KAMPUS AKADEMIK PUBLISING
Jurnal Akademik Pengabdian Masyarakat (JAPM)
Vol.4, No.6 November 2026
e-ISSN: 3030-8631, p-ISSN : 3030-864X, Hal 513-522
DOI : https://doi.org/10.61722/japm.v4i6.13582

PEMBERDAYAAN MAHASISWI KOST SEBAGAI AGEN PENCEGAHAN ANEMIA MELALUI PENYULUHAN PARTISIPATIF ”ROAY BEBAS ANEMIA”

Azka Haydar Aqila[1], Azka Camiliya[2], Asty Asrul Sani[3], Kiki Tadzkyandra Putri[4], Keysa Aulia Syahira[5], Neza Isqi Wanda[6], Rindiyani Puspita Dewi[7] , Andy Muharry[8]
[1-8] Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Siliwangi
*Penulis Korespondensi: azkaahaydar3@gmail.com, camiliyaazka41@gmail.com, astyyas28@gmail.com, tadkyandraputri@gmail.com, keysaauliasy9@gmail.com, nezawanda2@gmail.com, rindipuspitadewi97@gmail.com, andy.muharry@unsil.ac.id

Abstract. *Anemia remains a public health problem among adolescent girls, with a prevalence of 44,21% reported in Tasikmalaya City in 2023. Female university students living in boarding houses are vulnarable because of skipped breakfast, reliance on instant food, limited budgets, and limited knowledge of anemia and iron folic acid (IFA) tablets, yet they are rarely reached by existing health programs. This community service almed to improve knowledge and awareness of anemia prevention among female boarding house student in Gunung Roay, Tasikmalaya City, through community empowerment. Activities included problem identification in six areas, site selection using USG (Urgency, Severity, Awareness) method, community engagement with stakeholder mapping and discussions, an a participatory education session on 8 November 2026 at Pondok Pesantren As-Salam. The session combined interactive lectures , a ”Myth or Fact” game, discussion, question and answer, and interviews, and was attended by 13 of 15 targeted participants. Knowledge was measured with a pre test and post test and analyzed using the Wilcoxon signed rank test. Seven of 13 participants improved, six showed no change, and none declined indicating a significant difference (Z = -2.530; p = 0,011). Participants identified monotonous meals and nausea from IFA tablets as barriers and proposed reminding peers to take the tablets. The program improved participants knowledge of anemia prevention and initiated peer support, although a formal peer educator group has not yet been established.*

Keywords: *Anemia prevention; boarding house female; iron folic acid tablets, participatory education, community enpowerment*

Abstrak. Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di kalangan remaja putri, dengan prevalensi 44,21% yang dilaporkan di Kota Tasikmalaya pada tahun 2023. Mahasiswi yang tinggal di kost rentan mengalami anemia karena kebiasaan melewatkan sarapan, ketergantungan pada makanan instan, keterbatasan uang saku, serta pengetahuan yang terbatas mengenai anemia dan Tablet Tambah Darah (TTD), namun mereka jarang terjangkau oleh program kesehatan yang ada. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pencegahan anemia pada mahasiswi kost di Gunung Roay, Kota Tasikmalaya, melalui pemberdayaan masyarakat. Kegiatan meliputi identifikasi masalah di enam wilayah, penentuan lokasi dengan metode USG (Urgency, Severity, Growth), pelibatan masyarakat melalui pemetaan pemangku kepentingan dan diskusi, serta sesi edukasi partisipatif pada 8 November 2026 di Pondok Pesantren As-Salam. Sesi tersebut menggabungkan ceramah interaktif, permainan "Mitos atau Fakta", diskusi, tanya jawab, dan wawancara, serta dihadiri oleh 13 dari 15 peserta yang ditargetkan. Pengetahuan diukur dengan pre-test dan post-test dan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon signed rank. Tujuh dari 13 peserta mengalami peningkatan, enam tidak menunjukkan perubahan, dan tidak ada yang mengalami penurunan, yang menunjukkan perbedaan signifikan (Z = -2,530; p = 0,011). Peserta mengidentifikasi menu makanan yang monoton dan rasa mual akibat TTD sebagai hambatan dan mengusulkan untuk saling mengingatkan sesama teman dalam mengonsumsi TTD. Program ini meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pencegahan anemia dan menginisiasi dukungan teman sebaya, meskipun kelompok pendidik sebaya secara formal belum terbentuk.

Kata kunci: Pencegahan anemia; mahasiswi kost; tablet tambah darah; edukasi partisipatif; pemberdayaan masyarakat

Naskah Masuk: 23 November 2026; Revisi: 24 November 2026; Diterima: 24 November 2026 ; Terbit: 25 November 2026

1. LATAR BELAKANG

Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah di bawah batas normal, kemampuan darah untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh menurun. Pada perempuan usia produktif, kekurangan zat besi dapat menyebabkan gejala 5L (lemah, letih, lesu, lelah, dan lalai), penurunan daya tahan tubuh, masalah dengan konsentrasi belajar, dan pengaruh pada kesiapan kehamilan (Astuti & Kulsum, 2020). Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia di seluruh negeri mencapai 15,5% pada kelompok usia 15 hingga 24 tahun, yang berarti sekitar 4 hingga 5 orang dari 30 remaja atau mahasiswa mengalami anemia (Indonesia, 2023). Untuk tingkat daerah, dokumen Rencana Kerja Pemerintah Daerah (RKPD) Kota Tasikmalaya Tahun 2025 mencatat prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Tasikmalaya mencapai 44,21% pada tahun 2023, angka yang jauh melampaui rata-rata nasional dan menunjukkan bahwa anemia masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang serius di wilayah tersebut (Kesehatan & Tasikmalaya, 2024).

Selain itu, ditemukan juga kasus anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kahuripan sebanyak 91 kasus pada tahun 2022, meningkat menjadi 101 kasus pada tahun 2023, dan tercatat 88 kasus pada tahun 2024, kondisi yang memperlihatkan bahwa permasalahan anemia masih terus terjadi di fasilitas pelayanan kesehatan setempat sehingga memerlukan pencegahan sejak masa remaja dan dewasa muda sebelum memasuki fase kehamilan (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2024).

Hasil identifikasi awal (survei awal) di kawasan pemukiman kost Gunung Roay 1, RT 03/RW 14, Kelurahan Kahuripan, Kota Tasikmalaya menunjukkan bahwa anemia pada mahasiswi kost adalah masalah tersembunyi yang jarang dikeluhkan. Penghuni kost, yang sebagian besar adalah pendatang dan sering berganti, sering luput dari program kesehatan wilayah dan tidak pernah menjalani skrining anemia. Selain itu, karena kurangnya uang saku dan kekurangan fasilitas dapur, orang menjadi lebih cenderung melewatkan sarapan dan bergantung pada makanan instan dan jajanan praktis. Mereka juga mengonsumsi menu yang berulang dan kurangnya asupan sayur dan protein. Akibatnya, mereka tidak memenuhi kebutuhan zat besi harian mereka dan berkontribusi pada kasus anemia pada remaja putri dan mahasiswi kost (Indrawatiningsih, Hamid dan Sari, 2021). Akibat kekhawatiran tentang efek samping rasa mual, kurangnya pemahaman

dan ketidakpatuhan untuk mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) setiap minggu memperparah kondisi ini (Runiari & Hartati, n.d.).

Dibutuhkan pendekatan dukungan sebaya berbasis komunitas atau pendekatan dukungan sebaya yang memanfaatkan interaksi sehari-hari siswa kost sebagai pengingat satu sama lain untuk mengonsumsi TTD secara teratur dan mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang. Keberlanjutan program bergantung pada kerja sama antara mahasiswi untuk meningkatkan peran mereka sebagai *peer educator* (pendidik sebaya) dengan dukungan dari orang-orang di komunitas, seperti pimpinan Pondok Pesantren As-Salam, pengurus DKM, Ketua RT, RW, kader, hingga pengelola kost. Pada akhirnya, kegiatan pemberdayaan masyarakat "Roay Bebas Anemia" ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, serta peran aktif mahasiswi kost sebagai pendidik sebaya dalam mencegah anemia di wilayah Gunung Roay 1, Kota Tasikmalaya.

2. METODE PENELITIAN

Kegiatan pemberdayaan ini dilaksanakan melalui pendekatan edukatif dan partisipatif berbasis *community based peer support* dalam bentuk penyuluhan kesehatan pada 8 November 2026 di Pondok Pesantren As-Salam, Gunung Roay 1, RT 03/RW 14, Kelurahan Kahuripan, Kota Tasikmalaya. Mitra kegiatan adalah mahasiswi yang tinggal di kost dan lingkungan pondok pesantren. Kelompok ini sebagian besar berstatus pendatang sehingga jarang terjangkau program kesehatan seperti posyandu dan posbindu. Hasil identifikasi awal menunjukkan kebiasaan melewatkan sarapan, ketergantungan pada makanan instan, keterbatasan uang saku dan fasilitas dapur, serta pengetahuan tentang anemia dan Tablet Tambah Darah (TTD) yang belum memadai.

Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahap. Pertama, tahap persiapan berupa identifikasi masalah melalui wawancara dan observasi, penentuan lokasi dengan metode USG (*Urgency*, *Seriousness*, *Growth*), perizinan kepada kelurahan, RW, dan RT, serta diskusi dengan Ketua RT, kader kesehatan, pengurus DKM, tokoh agama, dan mahasiswi kost. Tahap ini juga mencakup penyusunan materi, media, dan instrumen *pre-test* dan *post-test*. Kedua, tahap pelaksanaan berupa penyuluhan partisipatif "Roay Bebas Anemia" yang diikuti 13 mahasiswi dari target 15 peserta. Kegiatan menggunakan ceramah interaktif, permainan "Mitos atau Fakta", diskusi, tanya jawab, dan ajakan menjadi pendidik sebaya, dengan materi mengenai pengertian, penyebab, dan dampak

anemia, tanda 5L, gizi seimbang hemat, serta konsumsi TTD satu tablet setiap minggu. Media yang digunakan adalah slide presentasi dan lembar tes.

Ketiga, tahap evaluasi. Pengetahuan peserta diukur menggunakan *pre-test* dan *post-test* yang masing-masing berisi 15 butir soal, kemudian dianalisis dengan uji Wilcoxon *signed rank* menggunakan SPSS. Evaluasi proses dilakukan melalui notulensi untuk membandingkan rencana dan pelaksanaan kegiatan serta mencatat keterlibatan peserta.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pemberdayaan masyarakat melalui program *Roay Bebas Anemia: Kenali dan Cegah Anemia di Kehidupan Anak Kost* dilaksanakan pada 8 November 2026 di Madrasah/Pondok Pesantren As-Salam, Gunung Roay 1, RT 03/RW 14, Kelurahan Kahuripan, Kota Tasikmalaya. Kegiatan ini menyasar remaja putri dan mahasiswi yang tinggal di lingkungan pondok pesantren dan kost. Dari target 15 peserta, sebanyak 13 orang menghadiri kegiatan dengan tingkat partisipasi sebesar 86,7%. Pelaksanaan kegiatan melibatkan tujuh orang panitia dan empat orang tamu serta memperoleh dukungan fasilitas dan keterbukaan dari pihak Pondok Pesantren As-Salam.

Kegiatan dilaksanakan melalui penyuluhan partisipatif dengan metode ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, serta pengukuran pengetahuan menggunakan *pre-test* dan *post-test*. Materi edukasi disampaikan oleh dua fasilitator dengan cakupan pembahasan meliputi pengertian dan penyebab anemia, peran zat besi dalam pembentukan hemoglobin, faktor risiko anemia pada mahasiswi, tanda dan dampak anemia, pemenuhan gizi seimbang dengan biaya terjangkau, serta pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Selain itu, materi juga membahas cara konsumsi TTD, mitos dan fakta mengenai anemia, serta penguatan peran teman sebaya sebagai pendukung upaya pencegahan anemia.

Pengatahuan peserta diukur menggunakan *pre-test* dan *post-test.* Analisis dilakukan terhadap 13 peserta yang mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Statistic deskriptif skor pengetahuan disajikan pada Tabel 1. Rata-rata skor meningkatkan dari 1,00 (SD = 1,00) pada *pre-test* menjadi 2,00 (SD = 0,000) pada *post-test*, dengan seluruh peserta memperoleh skor 2 pada *post test*. Selisis skor *post-test* dan *pre-test* memiliki rata-rata

1,00 (SD + 1,00; Median = 1), dengan nilai minimum 0 dan maksimum 2 (95% CI 0,40-1,60).

Tabel 1. Deskripsi statistik skor pengetahuan *pre-test*, *post-test,* dan selisih skor

Variabel	n	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation
Pre-test	13	0	2	1,00	1,000
Post-test	13	2	2	2,00	0,000
Selisi (*post – pre*)	13	0	2	1,00	1,000

Berdasarkan perubahan skor individu tersebut, tujuh peserta (53,8%) mengalami peningkatan skor, enam peserta (46,2%) memperoleh skor yang tetap, dan tidak ada peserta yang mengalami penurun skor (Tabel2). Dari tujuh pesertabyang meningkat, enam orang naik dua poin dan satu orang naik satu poin.

Tabel 2. Distribusi skor pengetahuan peserta (n = 13)

Perubahan skor	Jumlah (orang)	Persentase
Meningkat (*post-test* > *pre-test*)	7	53,8%
Tetap (*post-test* = *pre-test*)	6	46,2%
Menurun (*post-test* < *pre-test*)	0	0,0%

Uji normalitas dilakukan pada data selisih skor *post-test* dan *pre-test* (Tabel 3). Hasil uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan signifikansi 0,002 dan uji Shapiro-Wilk menunjukkan signifikansi < 0,001. Karena jumlah sampel kurang dari 50 (n =13) maka pengambilan keputusan menggunakan uji Shapiro-Wilk. Selisih skor tersebut tidak berdistribusi normal, sehingga analisis dilanjutkan dengan uji nonparametrik Wilcoxon *signed rank*.

Tabel 3. Hasil uji normalitas selisih skor pengetahuan

Variabel	Uji	Statistic	df	Sig.
Selisih skor	Kolmogorov-Smirnov	0,303	13	0,002
	Shapiro-Wilk	0,695	13	< 0,001

Hasil uji Wilcoxon *signed rank* disajikan pada Tabel 4. Nilai Z sebesar −2,530 dengan signifikansi (2-tailed) 0,011 ($p < 0,05$) menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan yang bermakna secara statistik antara sebelum dan setelah penyuluhan.

Tabel 4. Hasil uji Wilcoxon signed rank pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan

Peringkat (*post-test* − *pre-test*)	**N**	**Mean rank**	**Sum of ranks**
Negative ranks	0	0,00	0,00
Positive ranks	7	4,00	28,00
Ties	6		
Total	13		

Statistik uji	**Nilai**
Z	−2,530
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,011

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan secara statistik setelah penyuluhan partisipatif *Roay Bebas Anemia* (Z = −2,530; p = 0,011). Temuan ini sejalan dengan upaya edukasi kesehatan pada remaja putri yang menekankan pentingnya pengetahuan sebagai dasar perilaku pencegahan anemia (Kusumawati et al., 2013). Penyampaian materi yang memadukan ceramah. interaktif, permainan "Mitos atau Fakta", diskusi, dan tanya jawab memberi kesempatan kepada peserta untuk memperoleh informasi sekaligus mengklarifikasi pemahaman mengenai masalah kesehatan yang dekat dengan kehidupan sehari-hari.

Capaian pengetahuan peserta setelah penyuluhan tergolong baik. Seluruh peserta (13 orang) mencapai skor 2 pada *post-test* dan tidak ada peserta yang mengalami penurunan skor. Enam peserta yang semula berada pada skor 0 meningkat dua poin, dan satu peserta meningkat satu poin, sehingga manfaat penyuluhan tampak paling besar pada peserta dengan pengetahuan awal yang rendah. Enam peserta lainnya tidak menunjukkan perubahan karena sudah mencapai skor tertinggi sejak *pre-test*. Sebaran skor *post-test* yang seragam (SD = 0,000) menunjukkan bahwa pengetahuan peserta menjadi merata setelah kegiatan. Hasil ini perlu dipahami dalam konteks jumlah peserta yang kecil (n = 13) dan tidak adanya kelompok pembanding, sehingga temuan menggambarkan perubahan pada kelompok peserta ini. Evaluasi berikutnya dapat menggunakan instrumen dengan rentang skor yang lebih luas agar perbedaan pengetahuan dapat ditangkap lebih rinci.

Selain pengukuran kuantitatif, keterlibatan peserta selama kegiatan memberikan gambaran mengenai respons dan kebutuhan informasi kelompok sasaran. Sebanyak tiga

peserta menyampaikan tanggapan dalam sesi diskusi, sedangkan empat peserta mengajukan pertanyaan pada sesi tanya jawab. Tanggapan yang disampaikan peserta memperlihatkan adanya permasalahan dalam pemenuhan gizi di lingkungan kost, khususnya kecenderungan mengonsumsi jenis makanan yang sama secara berulang karena lebih praktis dan mudah diperoleh. Salah satu peserta mengungkapkan bahwa ayam menjadi pilihan makanan yang sering dikonsumsi pada siang dan sore hari meskipun tidak memasak sendiri. Kondisi tersebut menggambarkan bahwa kemudahan memperoleh makanan belum tentu diikuti dengan keberagaman konsumsi pangan untuk memenuhi kebutuhan gizi sehari-hari.

Permasalahan lain yang muncul dalam diskusi berkaitan dengan konsumsi TTD. Peserta menyampaikan bahwa rasa mual setelah mengonsumsi TTD menjadi salah satu alasan sebagian perempuan kurang rutin mengonsumsinya. Dalam menanggapi kondisi tersebut, peserta mengemukakan pentingnya saling mengingatkan antarteman dan membangun kebiasaan mengonsumsi TTD secara bersama-sama. Selain itu, pertanyaan peserta juga mencakup hubungan menstruasi dengan risiko anemia, penyebab dan penanganan anemia, alternatif pemenuhan gizi bagi individu yang tidak menyukai sayuran, serta kemungkinan faktor genetik atau kelainan darah dalam kejadian anemia. Beragam pertanyaan tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan edukasi tidak hanya berkaitan dengan pengenalan anemia, tetapi juga mencakup pemahaman mengenai faktor risiko, pemenuhan gizi, dan penerapan langkah pencegahan yang sesuai dengan kondisi masing-masing individu.

Temuan tersebut memperlihatkan pentingnya penyampaian edukasi kesehatan yang kontekstual dengan karakteristik kelompok sasaran. Pada kelompok mahasiswi kost, upaya pencegahan anemia perlu mempertimbangkan kebiasaan makan, keterjangkauan pilihan pangan, serta hambatan dalam konsumsi TTD. Oleh karena itu, pemberian contoh menu makanan bergizi yang sederhana dan terjangkau serta informasi mengenai cara konsumsi TTD sesuai anjuran menjadi bagian penting dalam penguatan edukasi. Pertanyaan mengenai penyebab dan faktor risiko anemia juga menunjukkan perlunya penggunaan bahasa dan media penyampaian yang lebih sederhana agar informasi kesehatan dapat dipahami secara lebih menyeluruh.

Program *Roay Bebas Anemia* juga diarahkan untuk membangun dukungan sosial melalui penguatan peran teman sebaya (*peer support*). Pendekatan ini diterapkan dengan mendorong peserta agar tidak hanya memperoleh informasi untuk dirinya sendiri, tetapi juga berinisiatif membagikan pengetahuan dan mengajak teman di lingkungan sekitarnya untuk menerapkan perilaku pencegahan anemia. Dalam sesi diskusi, tiga peserta menyampaikan tanggapan yang berkaitan dengan strategi saling mengingatkan konsumsi TTD, memulai kebiasaan sehat dari diri sendiri, serta mengajak teman sebaya untuk mengonsumsi TTD secara bersama-sama.

Munculnya gagasan tersebut menunjukkan adanya potensi pengembangan dukungan teman sebaya sebagai bagian dari upaya pemberdayaan masyarakat. Interaksi antarteman dapat menjadi ruang untuk berbagi informasi, pengalaman, dan pengingat dalam menerapkan perilaku pencegahan anemia. Namun, pembentukan kader pendidik sebaya secara formal belum sepenuhnya terlaksana. Capaian kegiatan pada aspek ini masih berada pada tahap inisiasi kesadaran dan munculnya gagasan untuk membangun dukungan antarteman. Oleh karena itu, diperlukan tindak lanjut berupa penguatan peran peserta sebagai pendidik sebaya agar inisiatif yang telah muncul dapat berkembang menjadi aktivitas pemberdayaan yang berkelanjutan di lingkungan kost.

Dari aspek luaran, kegiatan ini menghasilkan media edukasi berupa slide presentasi yang digunakan oleh kedua fasilitator dalam penyampaian materi, instrumen *pre-test* dan *post-test* sebagai alat evaluasi pengetahuan, serta dokumentasi kegiatan. Materi presentasi mencakup pembahasan mengenai anemia, gizi seimbang, contoh menu makanan bagi mahasiswi kost, konsumsi TTD, mitos dan fakta, serta peran pendidik sebaya. Selain luaran edukasi, kegiatan juga menghasilkan penandatanganan kerja sama dengan Pondok Pesantren As-Salam sebagai bentuk dukungan kelembagaan terhadap pelaksanaan kegiatan pemberdayaan masyarakat. Dukungan fasilitas dan keterbukaan pihak pondok menjadi salah satu faktor yang membantu terlaksananya seluruh rangkaian kegiatan.

Secara keseluruhan, kegiatan *Roay Bebas Anemia* menunjukkan capaian pada aspek peningkatan pengetahuan, partisipasi peserta, inisiasi dukungan teman sebaya, serta penguatan kemitraan kelembagaan. Hasil pengukuran menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan yang bermakna secara statistik setelah pelaksanaan edukasi, sedangkan hasil diskusi mengidentifikasi sejumlah hambatan yang dihadapi peserta dalam menerapkan

perilaku pencegahan anemia. Meskipun demikian, kegiatan ini masih memiliki keterbatasan, terutama jumlah peserta yang belum mencapai target, belum meratanya peningkatan skor pengetahuan, serta belum terbentuknya pendidik sebaya secara formal. Dengan demikian, keberlanjutan program perlu diarahkan pada penguatan edukasi secara berkala, penyediaan informasi mengenai pilihan makanan bergizi yang terjangkau, penguatan dukungan antarteman dalam konsumsi TTD, serta pemeliharaan kerja sama dengan pihak setempat. Upaya tersebut diharapkan dapat mendukung penerapan perilaku pencegahan anemia secara lebih berkelanjutan di lingkungan mahasiswi kost.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pemberdayaan masyarakat melalui program Roay Bebas Anemia telah terlaksana dengan baik melalui penyuluhan partisipatif kepada 13 mahasiswi kost di Gunung Roay 1, Kota Tasikmalaya. Kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai anemia, faktor risiko, pemenuhan gizi seimbang, serta pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah penyuluhan ($Z = -2{,}530$; $p = 0{,}011$).

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga mendorong munculnya kesadaran untuk membangun dukungan teman sebaya dalam upaya pencegahan anemia, khususnya melalui kebiasaan saling mengingatkan konsumsi TTD. Meskipun demikian, pembentukan pendidik sebaya secara formal belum terlaksana dan jumlah peserta belum mencapai target. Oleh karena itu, kegiatan selanjutnya perlu diarahkan pada edukasi berkelanjutan, penguatan peran teman sebaya, serta pemeliharaan kerja sama dengan pihak setempat agar upaya pencegahan anemia dapat diterapkan secara berkelanjutan di lingkungan mahasiswi kost.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Andy Muharry, S.KM., M.P.H., selaku dos atas arahan dan bimbingannya, serta kepada pimpinan Pondok Pesantren As-Salam, pengurus RT/RW, kader kesehatan, dan DKM atas dukungan dan kerja samanya. Apresiasi juga disampaikan kepada Zidan Maulana dan Andini Sutiyani selaku fasilitator,

seluruh partisipan kegiatan Roay Bebas Anemia, serta pihak lain yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

Astuti, D., & Kulsum, U. (2020). POLA M ENSTRUASI DENGAN T ERJADINYA ANEMIA PADA REMAJA. 11(2), 314–327.

Indonesia, S. K. (2023). SURVEI KESEHATAN INDONESIA (SKI).

Kesehatan, D., & Tasikmalaya, K. (2024). Profil kesehatan 2024.

Kusumawati, E., Rahardjo, S., & Putri Kurnia Ayu, W. (2013). PENDIDIKAN GIZI PEER EDUCATOR DALAM UPAYA PENCEGAHAN KEJADIAN ANEMIA REMAJA. 36–44.

Runiari, N., & Hartati, N. (n.d.). PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN MINUM TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI. 13.

Kurniawati, D. C., & Trihandini, I. (2025). Efektivitas Edukasi oleh Kader Sebaya pada Peningkatan Pengetahuan Anemia Remaja Putri. Jurnal Ners, 9(3), 3538–3548. https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/download/45019/28498/155119

Kusuma, T. U. (2022). Peran Edukasi Gizi dalam Pencegahan Anemia pada Remaja di Indonesia: Literature Review. Jurnal Surya Muda, 4(1), 61–78.

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), 70–74. https://doi.org/10.4081/jphia.2023.2542

Muthia Adila, A., Ramadhan, N., Mufida, Z., Surury, I., & Riptifah Handari, S. (2023). Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Upaya Pencegahan Anemia saat Menstruasi pada Remaja. Jurnal Kesehatan Reproduksi, 13(1), 39–46. https://doi.org/10.58185/jkr.v13i1.35

Rima Andini, F., & Agestika, L. (2022). Efektivitas Edukasi Gizi Berbasis Digital melalui Peer-Group dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. Amerta Nutrition, 6(1SP), 220–225. https://doi.org/10.20473/amnt.v6i1sp.2022.220-225