

## ORIGINAL ARTICLE

# Peningkatan *Self Awareness* Remaja Cegah Anemia melalui Program *Structured Education Peer Counselor* di Kota Denpasar

Ni Komang Tri Agustini \*<sup>1</sup>, Luh Gde Nita Sri Wahyuningsih <sup>1</sup>

Fakultas Kesehatan Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

\*Corresponding Author: [agustini.komang90@gmail.com](mailto:agustini.komang90@gmail.com)

### ARTICLE INFORMATION

#### Article history

Received (26<sup>th</sup>, November 2023)

Revised (26<sup>th</sup>, January 2024)

Accepted (24<sup>th</sup>, March 2024)

#### Keywords

Adolescent, Anemia, Peer Counselor, Structured Education, Self Awareness

### ABSTRACT

**Background:** The incidence of anemia among adolescent girls in Denpasar City were 45.9% and relatively high. In fact, existing interventions were not optimal in reducing the incidence of anemia in adolescents. Increasing knowledge with the aim of increasing self-awareness in adolescents can be done through empowering peer counselors by implementing the Structured Education Peer Counselor Program. **Objectives:** to analyze the influence of Structured Education Peer Counselor on adolescent self-awareness in preventing anemia. **Results:** The research results showed that there was an influence of the Structured Education Peer Counselor Program on increasing teenagers' self-awareness to prevent anemia ( $p < 0.001$ ). **Conclusion:** This program was able to increase adolescent self-awareness in preventing anemia and can become input in developing appropriate educational programs for adolescents.

Jurnal Ilmiah Keperawatan is a peer-reviewed journal published by Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya (STIKES Hang Tuah Surabaya)

This journal is licensed under the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Website: <http://journal.stikeshangtuah-sby.ac.id/index.php/IJKSHT>

E-mail: [jurnalilmiahkeperawatan.sht@gmail.com](mailto:jurnalilmiahkeperawatan.sht@gmail.com) / [jik.sht@stikeshangtuah-sby.ac.id](mailto:jik.sht@stikeshangtuah-sby.ac.id)

## Pendahuluan

Anemia pada remaja merupakan masalah kesehatan global yang dialami di Indonesia. Indonesia mencatat sebanyak 32% remaja putri mengalami anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Kementerian Kesehatan berupaya untuk menanggulangi anemia gizi besi pada remaja melalui beberapa intervensi spesifik (sector kesehatan) dan sensitive (sector non kesehatan), namun program yang berjalan belum optimal (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Intervensi spesifik yang telah dilakukan adalah program implementasi Fe yang baru mencapai 21% yang sesuai standar dan tingkat kepatuhan remaja yang mengkonsumsi Fe masih rendah yakni 5%. Pemerintah dan sector terkait bekerjasama melalui penguatan di berbagai bidang diantaranya pelaksanaan program suplementasi Fe serta pendidikan edukasi kesehatan bagi remaja putri (Srinigrat et al., 2019).

Kejadian anemia pada remaja putri di Kota Denpasar sebesar 45,9% (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2021). Angka ini memerlukan perhatian pemerintah karena kejadian anemia pada remaja akan beresiko mengalami gangguan anemia pada kehamilan dan mampu meningkatkan resiko stunting. Indonesia sedang gencar-gencarnya melakukan intervensi untuk menurunkan angka kejadian stunting, khususnya di Provinsi Bali walaupun Bali termasuk provinsi dengan angka stunting terendah, namun tetap dilakukan berbagai intervensi untuk pencegahan stunting mengingat target angka kasus stunting diharapkan menjadi 7,3% di akhir tahun 2023 dan 6% di tahun 2024 (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2021). Intervensi yang dicanangkan adalah dengan tetap bekerja sama secara lintas sectoral untuk melakukan peningkatan pengetahuan melalui pemberian pendidikan kesehatan ke seluruh lapisan masyarakat (Finkelstein et al., 2021).

Pemberian pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan seseorang dalam hal ini remaja (Tang et al., 2022). Remaja akan memiliki *self-awareness* yang baik apabila memiliki



pengetahuan yang baik(Sungkar et al., 2022). Pada hal ini pengetahuan yang baik terkait pencegahan dan penanganan anemia pada remaja akan meningkatkan self-awareness remaja yang akan berdampak pada perubahan yang saat ini terjadi(Abu-Baker et al., 2021). Peningkatan pengetahuan dengan tujuan peningkatan kesadaran diri (self-awareness) dapat dilakukan dengan berbagai intervensi yang telah dilakukan pemerintah. Intervensi yang dikombinasi dengan edukasi dapat berupa penyuluhan, konseling, Focus Group Discussion (FGD) dan berbagai media penunjang dilakukan untuk meningkatkan kesadaran remaja tentang pencegahan anemia(Kusuma & Kartini, 2021). Salah satu metode yang efektif untuk kalangan remaja adalah melalui metode edukasi peer group atau pendidikan kelompok sebaya(Yuliasari, 2020).

Beberapa hasil penelitian terkait yang telah dilakukan peneliti sebelumnya mengenai peer counselor menegaskan bahwa kelompok sebaya membutuhkan kehadiran konselor sebaya (peer counselor)(Agustini & Diyu, 2019). Peran *peer counselor* memiliki fungsi yang penting berkaitan dengan sikap, perilaku, pandangan remaja yang membutuhkan role model di kalangan sebayanya. Kompetensi sosial konselor sebaya yang diharapkan adalah konselor sebaya yang mampu menjalin hubungan dan berinteraksi dengan remaja sehingga mampu berperan dalam mencegah permasalahan remaja yang ada di lingkungannya(Rima Andini & Agestika, 2022).

Program Structured Education Peer Counselor merupakan serangkaian kegiatan yang dilakukan oleh peer counselor (konselor sebaya) dengan tujuan peningkatan pengetahuan dengan menggunakan berbagai metode dan waktu pemberian yang jelas(Fitranti et al., 2022)(Rima Andini & Agestika, 2022). Media yang digunakan dalam memberikan pengetahuan dapat lebih dari satu jenis yang diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan sesuai dengan karakter individu. Edukasi terstruktur merupakan suatu bentuk upaya yang tersusun dan diatur rapi dengan materi yang telah disiapkan dan diberikan oleh orang yang terpercaya yakni peer counselor yang bertujuan untuk merubah perilaku remaja sesuai dengan harapan(Rasmaniar et al., 2022)(Ariestiningsih et al., 2022). Adapun materi yang diberikan meliputi materi inti tentang anemia, pencegahan anemia dengan mengkonsumsi tablet tambah darah, makan makanan bergizi dan perilaku hidup bersih sehat (PHBS)(Habibzadeh et al., 2021).

Keterbaruan penelitian ini adalah belum adanya penelitian terkait penggunaan pendidikan terstruktur oleh peer counselor sebagai inovasi pencegahan anemia. Penggunaan lebih dari satu media edukasi dan difasilitasi oleh peer counselor di kalangan remaja diharapkan mampu meningkatkan *self awareness* remaja, sehingga penelitian ini perlu dilakukan untuk menyusun program edukasi yang sesuai dan dapat diterima remaja. Penelitian ini akan dilakukan di salah satu Sekolah di wilayah kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan. Pemilihan SMP Dharma Wiweka ini dikarenakan sudah terbentuknya konselor sebaya di sekolah sebanyak 105 orang, namun dari hasil studi pendahuluan mayoritas remaja putri 58% tidak rutin melakukan skrining anemia. Selain itu, hanya sedikit remaja putri yakni 32% yang mengetahui tentang aplikasi Ceria (Cegah Anemia Remaja) yang telah disosialisasikan pemerintah sehingga diperlukan intervensi yang mendukung *self awareness* remaja dalam melakukan pencegahan anemia di sekolah. Program ini dilakukan untuk mendukung program pemerintah dalam meningkatkan pemahaman, kesadaran dan kemauan remaja dalam mencegah anemia meningkat kasus anemia remaja masih tergolong tinggi yakni 32%.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh *Structured Education Peer Counselor* terhadap *self-awareness* remaja dalam mencegah anemia. Inovasi ini diharapkan dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kesadaran remaja dalam berperilaku hidup bersih sehat khususnya dalam pencegahan anemia. Peran *peer counselor* diharapkan mampu memotivasi sesama remaja untuk meningkatkan kesadaran dalam mencegah anemia. Hasil akhir penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan *self-awareness* remaja dalam mencegah anemia dan menjadi bahan masukan pemegang program remaja di Puskesmas dalam menyusun program edukasi yang sesuai untuk remaja sehingga nantinya mampu menurunkan angka kejadian anemia pada remaja dan mencegah resiko stunting dikemudian hari.

## Metode



This is an Open Access article  
Distributed under the terms of the  
[Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Desain penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Dalam penelitian ini kelompok remaja putri diberikan pretest untuk mengetahui self-awareness remaja, selanjutnya kelompok mendapatkan intervensi pemberian video dan modul edukasi serta difasilitasi konseling online oleh peer counselor di dalam group Whatsapp selanjutnya kelompok akan diberikan posttest. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas IV Denpasar Selatan pada bulan Juli-September 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMP Dharma Wiweka yang bersedia menjadi responden, dalam keadaan sehat selama proses pengambilan data, memiliki aplikasi Whatsapp Group. Setelah dihitung dengan menggunakan rumus Lemeshow diperoleh besar sampel adalah 35, untuk menghindari terjadinya *intervention impact* maka sampel dikali 2 sehingga sampel pada kelompok berjumlah 70 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *purposive sampling*. Jumlah peer counselor yang dibutuhkan adalah 7 orang. (1 peer counselor memfasilitasi 10 siswa). Kriteria peer counselor adalah remaja putri yang sehat, telah mengikuti pelatihan konselor, dan bersedia ikut dalam penelitian ini. Pengambilan data *pre test* dan *post test* menggunakan kuisisioner *self awareness*. Kuisisioner ini merupakan kuisisioner yang dikembangkan oleh peneliti sendiri dengan menggunakan konsep *self awareness* yakni kemampuan dalam mengenali emosi dan pengaruhnya, kemampuan pengakuan diri yang akurat, dan kemampuan mempercayai diri sendiri. Kuisisioner sebelumnya dilakukan uji *content validity* oleh expert untuk memastikan isi pertanyaan tidak menimbulkan makna ganda dan uji validitas terhadap 30 responden diluar sampel yang memiliki kriteria inklusi yang sama namun tidak dijadikan sampel penelitian. Uji coba ini dilakukan untuk mengukur internal consistency dengan menggunakan Cronbach's alpha. Nilai Cronbach's alpha adalah 0,6815. menggunakan Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuisisioner pada remaja saat *pre test* dan *post test*. Penelitian terdiri dari tahapan persiapan, yakni pembuatan video edukasi dan modul pencegahan anemia, tahapan pelaksanaan intervensi yang terdiri dari 6 minggu terbagi dalam pengambilan data *pre test* yang dilakukan pada minggu pertama. Responden remaja putri yang berjumlah 70 orang diberikan kuisisioner untuk menilai *self awareness* dalam pencegahan anemia remaja, selanjutnya pada tahap pelaksanaan intervensi ini difasilitasi oleh konselor sebaya selama 4 minggu. Dalam tahap pelaksanaan intervensi maka konselor sebaya memiliki tanggung jawab 10 orang responden remaja putri untuk diberikan pendidikan terstruktur dengan membentuk grup whatsapp. Di dalam satu grup terdapat 1 orang konselor sebaya dengan 10 responden remaja putri untuk berinteraksi dan berdiskusi. Dalam grup tersebut konselor memberikan edukasi yang telah disiapkan yakni modul pencegahan anemia dan video pencegahan anemia, konselor juga memfasilitasi konseling terkait anemia dan permasalahan yang dialami remaja. dan pada minggu ke 6 diakhiri dengan tahapan evaluasi kegiatan dengan pemberian kuisisioner post test. Analisis data yang digunakan adalah analisa univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank test* dengan derajat kemaknaan alpha 0.05 untuk melihat perbedaan *self awareness* remaja.

## Result

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
14 tahun	19	27.1
15 tahun	35	50
16 tahun	16	22.9
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	70	100
Total	70	100



Pada Tabel 1. menjelaskan bahwa sebagian responden berusia 15 tahun yakni sebanyak 35 orang responden (27,1%) dan keseluruhan responden berjenis kelamin perempuan yaitu 70 orang (100%).

Tabel 2. Kategori *Self Awareness* Pre dan Post pemberian *structured education peer counsellor*

Metode	Self awareness remaja (Pre Test)			Self awareness remaja (Post Test)		
	Baik	Cukup	Kurang	Baik	Cukup	Kurang
Program Structured Education Peer Counselor	21 (30%)	24 (34,3%)	25 (35,7%)	55 (78,5%)	12 (17,1%)	3 (4,4%)

Pada tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa tingkat kesadaran (self awareness) remaja sebelum diberikan intervensi adalah 35,7% berada dalam kategori kurang dan 34,3% dalam kategori cukup. Setelah diberikan intervensi selama 4 minggu maka hasil post test menunjukkan bahwa kesadaran remaja cegah anemia dominan pada kategori baik, yakni sebanyak 55 orang (78,5%) dan 12 orang (17,1%) kategori cukup dan hanya 3 orang (4,4%) berada dalam kategori kurang.

Tabel 3. Perbedaan *Self Awareness* Remaja Cegah Anemia Pre dan Post diberikan *structured education peer counselor*

Metode	Self Awareness Remaja				p-value
	Pre Test		Post Test		
Program Structured Education Peer Counselor	Mean	Min-Max	Mean	Min-Max	<0,001
	2,06	1-6	7,87	5-10	

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan self awareness remaja sebelum dan sesudah pemberian intervensi sehingga Ada Pengaruh Program Structured Education Peer Counselor terhadap peningkatan *Self Awareness* Remaja dalam Pencegahan Anemia.

## Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *self awareness* remaja cegah anemia sebelum dan sesudah diberikan intervensi *Program Structured Education Peer Counselor*. Adanya perbedaan *self awareness* remaja sebelum dan sesudah diberikan intervensi terlihat dari hasil post test yang menunjukkan kategori yang mendominasi adalah kategori dengan *self awareness* yang baik. Peneliti berpendapat bahwa kemampuan atau tindakan seseorang dalam pencegahan penyakit anemia didasarkan atas pengetahuan dan sikap yang baik. Dalam mencegah anemia remaja, *self awareness* sangat ditentukan oleh pengetahuan kesehatan, sikap terhadap kesehatan dan keterampilan praktik kesehatan (Tang et al., 2022) (Skolmowska et al., 2022).

Remaja dengan masa peralihan dari anak-anak menuju ke masa dewasa mengalami berbagai perubahan baik fisik, psikis dan sosio emosional (El-Kholy et al., 2023). Pada remaja putri khususnya terdapat perubahan fisik yang ditandai dengan berfungsinya alat reproduksi seperti menstruasi. Dalam penelitian ini usia sebagian responden adalah 15 tahun yang merupakan rentang usia remaja pertengahan dengan ciri khas adalah bersifat kekanak-kanakan namun sudah ada kesadaran akan kepribadian sendiri untuk menemukan jati diri. Pada periode ini pemberian edukasi yang tepat mampu mengantar remaja menuju penemuan jati diri yang tepat pula. Pemberian edukasi sangat penting untuk meningkatkan kesadaran, persepsi positif dan motivasi remaja dalam pencegahan anemia (Kusuma & Kartini, 2021).

Kesadaran diri remaja putri dalam pencegahan anemia mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi *Program Structured Education Peer Counselor*. Kesadaran diri ini mencakup kemampuan memahami kekuatan, dorongan, penilaian diri sendiri dan orang lain yang mampu mendorong mendapatkan persepsi yang lebih baik, menumbuhkan kemampuan untuk mengenali dampak dan dapat digunakan untuk pengambilan keputusan (Tang et al., 2022) (Novelia et al., 2022). Kesadaran diri remaja dalam pencegahan anemia mencakup pemahaman remaja tentang



anemia, penyebab anemia, penatalaksanaan dan pencegahan anemia sampai kemampuan remaja untuk mengambil keputusan dalam perilaku pencegahan anemia. Kesadaran diri yang tinggi dapat memahami perasaan mereka sendiri, mengetahui tindakan yang dapat menguntungkan diri sendiri dan orang lain, dan membuat keputusan yang tepat (Khusumadewi et al., 2017). Pada dasarnya kesadaran diri terdiri dari kemampuan dalam mengenali emosi dan pengaruhnya, kemampuan pengakuan diri yang akurat dan kemampuan untuk mempercayai diri sendiri (Habibzadeh et al., 2021). Seorang remaja di dalam perkembangannya harus mampu sadar dan memahami diri sendiri, melakukan introspeksi diri akan dampak baik dan buruk yang bisa timbul akibat tindakan yang dilakukan serta bersedia menerima umpan balik maupun perspektif baru untuk mengembangkan diri (Sutton, 2016).

Perubahan paradigma pelayanan kesehatan yang bergeser pada promotif dan preventif memandang bahwa promosi kesehatan lebih penting dibandingkan dengan pengobatan atau kuratif, sehingga diharapkan remaja putri mampu memiliki gaya hidup yang lebih sehat untuk menciptakan lingkungan yang mendukung (Habibzadeh et al., 2021). Tujuan akhir dari pemberian edukasi terstruktur ini adalah perilaku kesehatan untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal (Sutton, 2016). Pada penelitian ini, program edukasi terstruktur yang dilakukan oleh konselor sebaya mampu meningkatkan *self awareness* remaja dalam mencegah anemia. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang dilakukan oleh kelompok sebaya dalam pencegahan anemia dapat dengan mudah untuk meningkatkan pengetahuan dan mempengaruhi remaja satu sama lain (Rima Andini & Agestika, 2022). Konselor sebaya atau teman sebaya adalah sebagai salah satu sarana atau media yang digunakan untuk bertukar pikiran, saling diskusi, penyuluhan atau pendidikan kesehatan terkait masalah yang dihadapi remaja sehingga kelompok remaja mampu mencapai kesejahteraan remaja (Fitriani et al., 2023). Pemberian pendidikan terstruktur oleh teman sebaya atau konselor sebaya bertujuan untuk saling membantu anggotanya dalam hal ini remaja putri dalam menyelesaikan masalah dan adanya proses pendidikan atau pembelajaran antar anggotanya (Rachell Yuki, Deny Eka, 2019). Intervensi pemberian pendidikan terstruktur yang melibatkan konselor sebaya dalam pemberian edukasi melalui video edukasi dan modul pencegahan anemia secara berkelanjutan mampu meningkatkan *self awareness* remaja dalam pencegahan anemia, hal ini dikarenakan kelompok sebaya berkembang saling membantu dan bertanggung jawab atas pencegahan anemia.

Hasil penelitian menunjukkan dominasi kesadaran remaja setelah mendapatkan intervensi adalah kategori baik, namun ada juga remaja yang masih memiliki kesadaran yang kurang sekitar 4,4%. Hasil uji statistik dengan menganalisis alur penelitian di lapangan dapat berimplikasi pada proses pemberian intervensi peer group. Durasi waktu intervensi yang diberikan pada penelitian ini cukup singkat dan tergolong short time karena intervensi yang diberikan hanya 4 minggu untuk pelaksanaan pemberian edukasi peer group dari konselor sebaya ke kelompok kecil. 1 konselor sebaya bertanggung jawab atas 10 orang remaja putri. Jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yang waktu pemberian intervensi yang diberikan minimal 2 bulan dan proses edukasi efektif untuk merubah kesadaran, sikap maupun perilaku selama durasi 8 bulan intervensi, sehingga pemberian edukasi yang singkat dapat mempengaruhi proses penerimaan informasi yang diberikan oleh konselor sebaya dan berdampak kepada pengetahuan dan kesadaran remaja (Yustika et al., 2023). Dalam meningkatkan kesadaran langkah yang harus ditempuh minimal 21 hari, dimana tujuh hari pertama adalah tahapan untuk memberikan informasi, menanamkan pengetahuan untuk mempengaruhi pola pikir, tujuh hari kedua adalah internalisasi untuk menjadikan suatu perilaku yang telah diketahui sebagai pola sikap, kesadaran atau kebiasaan, dan tujuh hari terakhir merupakan tahap mengubah pola yang sudah ada menjadi pola yang baru sehingga untuk penerapan kesadaran yang meningkat diperlukan tahapan dari waktu minimal tersebut (Yuliasari, 2020). Selain itu, proses pemberian edukasi yang difasilitasi konselor sebaya tersebut diberikan melalui daring (online) dengan bantuan group chat Whatsapp Group yang telah dibuat masing-masing konselor sebaya. Proses pemberian edukasi melalui daring diakui memiliki kemudahan dalam penyampaian edukasi yang menyeluruh namun dampak yang tidak bisa dimonitor adalah keaktifan remaja dalam membaca, memahami dan



merespon edukasi yang sudah diberikan (Yustika et al., 2023). Adanya kemungkinan bahwa remaja putri yang telah diberikan edukasi oleh konselor sebaya hanya membaca dengan sekilas informasi yang diberikan namun tidak dipelajari atau dipahami dengan baik, walaupun konselor sebaya dan peneliti sudah memberikan stimulus yang bertujuan untuk terciptanya komunikasi dua arah antara pemberi dan penerima edukasi.

Kebijakan pemerintah yang telah ada dalam intervensi penanggulangan anemia remaja berfokus pada program suplementasi gizi di sekolah dengan dilakukan distribusi tablet Fe setiap triwulan melalui puskesmas pada wilayah kerjanya (Kementrian Kesehatan RI, 2021). Namun, untuk mendukung tercapainya tujuan tersebut maka diperlukan koordinasi yang baik antara pihak sekolah dengan pihak Puskesmas. Selain itu, kebijakan dalam pemantauan remaja terkait konsumsi tablet Fe juga diperlukan untuk memastikan bahwa tablet Fe benar diminum oleh remaja. Kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe tidak hanya tanggung jawab Puskesmas, namun juga tanggung jawab pihak sekolah dalam memastikan remaja putri di sekolah rutin mengkonsumsi tablet Fe. Intervensi dengan model komunikasi berbasis digital dan jejaring teman sebaya dapat menjadi penghubung yang memudahkan transfer pengetahuan dan motivasi positif bagi remaja. Komunikasi berbasis digital ini memudahkan pihak sekolah dan puskesmas untuk menjalankan perannya dalam memonitor keberhasilan program (Agustini, 2023).

Kelebihan pada penelitian ini bahwa intervensi *Program Structured Education Peer Counselor* ini dapat memberdayakan konselor sebaya dalam pemberian informasi mengenai pencegahan anemia pada remaja. Pemanfaatan media Whatsapp Group dapat menjadi pemanfaatan media yang efektif untuk pemberian informasi dengan mudah, cepat dan efisien dari segi biaya dan waktu. Penelitian ini juga melibatkan pihak Puskesmas Denpasar Selatan IV dan SMP Dharma Wiweka untuk berkolaborasi secara berkelanjutan dalam mensukseskan program suplementasi Fe.

Keterbatasan penelitian ini adalah proses pemantauan dan monitoring kegiatan edukasi yang diberikan oleh konselor sebaya di Whatsapp Group meliputi keaktifan peserta dalam merespon edukasi yang diberikan, metode edukasi yang diberikan maupun alat bantu edukasi yang diberikan oleh konselor sebaya. Penelitian ini juga tidak mengevaluasi kompetensi atau kemampuan konselor sebaya dalam memberikan edukasi secara terstruktur kepada remaja putri terkait pencegahan anemia pada remaja. Selain itu adalah durasi pemberian edukasi terstruktur yang cukup singkat sehingga kemungkinan apabila diberikan lebih lama maka tidak ada remaja yang masih memiliki kategori kesadaran diri kurang.

## Kesimpulan

Program *Structured Education Peer Counselor* mampu meningkatkan *Self Awareness* Remaja dalam pencegahan anemia yang terlihat dari perubahan dominasi kategori tingkat kesadaran diri yang didominasi kategori baik pada saat pengukuran post test. Metode ini dapat menjadi inovasi dalam pencegahan anemia remaja di sekolah. Oleh karena itu pada penelitian selanjutnya dapat dilakukan monitoring dan evaluasi dari model pemberian edukasi terstruktur, kompetensi konselor sebaya dalam memberikan edukasi, dan kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe sebagai bentuk kesadaran diri remaja dalam pencegahan anemia.

## Ethics approval and consent to participate

Penelitian ini telah mendapatkan surat rekomendasi dari Komisi Etik Institut Teknologi dan Kesehatan Bali dengan nomor kelayakan etik 04.0340/KEPITEKES-BALI/VI/2023

## Acknowledgments

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Kemdikbudristek RI atas bantuan finansial pelaksanaan penelitian ini, Kepala Sekolah SMP Dharma Wiweka, Puskesmas IV Denpasar Selatan



atas kesempatan dan dukungan dalam penelitian ini. Selain itu, ucapan terimakasih peneliti sampaikan kepada seluruh responden yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

## References

- Abu-Baker, N. N., Eyadat, A. M., & Khamaiseh, A. M. (2021). The impact of nutrition education on knowledge, attitude, and practice regarding iron deficiency anemia among female adolescent students in Jordan. *Heliyon*, 7(2), e06348. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06348>
- Agustini, N. K. T. (2023). Faktor Dukungan yang Berpengaruh Terhadap Kesadaran Diri Remaja Cegah Anemia. *Malahayati Nursing Journal*, 5(12), 4258–4269.
- Agustini, N. K. T., & Diyu, I. A. N. P. (2019). Akseptabilitas Dan Pemanfaatan Pik-R (Pusat Informasi Konseling-Remaja) Siswa Sma Di Kota Denpasar. *Bali Health Published Journal*, 1(2), 106–114. <https://doi.org/10.47859/bhpj.v1i2.107>
- Ariestiningsih, E. S., Has, D. F. S., Kurniawan, G. A., Putri, F. W., Ristiawati, R., Nariswari, N. F., & Fauzana, A. (2022). Implementasi Program “Senar Kuat” Sebagai Model Upaya Cegah Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat Di Desa Dahanrejo Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(8), 2639–2657. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i8.7188>
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2021). Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2021. *Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2021*.
- El-Kholy, A. A., El Kholy, E. A., Abdulaziz Al Abdulathim, M., Hassan Abdou, A., Ahmed Dafaalla Karar, H., Abdelrhim Bushara, M., Abdelaal, K., & Sayed, R. (2023). Prevalence and associated factors of anemia among pregnant women and the impact of clinical pharmacist counseling on their awareness level: A cross sectional study. *Saudi Pharmaceutical Journal*, 31(8), 101699. <https://doi.org/10.1016/j.jsps.2023.101699>
- Finkelstein, J. L., Fothergill, A., Johnson, C. B., Guetterman, H. M., Bose, B., Jabbar, S., Zhang, M., Pfeiffer, C. M., Qi, Y. P., Rose, C. E., Williams, J. L., Bonam, W., & Crider, K. S. (2021). Anemia and Vitamin B-12 and Folate Status in Women of Reproductive Age in Southern India: Estimating Population-Based Risk of Neural Tube Defects. *Current Developments in Nutrition*, 5(5), nzab069. <https://doi.org/10.1093/cdn/nzab069>
- Fitriani, I., Purwita, E., Aceh, P. K., & Besar, A. (2023). Pembentukan Peer Group Peduli Stunting Pada Siswa Sman. 4(1), 36–42.
- Fitranti, D. Y., Fitriyah, K., Kurniawati, M. D., Wardah, S., & ... (2022). Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri dengan Metode Focus Group Discussion di SMA Negeri 3 Pekalongan. *Jurnal Proactive*, 1(1), 46–54. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/proactive/article/view/13764%0Ahttps://ejournal2.undip.ac.id/index.php/proactive/article/download/13764/7136>
- Habibzadeh, H., Shariati, A., Mohammadi, F., & Babayi, S. (2021). The effect of educational intervention based on Pender’s health promotion model on quality of life and health promotion in patients with heart failure: an experimental study. *BMC Cardiovascular Disorders*, 21(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12872-021-02294-x>
- Kemertian Kesehatan RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In *Profil Kesehatan Indonesia 2020* (Vol. 48, Issue 1). <https://doi.org/10.1524/itit.2006.48.1.6>
- Khusumadewi, A., W. S., H. W., & Wiyono, B. D. (2017). Pengembangan Modul Cultural Awareness Untuk Konselor Sebaya. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)*, 1(1), 30. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v1n1.p30-36>
- Kusuma, N. I., & Kartini, F. (2021). Changes in Knowledge and Attitudes in Preventing Anemia in Female Adolescents: A Comparative Study. *Women, Midwives and Midwifery*, 1(2), 46–54. <https://doi.org/10.36749/wmm.1.2.46-54.2021>
- Novelia, S., Rukmaini, & Purnama Sari, I. (2022). THE Analysis of Factors Associated with Anemia Among Adolescent Girls. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*, 2(3), 266–273.



- <https://doi.org/10.53713/nhs.v2i3.142>
- Rachell Yuki, Deny Eka, M. Y. (2019). Analisis Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kesadaran Siswi SMK Kristen 1 Surakarta untuk Mengonsumsi Tablet zat Besi. *Prosiding Seminar Nasional Aplikasi Sains & Teknologi (SNAST)*, 70(8), 827–838.
- Rasmaniar, R., Nurlaela, E., Ahmad, A., & Nurbaya, N. (2022). Pendidikan Teman Sebaya melalui Pemberdayaan Kader Posyandu Remaja terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Remaja tentang Manfaat Gizi dalam Pencegahan Stunting: Penelitian Kuasi Eksperimen. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 14(1), 76–88. <https://doi.org/10.36990/hijp.v14i1.498>
- 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>
- Skolmowska, D., Głabska, D., Kołota, A., & Guzek, D. (2022). Effectiveness of Dietary Interventions in Prevention and Treatment of Iron-Deficiency Anemia in Pregnant Women: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials. *Nutrients*, 14(15), 1–15. <https://doi.org/10.3390/nu14153023>
- Sriningrat, I. G. A. A., Yuliyatni, P. C. D., & Ani, L. S. (2019). Prevalensi anemia pada remaja putri. *E-Jurnal Medika*, 8(2), 6.
- Sungkar, A., Bardosono, S., Irwinda, R., Manikam, N. R. M., Sekartini, R., Medise, B. E., Nasar, S. S., Helmyati, S., Ariani, A. S., Nurihsan, J., Nurjismi, E., Khoe, L. C., Dilantika, C., Basrowi, R. W., & Vandenplas, Y. (2022). A Life Course Approach to the Prevention of Iron Deficiency Anemia in Indonesia. *Nutrients*, 14(2), 1–8. <https://doi.org/10.3390/nu14020277>
- Sutton, A. (2016). Measuring the effects of self-awareness: Construction of the self-awareness outcomes questionnaire. *Europe's Journal of Psychology*, 12(4), 645–658. <https://doi.org/10.5964/ejop.v12i4.1178>
- Tang, Y., Diao, H., Jin, F., Pu, Y., & Wang, H. (2022). The effect of peer education based on adolescent health education on the resilience of children and adolescents: A cluster randomized controlled trial. *PLoS ONE*, 17(2 February), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263012>
- Yuliasari, H. (2020). Pelatihan Konselor Sebaya Untuk Meningkatkan Self Awareness Terhadap Perilaku Beresiko Remaja. *Jurnal Psikologi Insight*, 4(1), 63–72. <https://doi.org/10.17509/insight.v4i1.24638>
- Yustika, K., Triyanto, E., & Heni Kusumawardani, L. (2023). Hubungan Antara Dukungan Emosional Keluarga Dengan Perilaku Remaja Pengguna Media Sosial Facebook. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 18(1), 1–8. <https://journal.stikeshangtuah-sby.ac.id/index.php/JIKSHT/article/view/191>

