



**Promosi Kesehatan Dan Pencegahan Anemia Melalui Video Animasi
Dan Pemberian Suplementasi Besi Pada Remaja Putri**

Yussie Ater Merry¹, Lita Angelina Saputri², Faridah.BD³

¹⁻³Poltekkes Kemenkes Padang

Email korespondensi : faridahbd140@gmail.com

History Artikel Received: 07-3-2025; Accepted: 22-4-2025 Published: 30-6-2025 Kata kunci Anemia; video animasi; suplementasi besi	ABSTRAK Anemia pada remaja adalah kondisi di mana kadar hemoglobin kurang dari 12 g% .Anemia menyebabkan hemoglobin tidak mencukupi untuk mengikat dan membawa oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Berdasarkan data yang diperoleh, selama ini remaja putri sampai saat ini di Kecamatan Nanggalo khususnya Kelurahan kurao Pagang belum pernah mendapatkan informasi mengenai Pencegahan Anemia dengan menggunakan Video Animasi. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia melalui video animasi sehingga remaja dapat meningkatkan asupan gizi dalam persiapan menjadi calon ibu. Lokasi kegiatan di Kecamatan Nanggalo Kelurahan Kurao Pagang Kota Padang. Adapun waktu kegiatan bulan Juli sampai dengan November 2024 dengan jumlah sasaran 60 orang. Pada kegiatan pengabdian ini diberikan melalui presentasi, tanya jawab dan penanyangani video animasi tentang anemia pada remaja putri. Evaluasi dilakukan dengan kuesioner <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> Hasil yang didapatkan adalah terdapat rata-rata peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia sebanyak 87,5% dan tentang tablet Fe 74,1. Kesimpulan: terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia setelah memperoleh Pendidikan Kesehatan melalui video animasi. Diharapkan kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya melibatkan kehadiran Masyarakat yang lebih banyak. Agar kegiatan pengabdian ini dapat dilakukan secara berkelanjutan.
Keywords: Anemia; animated video; iron supplementation	ABSTRACT <i>Anemia in adolescence is a condition in which hemoglobin levels are less than 12 g%. Anemia causes hemoglobin can't be enough to bind and carry oxygen from the lungs to the the body. Based on the data, young women in Nanggalo District, especially Kurao Pagang Village, have never received information about Anemia Prevention using Animated Videos. The purpose of this community service is to increase the knowledge of adolescent girls about anemia prevention through animated videos so that adolescents can increase their nutritional intake in preparation for becoming mothers-to-be. The location of this activity is in Nanggalo District, Kurao Pagang Village, Padang. The activity is occured from July to November 2024 with 60 people. This activity include presentation about anemia, questions and answers and viewing animated video about anemia. Evaluation is carried out with pretest and posttest. The results obtained were the increase of the average knowledge about anemia by 87.5% and about iron tablets by 74.1%. Conclusion: there was an increase in the knowledge of adolescent girls about anemia prevention after obtaining Health Educationby using animated videos. It is hoped that the next community service will involve more community presence. So it can be carried ou continously.</i>



PENDAHULUAN

Anemia pada remaja adalah kondisi di mana kadar hemoglobin kurang dari 12 g%. Anemia menyebabkan hemoglobin tidak mencukupi untuk mengikat dan membawa oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Tidak mendapatkan cukup oksigen yang dibutuhkan dapat menyebabkan masalah dengan konsentrasi, daya tahan fisik dan aktivitas fisik. Anemia pada gadis remaja dapat mempengaruhi pertumbuhan fisik dan kebugaran fisik mereka juga dapat menyebabkan kelelahan dan penurunan konsentrasi dan memori belajar, yang dapat mempengaruhi prestasi akademik (Sab'ngatun & Riawati, 2021). Anemia pada Masa remaja akan berlanjut hingga waktu ketika Fase kehamilan. Prevalensi anemia selama kehamilan membawa risiko bagi ibu dan bayi. Risikonya adalah komplikasi kehamilan dan persalinan yang dapat menyebabkan kematian, berat lahir rendah, gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada tahun-tahun awal kehidupan untuk bayi (Oktalia, Alfitri, & Putriana, 2023).

Wanita selama kehamilan, masa subur dan masa remaja rentan terhadap anemia. Data global pada wanita berusia 15-49 tahun, menunjukkan bahwa anemia mempengaruhi 29% wanita yang tidak hamil dan 38% wanita hamil. Anemia pada remaja adalah salah satu masalah kesehatan yang paling umum di beberapa negara, terutama di negara berkembang (Putri, 2024). Sebuah tinjauan sistematis menunjukkan bahwa 23,0% remaja di Ethiopia mengalami anemia. Di Indonesia, prevalensi anemia di kalangan remaja mencapai 32%. Pemerintah telah mencoba untuk mengatasi masalah dengan kebijakan menyediakan suplemen zat besi kepada kelompok-kelompok yang berisiko, tapi tetap berfokus pada wanita hamil. Sebuah studi tentang gadis remaja di Bali menemukan prevalensi anemia sebesar 45% (WHO, 2021).

Beberapa faktor penyebab anemia yaitu pola menstruasi, kebiasaan makan yang tidak sehat, infeksi cacing, rutinitas minum teh atau kopi setelah makan, kekurangan asupan vitamin C dan faktor lainnya dapat berkontribusi terhadap anemia. Faktor-faktor lain bisa dipengaruhi oleh beberapa variabel, termasuk asupan protein kalori, asupan zat besi, pengetahuan, pendidikan, jenis pekerjaan orangtua, pendapatan keluarga, siklus menstruasi (Panyuluh, Pamubakti, & Wahyudi, 2018). Gadis remaja lebih mungkin mengalami anemia karena kebutuhan zat besi mereka yang lebih tinggi dari rata-rata (Siyami, Achyar, & Kusuma, 2023).

Selain itu, gadis remaja sering diet dan membatasi asupan makanan untuk mempertahankan penampilan mereka, yang dapat mengakibatkan kekurangan mineral, terutama zat besi, yang dibutuhkan tubuh. Pola makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh mengakibatkan kekurangan nutrisi penting seperti zat besi atau makronutrien yang sehat. Status nutrisi adalah salah satu faktor yang terkait dengan anemia (Astuti, 2023). Orang dengan tingkat status gizi yang lebih tinggi atau lebih rendah berisiko Mengalami anemia dibandingkan dengan orang dengan tingkat status gizi yang normal (Larasati, Mahmudiono, & Atmaka, 2021).

Sebuah penelitian di salah satu sekolah di kota Padang menunjukkan bahwa prevalensi anemia di kalangan remaja adalah 49,1%. Berdasarkan data dari Survei Kesehatan Dasar 2018 di Kota Padang, Sumatera Barat, 11,29% dari gadis remaja dinyatakan kekurangan gizi dan 14,86% dari gadis remaja kelebihan gizi. Saat ini, umumnya remaja sangat mudah mengakses kemajuan teknologi seperti televisi, telepon dan telepon genggam (HP), segala informasi baik yang bernilai positif maupun negatif, dapat dengan mudah di akses oleh remaja. Video animasi merupakan tontonan yang sangat disukai anak dan remaja. Berdasarkan penelitian tentang Promosi Kesehatan Melalui Video Animasi Tentang Tablet Tambah Darah

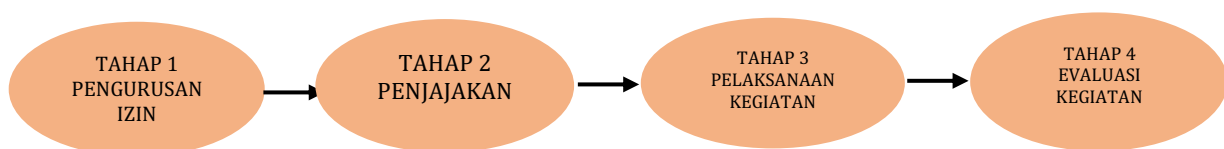
(TTD) pada Siswi Kelas VII SMP Negeri 9 Kota Cimahi Tahun 2021 diketahui bahwa siswi lebih menyukai media elektronik seperti video, film dan sound slide sebanyak 80% dengan alasan lebih menarik, tidak bosan, lebih mudah di terima dan lebih cepat. Serta sebanyak 90% siswi belum pernah mendapatkan penyuluhan TTD menggunakan media animasi .

Mengingat tingginya resiko dan dampak anemia yang mungkin terjadi pada remaja putri, maka media dengan video animasi ini diharapkan dapat menjadi salah satu solusi. Penggunaan video animasi ini dianggap lebih menarik diberikan kepada remaja putri karena bersifat audio visual. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk melakukan pengabdian masyarakat tentang promosi kesehatan dan pencegahan anemia melalui video animasi dan pemberian suplementasi besi pada remaja putri di kelurahan Kurao Pagang Kecamatan Nanggalo Kota Padang tahun 2024.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Juli sampai dengan November 2024 dengan menggunakan teknik presentasi, tanya jawab, sosialisasi video animasi tentang anemia pada remaja putri di Kecamatan Nanggalo Kota Padang khususnya kelurahan Kurao Pagang. **Tahap pertama** pada kegiatan ini tim pengabmas melakukan pengurusan izin kegiatan pengabmas ke Kesbangpol Kota Padang, selanjutnya ke kantor Camat Nanggalo. Pada **tahap kedua** dilakukan peninjauan ke kelurahan Kurao Pagang dengan menemui lurah dan kader kesehatan. Pada kegiatan ini menghasilkan kesepakatan tentang kontrak dan waktu kegiatan yang dilaksanakan di kelurahan Kurao Pagang dengan kerja sama dengan kader kesehatan. Kegiatan ini dilakukan di Masjid secara tatap muka. Pada awal kegiatan dilakukan *pretest* untuk mengukur pengetahuan dan perilaku remaja putri tentang Anemia.

Pada **tahap ketiga** dilakukan penyuluhan dengan menayangkan video animasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri serta pemberian suplementasi besi yang dihadiri oleh remaja putri dan kader kesehatan. Setelah dilakukan penyuluhan remaja putri diberi kesempatan untuk mempelajari video animasi dan mengajukan pertanyaan yang berkaitan dengan materi. Tahap selanjutnya dilaksanakan *posttest* untuk mengukur pengetahuan dan perilaku remaja putri tentang anemia. Khalayak dan sasaran pada kegiatan pengabdian Masyarakat ini adalah remaja putri serta kader yang berdomisili di Kecamatan Nanggalo Kota Padang. Adapun jumlah target sasaran pada kegiatan ini adalah 60 orang remaja putri dan kader Kesehatan.



Gambar 1 Bagan Alir kegiatan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Telah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema Promosi Kesehatan dan Pencegahan Anemia Melalui Video Animasi dan Pemberian Suplementasi Besi pada Remaja Putri Kelurahan Kurao Pagang Kecamatan Nanggalo Kota Padang tahun 2024. Sebelum pelaksanaan kegiatan terlebih dahulu tim mengajukan permohonan izin pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat dari Kesbangpol kota Padang. Selanjutnya dilakukan upaya peninjauan awal terhadap kegiatan yang akan dilaksanakan di kecamatan Nanggalo. Kemudian kelompok melakukan kegiatan penyuluhan dengan menayangkan video animasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia di Kecamatan Nanggalo yang dilaksanakan di Mesjid Arafah dengan mengumpulkan sebanyak 60 orang remaja putri serta melibatkan beberapa orang kader kesehatan. Pada kegiatan tersebut dilakukan kegiatan pengukuran status gizi, pemeriksaan hemoglobin dan penyuluhan tentang anemia. Kegiatan disepakati pada tanggal 18 Juli sampai 30 November 2024.

Pelaksanaan pengabmas dilakukan secara tahap muka. Pada kegiatan ini diberikan materi melalui Power Point dan penayangan video animasi dalam melaksanakan edukasi kepada remaja putri dan kader kesehatan serta pemberian suplementasi besi. Pada kegiatan ini didapatkan tingginya antusias peserta kegiatan yang ditandai dengan banyaknya pertanyaan dari masing-masing peserta. Berdasarkan hasil analisa data pada kegiatan evaluasi didapatkan bahwa 95 % kegiatan tentang pemanfaatan video Animasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan remaja putri dan kader Kesehatan.



Gambar 1 Penukuran tinggi badan dan berat badan



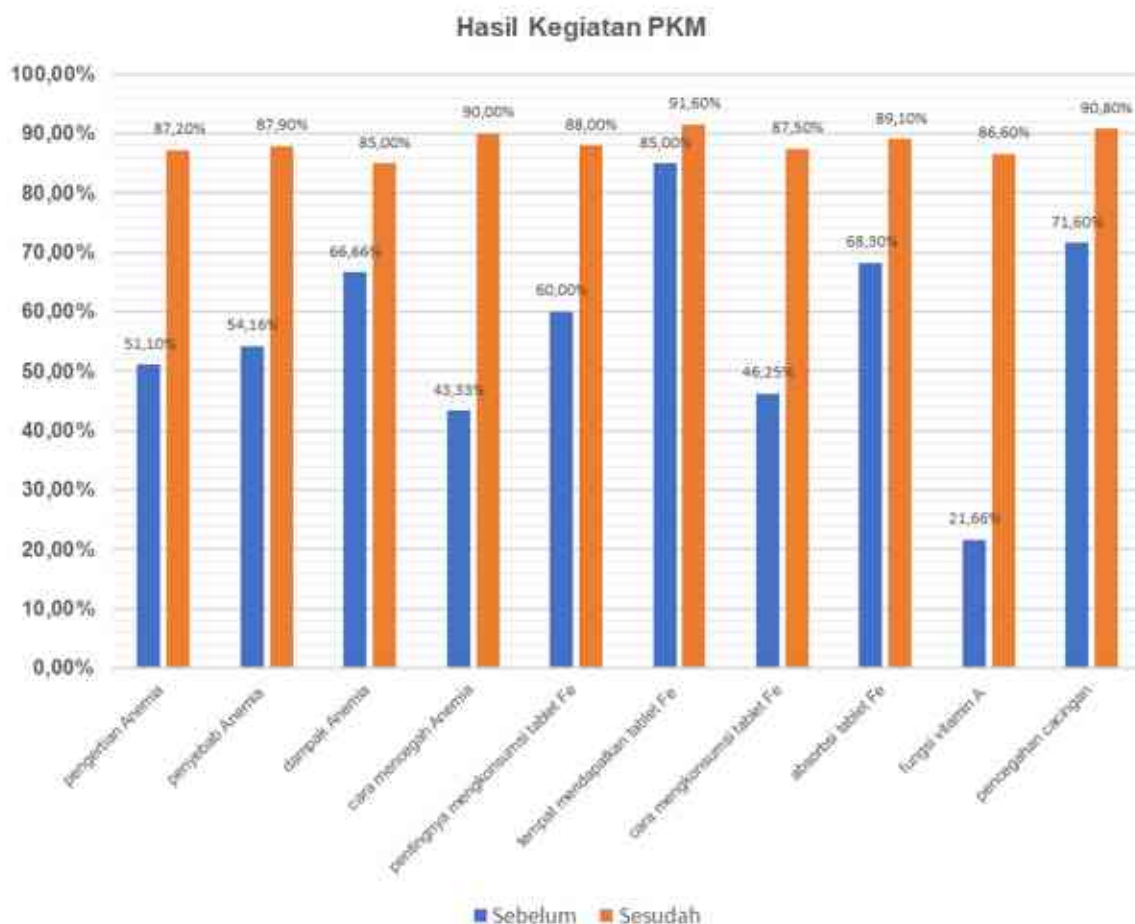
Gambar 2 Persiapan dimulainya kegiatan pengabdian Masyarakat

Berdasarkan Pendidikan Kesehatan melalui penayangan video yang telah dilakukan, didapatkan hasil pengetahuan responden tentang pengertian Anemia sebelum penyuluhan adalah 51,10% dan setelah penyuluhan sebesar 87,2%, pengetahuan responden tentang penyebab Anemia sebelum penyuluhan adalah 54,16% dan setelah penyuluhan sebesar 87,9%, Pengetahuan responden tentang dampak Anemia sebelum penyuluhan adalah 66,66% dan setelah penyuluhan sebesar 85%. Pengetahuan responden tentang cara mencegah Anemia sebelum penyuluhan adalah 43.33% dan setelah penyuluhan sebesar 90%, pengetahuan responden tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe sebelum penyuluhan adalah 60% dan setelah penyuluhan sebesar 88%. Pengetahuan responden tempat mendapatkan tablet Fe sebelum penyuluhan adalah 85% dan setelah penyuluhan

sebesar 91,6%, pengetahuan responden cara mengkonsumsi tablet Fe sebelum penyuluhan adalah 46,25 dan setelah penyuluhan sebesar 87,5%.

Dari kegiatan ini juga dapat diketahui bahwa pengetahuan responden tentang makanan yg bisa mempercepat absorpsi tablet Fe sebelum penyuluhan adalah 68,30% dan setelah penyuluhan sebesar 89,1%. Pengetahuan responden tentang fungsi vitamin A sebelum penyuluhan adalah 21,66% dan setelah penyuluhan sebesar 86,6% . pengetahuan responden untuk pencegahan cacangan sebelum penyuluhan adalah 71,60% dan setelah penyuluhan sebesar 90,80%.

Adapun hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini juga dapat dilihat pada grafik berikut:



Gambar 3. Grafik Peningkatan Pengetahuan

Pada evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini pada kuesioner kegiatan didapatkan harapan peserta supaya kegiatan ini berkelanjutan. Sebagai bentuk kelanjutan kerjasama , telah dibuat Nota Kesepakatan (MoU) untuk kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat antara Poltekkes Kemenkes Padang dengan Kelurahan Kurao Pagang.

Hemoglobin merupakan suatu protein yang berikatan dengan zat besi. Zat besi merupakan mikronutrien vital yang berfungsi mengikat oksigen, metabolisme seluler dan memproduksi energi (Saraswati, 2021, Widyaningrum, Solichah, & Dewi, 2023). Kekurangan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah akan menyebabkan tubuh cepat lelah, lemah, lesu dan letih yang dapat mengakibatkan terjadinya penurunan prestasi

belajar dan produktivitas kerja remaja (Andika & Wahyudi, 2022). Selain itu, anemia pada remaja juga berdampak jangka panjang karena perempuan nantinya akan hamil dan memiliki anak, pada masa hamil remaja yang sudah menderita anemia akan lebih parah anemianya saat hamil karena masa hamil membutuhkan gizi yang lebih banyak lagi, jika tidak ditanganinya maka akan berdampak buruk pada ibu dan bayinya (Widiastuti, Mastiningsih, Ekajayanti, & Wira, 2024; Astuti & Ertiana, 2021).

Beberapa metode telah dilaksanakan untuk mencegah Anemia pada remaja putri diantaranya dengan pemberian TTD (Rahayu, Fauziyah, & Nuraeni, 2024). Berdasarkan hasil penelitian Riskesdas 2018, proporsi remaja putri yang mendapatkan Tablet Tambah Darah (TTD) sebanyak 76,2% sedangkan yang tidak mendapatkan TTD sebanyak 23,8%. Remaja putri yang mendapatkan TTD di sekolah sebanyak 80,9% dan yang tidak mendapatkan sebanyak 19,1%. Konsumsi TTD pada remaja putri yang kurang dari 52 butir sebanyak 98,6% dan konsumsi lebih dari 52 butir sebanyak 1,4%. Sebesar 26,1% alasan utama remaja putri tidak mengkonsumsi atau tidak menghabiskan TTD dikarenakan remaja putri tidak merasa perlu untuk mengkonsumsi TTD.

Remaja putri yang kurang berpengetahuan lebih mungkin terkena anemia. Ini disebabkan oleh kurangnya kesadaran mereka dan kegagalan mereka memantau anemia dengan baik (Ratnawati, 2022). Saat ini, umumnya remaja sangat mudah mengakses kemajuan teknologi seperti televisi, telepon dan telepon genggam (HP), segala informasi baik yang bernilai positif maupun negatif, dapat dengan mudah diakses oleh remaja. Video animasi merupakan tontonan yang sangat disukai remaja.

Mengingat tingginya resiko dan dampak anemia yang mungkin terjadi pada remaja putri, maka media dengan video animasi ini diharapkan dapat menjadi salah satu solusi. Penggunaan video animasi ini dianggap lebih menarik diberikan kepada remaja putri karena bersifat audio visual. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat menjadi sinergi antara institusi pendidikan dan masyarakat dimana hasil penelitian dapat menjawab kebutuhan dan tantangan atas permasalahan kesehatan masyarakat (Putri, 2024).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ada beberapa hal yang dapat dilakukan yaitu adanya peningkatan pengetahuan remaja putri setelah memperoleh pendidikan kesehatan menggunakan video animasi tentang pencegahan anemia melalui penggunaan video animasi. Melalui kegiatan ini dapat dilihat adanya peningkatan pemberdayaan masyarakat khususnya remaja putri, dalam rangka meningkatkan pengetahuan remaja putri di Kecamatan Nanggalo khususnya Kelurahan Kurao Pagang.

Kesimpulan: terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia setelah memperoleh Pendidikan Kesehatan melalui video animasi. Diharapkan kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya melibatkan kehadiran Masyarakat yang lebih banyak. Agar kegiatan pengabdian ini dapat dilakukan secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andika, & Wahyudi. (2022). Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja . *J Kesehatan Komunitas*.
- Astuti, & Ertiana. (2021). *Anemia Pada Remaja Putri*. Jawa Timur: CV Pustaka Abadi.
- Astuti, E. R. (2023). LITERATURE REVIEW: FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB ANEMIA PADA REMAJA PUTRI. *Jambura*.
- Larasati, D. K., Mahmudiono, T., & Atmaka, D. R. (2021). Literatur Review: Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Defisiensi Besi. *Research Study*.
- Oktalia, J. L., Alfutri, K. N., & Putriana, D. (2023). Hubungan Pengetahuan Anemia dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat* (pp. 210-217). Yogyakarta: LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Panyuluh, Pamubakti, & Wahyudi. (2018). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Perilaku Penyebab Anemia Remaja Putri di SMP Negeri 2 Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Putri, F.-F. y. (2024). Yulianti; Aisyah; Handayani. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan anemia pada Remaja Putri. *Lentera Perawat*.
- Rahayu, R., Fauziyah, N., & Nuraeni, A. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Anemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di SMPN 1 Kalijati. *Medic Nutrisia*.
- Ratnawati. (2022). Tingkat Pengetahuan tentang Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 1-6.
- Sab'ngatun, & Riawati. (2021). Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Avicenna*.
- Saraswati. (2021). HUBUNGAN KADAR HEMOGLOBIN (HB) DENGAN PRESTASI PADA SISWA MENENGAH ATAS (SMA) ATAU SEDERAJAT. *Jurnal Medika Utama*.
- Siyami, A. S., Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Hubungan Pengetahuan terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 80-86.
- WHO. (2021). *Prevalence of Anemia in WOmEn in Reproductive Age (aged 15-49)*. WHO.
- Widyaningrum, Solichah, & Dewi. (2023). Hubungan Asupan Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat* (pp. 224-230). Yogyakarta: Hubungan Asupan Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri.
- Widiastuti, N. M., Mastiningsih, P., Ekajayanti, P. P., & Wira, P. (2024). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan tentang ANemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Posyandu Remaja Banjar Sigaran Desa Mekar Bhuwana. *Jurnal Sakti Bidadari*.