam bentuk catatan lapangan sebagai bahan analisis dan refleksi terhadap efektivitas kegiatan penyuluhan.

3. Aspek Etika dan Persetujuan

Sebelum pelaksanaan, tim pengabmas melakukan koordinasi dan memperoleh persetujuan tertulis dari pihak sekolah, khususnya kepala sekolah dan guru bimbingan konseling. Pada awal kegiatan peserta diberi penjelasan tentang tujuan kegiatan dan bahwa data yang dikumpulkan hanya digunakan untuk evaluasi internal dan publikasi kegiatan pengabdian. Partisipasi bersifat sukarela dan peserta diberikan kesempatan untuk tidak mengisi kuisioner atau keluar dari kegiatan jika merasa tidak nyaman

HASIL DAN PEMBAHASAN

Seluruh tahapan kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dan sesuai rencana. Kegiatan edukasi yang dilaksanakan di aula SMAN 1 Kota Bengkulu melibatkan 52 siswa kelas X dan XI. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi, terutama saat sesi kuis interaktif dimulai. Pada awal kegiatan, keterlibatan dalam sesi tanya jawab masih terbatas, namun partisipasi meningkat signifikan seiring dengan penggunaan media kuis digital berbasis Quizizz, yang bersifat kompetitif dan menyenangkan.

Untuk mengukur efektivitas kegiatan, dilakukan evaluasi melalui pre-test dan post-test menggunakan instrumen 10 soal pilihan ganda. Skor rata-rata peserta ditampilkan dalam tabel berikut:

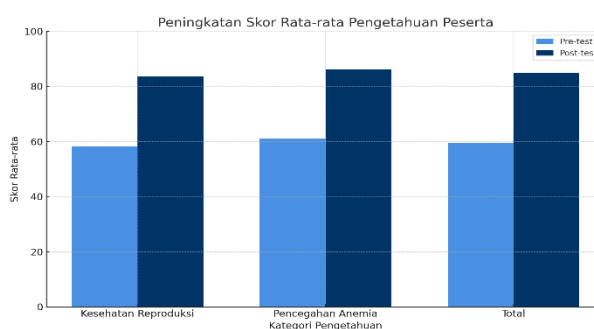
Tabel 1. Skor Rata-rata Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Intervensi (n=52)

Aspek Penilaian	Pre-test (Skor Rata-rata)	Post-test (Skor Rata-rata)	Peningkatan (%)	Aspek Penilaian	Pre-test (Skor Rata-rata)
Kesehatan Reproduksi	58,2	83,6	43,6%	Kesehatan Reproduksi	58,2
Pencegahan Anemia	61,0	86,2	41,3%	Pencegahan Anemia	61,0
Total Rata-rata Keseluruhan	59,6	84,9	42,5%	Total Rata-rata Keseluruhan	59,6

Tabel 1. Sebagian besar peserta mampu menjawab dengan benar pertanyaan yang berkaitan dengan definisi dan cara menjaga kebersihan organ reproduksi, tindakan pencegahan anemia melalui konsumsi zat besi dan makanan bergizi, kebiasaan berisiko terhadap kesehatan reproduksi, serta dampak anemia terhadap konsentrasi belajar dan kesehatan jangka panjang.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang diterapkan dalam kegiatan penyuluhan terbukti cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri secara signifikan. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriyana et al. (2023), yang mengungkapkan bahwa metode edukasi berbasis teknologi, seperti penggunaan kuis daring, mampu meningkatkan minat belajar dan keterlibatan aktif remaja dalam kegiatan promosi kesehatan.

Berikut grafik peningkatan skor rata-rata:



Grafik. 1 Peningkatan Skor Rata-rata Pengetahuan Peserta

Keberhasilan kegiatan ini dapat dilihat dari beberapa aspek, antara lain keterlibatan aktif peserta dalam diskusi dan kuis interaktif, respon positif terhadap materi yang disampaikan, peningkatan pengetahuan peserta secara signifikan, serta pemanfaatan teknologi yang sesuai dengan karakteristik generasi Z.

Meskipun demikian, pada tahap awal pelaksanaan sempat muncul tantangan, terutama dalam membangun kepercayaan diri dan antusiasme peserta. Beberapa siswa tampak pasif dan masih malu untuk bertanya. Tantangan ini berhasil diatasi melalui strategi pendekatan komunikatif, penggunaan humor ringan oleh pemateri, serta pemberian insentif berupa hadiah kecil kepada peserta yang aktif berpartisipasi.

Keterbatasan waktu juga menjadi hambatan lain dalam penyampaian materi, sehingga beberapa topik hanya dapat dibahas secara ringkas. Oleh karena itu, untuk kegiatan serupa di masa mendatang disarankan agar durasi pelaksanaan diperpanjang atau dibagi menjadi beberapa sesi, guna memberikan kesempatan bagi peserta untuk memahami materi secara lebih mendalam. Hasil evaluasi kuis menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mampu menjawab pertanyaan dengan benar, terutama terkait pengertian dan cara menjaga kesehatan reproduksi, upaya pencegahan anemia, kebiasaan yang dapat merusak kesehatan reproduksi, serta dampak serius anemia dan pentingnya asupan zat besi.

Secara umum, hasil evaluasi menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis kuis digital mampu menarik perhatian peserta dan meningkatkan keterlibatan mereka secara aktif dalam proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan temuan Fitriyana et al. (2023) yang menyebutkan bahwa remaja lebih responsif terhadap metode edukatif berbasis teknologi karena sesuai dengan karakteristik gaya belajar generasi digital.

Beberapa testimoni juga menunjukkan respon positif dari peserta dan pendamping. Salah satu siswa menyampaikan, "Saya jadi lebih tahu cara menjaga kebersihan organ reproduksi dan pentingnya makan makanan bergizi supaya tidak kena anemia." (*Siswa kelas XI IPA 2*). Sementara itu, guru pendamping menambahkan, "Kegiatan ini sangat menarik karena disampaikan dengan cara yang interaktif dan menyenangkan. Anak-anak jadi aktif dan antusias belajar." (*Ibu Rina, Guru Biologi*)



Gambar 2. Dokumentasi Pembukaan PKM



Gambar 3. Dokumentasi Penyampaian Materi

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif terpadu mengenai kesehatan reproduksi dan pencegahan anemia memiliki dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan partisipasi aktif remaja. Berdasarkan hasil evaluasi kuantitatif melalui kuis digital menggunakan platform Quizizz, terjadi peningkatan rerata skor pemahaman peserta dari 58,2 (sebelum penyuluhan) menjadi 83,6 (setelah penyuluhan) atau mengalami peningkatan sebesar 45,4%. Hal ini menunjukkan bahwa metode penyampaian yang interaktif dan disesuaikan dengan karakteristik remaja mampu meningkatkan pemahaman secara signifikan.

Peningkatan ini juga sejalan dengan hasil observasi keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Awalnya, partisipasi dalam sesi diskusi dan tanya jawab relatif rendah. Namun setelah sesi kuis dimulai, keterlibatan meningkat secara drastis. Antusiasme peserta tercermin dari respons cepat dalam menjawab pertanyaan, serta banyaknya siswa yang mengajukan pertanyaan tambahan terkait materi yang disampaikan.

Secara kualitatif, umpan balik dari siswa dan guru pendamping menunjukkan bahwa penyuluhan dengan pendekatan visual, komunikasi dua arah, dan kuis digital lebih disukai dibandingkan metode ceramah konvensional. Guru BK menyampaikan bahwa siswa tampak lebih terbuka dan nyaman membahas topik yang sebelumnya dianggap tabu, seperti menstruasi, kebersihan organ intim, dan risiko anemia.

Kegiatan ini juga memperkuat temuan (Fitriyana, Y. A., Iswahyuni, S., & Yuniarti, T., 2023) bahwa edukasi kesehatan berbasis teknologi memiliki keunggulan dalam meningkatkan motivasi belajar remaja karena sesuai dengan gaya belajar digital-native. Kegiatan ini mendukung bahwa intervensi berbasis teknologi dan dialog terbuka dapat menjadi pendekatan efektif untuk topik-topik sensitif seperti kesehatan reproduksi.

Dari sisi materi, penyuluhan mencakup aspek preventif dan promotif sesuai prinsip *Adolescent-Friendly Health Services (AFHS)*, dengan penekanan pada Kesehatan reproduksi, seperti kebersihan organ reproduksi, risiko perilaku seksual berisiko, dan pentingnya komunikasi sehat antar lawan jenis. Anemia pada remaja putri, termasuk penyebab, gejala, dampak jangka panjang terhadap kehamilan, serta upaya pencegahan melalui konsumsi makanan bergizi dan Tablet Tambah Darah (TTD).

Studi yang dilakukan (Marfuah, Luthfianto, Rachmawati, & Noviyanti., 2024) mencatat bahwa 32% remaja putri Indonesia mengalami anemia, yang jika tidak ditangani sejak dini akan meningkatkan risiko stunting dan BBLR pada generasi berikutnya. Oleh karena itu, edukasi sejak masa remaja merupakan strategi penting untuk memutus siklus intergenerasional masalah gizi.

Namun demikian, kegiatan ini juga menghadapi beberapa tantangan. Beberapa siswa masih enggan terlibat aktif dalam diskusi karena merasa malu atau kurang percaya diri, terutama pada materi reproduksi. Hal ini menunjukkan pentingnya pemilihan fasilitator yang komunikatif, penggunaan bahasa yang inklusif, dan pemisahan kelompok berdasarkan jenis kelamin jika diperlukan.

Keberhasilan program ini juga dipengaruhi oleh adanya dukungan dari pihak sekolah, termasuk kepala sekolah dan guru BK, serta adanya pembagian peran yang jelas dalam tim pelaksana. Kolaborasi ini penting dalam menciptakan suasana pembelajaran yang aman dan nyaman bagi remaja.

Secara keseluruhan, program ini berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kesehatan reproduksi dan pencegahan anemia. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif berbasis pendekatan terpadu (informasi, teknologi, dialog, dan keterlibatan aktif) sangat potensial untuk diterapkan secara lebih luas, baik di sekolah lain maupun dalam program kerja sama lintas sektor (dinas kesehatan dan pendidikan).

KESIMPULAN

Program edukasi “Reproduksi Sehat, Anemia Hilang” efektif meningkatkan literasi kesehatan reproduksi dan gizi pada remaja. Penggunaan metode interaktif seperti kuis digital menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan bermakna. Untuk menjaga keberlanjutan program, diperlukan dukungan sekolah dan tenaga kesehatan, serta pelibatan guru sebagai agen edukasi lanjutan di lingkungan sekolah..

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada pihak SMA 1 Kota Bengkulu atas kerja sama dan fasilitasi kegiatan ini, serta kepada para mahasiswa yang telah menjadi fasilitator edukasi.

PUSTAKA

Fitriyana, Y. A., Iswahyuni, S., & Yuniarti, T. (2023). Pengaruh Media Edukasi Interaktif terhadap Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi. . *Journal of Health Promotion*, 6(1), 45–52.

- Izzara, Yulastri, Erianti, Putri, Yuliana. (2023). Penyebab, Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri (Studi Literatur). *Jurnal Multidisiplin West Science* Vol. 02, No. 12,, 1051-1065.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Marfuah, Luthfianto, Rachmawati, & Noviyanti. (2024). SOSIALISASI KESEHATAN REPRODUKSI DAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI NEGERI LUHU. *Pattimura Mengabdi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* Volume 2 Nomor 4, 437-442.
- Purba, L. A. (2023). Pentingnya Edukasi Kesehatan Reproduksi terhadap Remaja Vol. 6, No. 1., *PROMOTOR : Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 45-48.
- RI, K. K. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta: Kemenkes RI.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Adolescent Health* . WHO.