

Edukasi Kesehatan Menggunakan Video Animasi dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia di SMA YPST Porame

Enggar^{1*}, Astri Febriana Iffaf², Slamet Ifandi³

¹ Departemen Kebidanan, Politeknik Cendrawasih Palu, Indonesia, Email; enggardarwis@gmail.com

² Departemen Mikrobiologi, Politeknik Cendrawasih Palu, Indonesia, Email; astridfebrianaiffaf13@gmail.com

³ Departemen Mikrobiologi, Politeknik Cendrawasih Palu, Indonesia, Email; slamet.ifandi90@gmail.com

ABSTRACT

Introduction Anemia in adolescents, especially adolescent girls, is a public health problem that has an impact on the physical, cognitive, and productivity development of the younger generation. Lack of knowledge about anemia and unhealthy lifestyles are the main triggers for the high prevalence of this case among students. Objective Health education using animated videos to improve adolescent girls' knowledge about preventing anemia during adolescence. Method participatory counseling based on the Health Belief Model (HBM) approach. Community service was carried out at YPST Porame High School. The stages of the activity include identifying problems through initial surveys, compiling educational materials, implementing interactive counseling using animated video media, and evaluating using pre-tests and post-tests. This activity involved the principal, teachers, students, and health workers in planning and implementation. Results Community service showed an increase in participant knowledge by 32% after counseling, the emergence of collective awareness of the importance of nutrition. Active participation of adolescent girls in the process showed the success of the participatory approach in creating changes in behavior and values. Conclusion: there was an increase in adolescent girls' knowledge after being given Health education using animated video media. This community service succeeded in encouraging social transformation by increasing health awareness among adolescent girls.

Keywords: Anemia; Health Education; Health Belief Model; Adolescent Girls; Animated Video

ABSTRAK

Anemia pada remaja terutama remaja putri merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berdampak pada perkembangan fisik, kognitif, dan produktivitas generasi muda. Kurangnya pengetahuan tentang anemia dan gaya hidup tidak sehat menjadi pemicu utama tingginya prevalensi kasus ini dikalangan pelajar. Tujuan pengabdian adalah memberikan edukasi kesehatan menggunakan video animasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia masa remaja. Metode yang digunakan adalah penyuluhan partisipatif berbasis pendekatan *Health Belief Model* (HBM). Pengabdian dilakukan di SMA YPST Porame. Tahapan kegiatan meliputi identifikasi masalah melalui survei awal, penyusunan materi edukasi, pelaksanaan penyuluhan interaktif menggunakan media video animasi, dan evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Kegiatan ini melibatkan kepala sekolah, guru, siswa, dan tenaga kesehatan dalam perencanaan dan pelaksanaan. Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta sebesar 32% setelah penyuluhan, munculnya kesadaran kolektif akan pentingnya gizi. Partisipasi aktif remaja putri dalam proses menunjukkan keberhasilan pendekatan partisipatif dalam menciptakan perubahan perilaku dan nilai. Simpulan ada peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi kesehatan menggunakan media video animasi. Pengabdian ini berhasil mendorong transformasi sosial melalui peningkatan kesadaran kesehatan dikalangan remaja putri.

Kata Kunci : Anemia; Edukasi Kesehatan; *Health Belief Model*; Remaja Putri; Video Animasi

Correspondence : Enggar

Email : enggardarwis@gmail.com, no kontak (085333093410)

• Received 28 Mei 2025 • Accepted 21 Juni 2025 • Published 27 Juni 2025

• e - ISSN : 2961-7200 • DOI: <https://doi.org/10.56742/jpm.v4i1.129>

PENDAHULUAN

Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia, khususnya pada kelompok remaja. Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi anemia pada remaja putri usia 15–24 tahun mencapai 32%, yang menandakan bahwa satu dari tiga remaja putri mengalami anemia [1]. Kondisi ini diperburuk oleh pola konsumsi yang tidak seimbang, kurangnya pengetahuan gizi, serta minimnya intervensi edukatif yang menyasar kelompok remaja secara langsung. Remaja sebagai kelompok usia yang sedang mengalami pertumbuhan pesat memiliki kebutuhan zat besi yang tinggi, namun sering kali tidak tercukupi akibat gaya hidup dan pola makan yang kurang sehat [2,3].

Permasalahan anemia berdampak luas pada aspek kesehatan, akademik, dan sosial remaja. Anemia dapat menurunkan imunitas tubuh, menyebabkan kelelahan kronis, gangguan konsentrasi, dan menurunnya prestasi belajar. Dalam jangka panjang, anemia berkontribusi terhadap meningkatnya risiko komplikasi kehamilan pada remaja putri serta menghambat produktivitas dan kualitas hidup [4],[5]. Di lingkungan sekolah, remaja yang mengalami anemia cenderung lebih sering absen, kurang aktif dalam kegiatan belajar, dan menunjukkan performa kognitif yang lebih rendah dibandingkan remaja sehat [6,7].

Berbagai penelitian telah dilakukan untuk menanggulangi anemia pada remaja. Hasil studi menunjukkan bahwa penyuluhan gizi dan pendidikan kesehatan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang pencegahan anemia [3,4,7–9]. Pendekatan edukatif yang berbasis pada teori perubahan perilaku, seperti *Health Belief Model*, juga terbukti efektif dalam mengubah persepsi dan mendorong perilaku pencegahan pada remaja [10]. Edukasi yang dilakukan secara langsung melalui media visual, diskusi kelompok, dan metode interaktif memberikan hasil yang lebih signifikan

dibandingkan pendekatan pasif seperti pembagian leaflet.

Meskipun demikian, terdapat kesenjangan antara keberhasilan program edukatif di wilayah perkotaan dengan kondisi nyata di daerah semi-pedesaan seperti Desa Porame, Kecamatan Kinovaro, Kabupaten Sigi. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan sebelum kegiatan penyuluhan, berdasarkan keterangan guru dan kepala sekolah diketahui bahwa siswi di SMA YPST belum ada program edukasi kesehatan rutin di sekolah serta terbatasnya akses informasi gizi menjadi faktor dominan yang memengaruhi rendahnya kesadaran remaja terhadap anemia. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif berbasis sekolah masih sangat dibutuhkan dan relevan di wilayah tersebut.

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam kegiatan ini adalah: Bagaimana meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan anemia melalui penyuluhan kesehatan di lingkungan sekolah. Kontribusi kegiatan ini terletak pada implementasi edukasi berbasis partisipatif dan terstruktur di wilayah dengan keterbatasan intervensi, serta penggunaan pre-test dan post-test untuk mengukur efektivitas penyuluhan secara objektif. Nilai kebaruan dari kegiatan ini adalah penyesuaian materi edukasi sesuai konteks lokal dan pelaksanaan intervensi berbasis sekolah yang dikombinasikan dengan pendekatan kuantitatif.

Tujuan umum dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan anemia melalui penyuluhan kesehatan. Tujuan khususnya meliputi: (1) mengidentifikasi tingkat pengetahuan awal remaja tentang anemia, (2) memberikan penyuluhan interaktif mengenai penyebab, dampak, dan pencegahan anemia menggunakan video animasi (3) mengukur perubahan pengetahuan remaja pasca penyuluhan, dan (4) mendorong sikap serta perilaku konsumsi gizi seimbang dalam upaya pencegahan anemia.

METODE

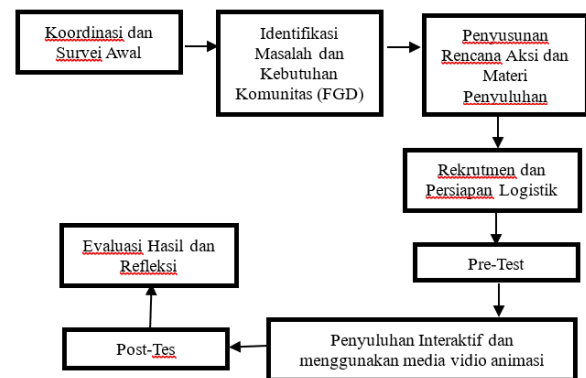
Tempat kegiatan: pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SMA YPST Porame

Kecamatan Kinovaro Kabupaten Sigi, Provinsi Sulawesi Tengah pada bulan Agustus 2024. Lokasi ini dipilih berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan tingginya angka remaja dengan tingkat pengetahuan rendah mengenai anemia, serta masih kurangnya akses terhadap informasi kesehatan reproduksi dan gizi remaja. Subjek pengabdian remaja putri kelas X dan XI dengan jumlah partisipan sebanyak 40 orang.

Tahapan awal pengabdian diawali dengan proses identifikasi kebutuhan komunitas melalui pendekatan partisipatif bersama pihak sekolah, kepala sekolah dan wali kelas. Proses ini dilakukan melalui diskusi kelompok terfokus (*Focus Group Discussion/FGD*) dan survei singkat untuk memetakan pengetahuan awal siswa tentang anemia. Dalam proses ini, komunitas dampingan (pihak sekolah dan siswi) turut terlibat dalam perencanaan tema penyuluhan, waktu pelaksanaan, serta metode interaktif yang diinginkan agar penyampaian materi lebih efektif dan sesuai dengan konteks lokal.

Kegiatan pengabdian dirancang secara kolaboratif dengan pendekatan *Health Belief Model* (HBM) ymodel yang digunakan untuk memahami dan memprediksi perilaku kesehatan individu, khususnya dalam melakukan tindakan pencegahan penyakit atau mencari pengobatan. Strategi yang digunakan adalah penyuluhan partisipatif melalui metode ceramah interaktif dan penggunaan media video animasi yang edukatif. Untuk mengukur dampak intervensi secara objektif, dilakukan *pre-test* sebelum penyuluhan dan *post-test* setelah kegiatan untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan peserta.

Tahapan pelaksanaan kegiatan Edukasi Kesehatan dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMA YPST Porame dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Edukasi pada Remaja Putri

HASIL

Pengabdian masyarakat dilaksanakan di SMA YPST Porame berlangsung selama satu bulan pada Agustus 2024 dan mencakup beberapa rangkaian kegiatan edukatif dan partisipatif yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang anemia. Dinamika Proses Pendampingan: Kegiatan pengabdian dimulai dengan pendekatan awal melalui FGD dan koordinasi intensif dengan guru dan kepala sekolah. Remaja putri yang menjadi subjek pengabdian menunjukkan antusiasme tinggi dalam menyampaikan harapan mereka terhadap kegiatan yang interaktif dan tidak membosankan. Hal ini ditindaklanjuti dengan penyusunan materi penyuluhan menggunakan media visual seperti video animasi dan simulasi kuis.

Rangkaian kegiatan yang dilaksanakan antara lain: (1) Sosialisasi awal tentang program PkM dan pentingnya pengetahuan anemia pada remaja (2) Pre-test untuk mengukur pengetahuan awal (3) Penyuluhan interaktif dengan pendekatan dialogis dan kuis (4) Post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan (5) Refleksi dan testimoni oleh siswa serta guru pendamping.

Seluruh proses berlangsung dengan pendampingan aktif dan partisipatif dari guru serta dukungan penuh kepala sekolah.

Tabel 1. Rata-Rata Skor Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

No	Aspek Pengetahuan	Skor Rata-rata Pre-test	Skor Rata-rata Post-test	Peningkatan (%)
1	Definisi Anemia	52	85	63.5
2	Gejala Umum	47	82	74.5
3	Penyebab Anemia	50	84	68
4	Makanan Pencegah	44	80	81.8
5	Cara Pencegahan	46	83	80.4

Tabel 2. Jenis Kegiatan Pengabdian dan Partisipasi Peserta

No	Jenis Kegiatan	Bentuk Partisipasi	(%) Kehadiran
1	Pre-test & Sosialisasi	Individu	100
2	Penyuluhan Interaktif	Seluruh peserta	100
3	Diskusi Kelompok	Tanya jawab	80
4	Post-test dan Refleksi	Individu	100

Tabel 3. Komitmen Perubahan Perilaku Gizi Siswa Setelah Penyuluhan

Jenis Perubahan	Jumlah yang Berkomitmen	Persentase (%)
Menambah konsumsi sayur hijau	30	75
Rutin sarapan pagi	27	67.5
Konsumsi tablet tambah darah	18	45
Menghindari junk food	20	50

PEMBAHASAN

Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan remaja mengenai anemia setelah pelaksanaan penyuluhan interaktif menggunakan video animasi yang berjudul CAMAR (Cegah Anemia Masa Remaja). Peningkatan ini sejalan dengan penelitian lain yang melaporkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media visual seperti leaflet dan

video dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia dan nutrisi yang adekuat dalam pencegahannya [11]. Demikian pula, studi lainnya menunjukkan bahwa edukasi dan pemberian tablet tambah darah pada siswi sekolah menengah kejuruan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai anemia [12].

Pendekatan intervensi dalam pengabdian ini didasarkan pada *Health Belief Model* (HBM), yang menekankan pada persepsi individu terhadap kerentanan, keparahan, manfaat, dan hambatan dalam perilaku kesehatan. Model ini telah digunakan secara luas dalam penelitian perilaku kesehatan dan intervensi kesehatan masyarakat untuk memahami dan mendorong keterlibatan dalam perilaku perlindungan kesehatan. Studi menunjukkan bahwa video edukasi animasi yang dirancang berdasarkan HBM secara signifikan meningkatkan pengetahuan pencegahan anemia di kalangan remaja putri [13]. Selain itu, penelitian penelitian lain menemukan bahwa konseling berbasis HBM dapat mengubah sikap remaja terhadap pencegahan anemia [10,14].

Kegiatan pengabdian ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan individu tetapi juga mendorong perubahan sosial di lingkungan sekolah. Pengabdian ini menggunakan media video animasi yang edukatif sehingga remaja putri bisa tertarik dalam menyimak materi yang diberikan. Pendekatan ini sejalan lain yang menggunakan media yang sama dimana dengan Video edukasi animasi secara signifikan meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan anemia, termasuk sembilan indikator HBM [13]. Hasil pengabdian lainnya menyatakan bahwa pendidikan kesehatan pada remaja melalui media leaflet, powerpoint presentation dan video dapat meningkatkan perubahan tingkat pengetahuan bagi remaja [15].

Pendekatan edukasi berbasis partisipasi, seperti yang diterapkan, dapat terus dikembangkan untuk mendukung terciptanya generasi muda yang sehat dan sadar akan pentingnya menjaga pola hidup sehat. Penelitian ini menegaskan pentingnya kolaborasi antara sekolah dan komunitas dalam mengatasi masalah kesehatan remaja [10,12].

Temuan dari pengabdian ini menunjukkan bahwa intervensi yang dirancang dengan pendekatan partisipatif dan berbasis teori perilaku kesehatan dapat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mendorong perubahan perilaku dikalangan remaja putri. Keberlanjutan, disarankan agar sekolah mengintegrasikan program edukasi anemia kedalam kurikulum kesehatan dan membentuk kelompok sebaya yang aktif dalam promosi kesehatan. Selain itu, kolaborasi dengan puskesmas setempat dapat memperkuat upaya pencegahan anemia di komunitas.

Selama pelaksanaan pengabdian masyarakat salah satu kendala yang dihadapi adalah keterbatasan waktu pelaksanaan penyuluhan yang harus disesuaikan dengan jadwal belajar siswi di sekolah. Hal ini menyebabkan sesi diskusi dan tanya jawab tidak berlangsung optimal pada pertemuan pertama. Sehingga untuk mengatasi hal tersebut, tim berkoordinasi ulang dengan pihak sekolah dan menyepakati penambahan waktu diluar jam pelajaran melalui kegiatan kelas tambahan secara sukarela. Selain itu kendala teknis berupa kurangnya perangkat proyeksi di ruang kelas juga diatasi dengan membawa peralatan pendukung dari tim pelaksana, seperti LCD sehingga materi video animasi tetap dapat disampaikan dengan baik dan efektif.

SIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat melalui kegiatan penyuluhan interaktif mengenai pencegahan anemia pada remaja di SMA YPST Porame menunjukkan bahwa pertama, mayoritas remaja memiliki tingkat pengetahuan yang masih rendah mengenai anemia, baik dari aspek penyebab, gejala, maupun pencegahan. Kedua, penyuluhan interaktif yang disampaikan melalui media video animasi terbukti menarik perhatian peserta dan memudahkan pemahaman sebagaimana terlihat dalam diskusi. Ketiga, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi ditunjukkan oleh selisih skor pre-test dan post-test peserta. Keempat, kegiatan ini juga mendorong munculnya sikap dan perilaku positif,

seperti meningkatnya kesadaran untuk mengonsumsi makanan bergizi.

Rekomendasi kolaborasi lintas sektor diperlukan kemitraan antara sekolah, puskesmas, dan pemerintah desa untuk menyediakan tablet tambah darah dan edukasi berkala sebagai upaya pencegahan anemia jangka panjang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Politeknik Cendrawasih Palu atas dukungan selama kegiatan ini berlangsung. Kepada kepala sekolah dan guru SMA YPST Porame. Tak lupa pula kami sampaikan kepada para mahasiswi angkatan XVII yang telah membantu kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021 [Internet]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia BKKP. 2021. Available from: [sekretariat.bkpk\[at\]kemkes.go.id](mailto:sekretariat.bkpk[at]kemkes.go.id) [View at Publisher] [Google Scholar]
2. Fitriani, L., Nurhasanah, A., & Fauziyah N. Anemia pada Remaja Putri: Tinjauan Literatur. J Ilm Kesehat. 2021;18(2):110–118. [View at Publisher] [Google Scholar]
3. Rosita R, Sari FYP, Suryadi A, Pribadie LS, Demir E, Stone S. Monitoring Kesehatan Remaja Berbasis Elektronik. J Kesehat Vokasional [Internet]. 2023 Nov 30;8(4):218. Available from: <https://jurnal.ugm.ac.id/jkesvo/article/view/88804> [View at Publisher] [Google Scholar]
4. Mardhiyah, U., Lestari, D., & Suharti D. Edukasi Gizi dan Dampaknya Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. J Pengabdian Kesehat Masy. 2022;5(1):55–62. [View at Publisher] [Google Scholar]
5. Simamora AA, Sagala NS. Efektivitas Pendidikan Kesehatan dengan Pendekatan Health Belief Model terhadap Pengetahuan Lansia Tentang Covid-19. Media Publ Promosi Kesehat Indones [Internet]. 2021 Nov 14;4(4):470–4. Available from:

- <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/1914> [View at Publisher] [Google Scholar]
6. Nurul Arifin AS, Handayani R, Handayani Y. Hubungan Anemia dan Prestasi Belajar Pada Remaja Putri. *J Kebidanan Malakbi* [Internet]. 2024 Aug 31;5(2):78. Available from: <https://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/b/article/view/1366> [View at Publisher] [Google Scholar]
7. Putri HP, Fauziyah A. Knowledge about Anemia and Physical Activity with the Incidence of Anemia Among Adolescent Girls. *J Ilm Kesehat* [Internet]. 2023 Aug 31;5(2). Available from: <https://salnesia.id/jika/article/view/520> [View at Publisher] [Google Scholar]
8. Wulandari, F., Subekti, N., & Sari RP. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Pencegahan Anemia. *J Gizi dan Kesehat*. 2022;10(2):97–104. [View at Publisher] [Google Scholar]
9. Febrianti KD, Ayu WC, Anidha Y, Mahmudiono T. Effectiveness of Nutrition Education on Knowledge of Anemia and Hemoglobin Level in Female Adolescents Aged 12-19 Years: a Systematic Reviews and Meta-Analysis. *Amerta Nutr* [Internet]. 2023 Sep 5;7(3):478–86. Available from: <https://ejournal.unair.ac.id/AMNT/article/view/42062> [View at Publisher] [Google Scholar]
10. Pratiwi, R., & Dewi NLPM. Efektivitas Model Health Belief terhadap Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja. *J Promkes*. 2020;8(1):15–23. [View at Publisher] [Google Scholar]
11. Astuti DP, Sofiana J, Rosmawati R, Sumarni S. Trend Peningkatan Pengetahuan melalui Pendidikan Kesehatan dalam Upaya Mengatasi Anemia pada Remaja. *J Pengabd Masy* [Internet]. 2023 Aug 2;3(2):79–85. Available from: <https://jurnal.stikes-bhm.ac.id/index.php/apma/article/view/400> [View at Publisher] [Google Scholar]
12. Rizky Gustinanda, Karunia Nining Handaningrum, Silmi Kaffah, Iis Wahyuningsih DPA. Upaya edukasi anemia dan tablet tambah darah pada siswi sekolah menengah kejuruan. *J Pembelajaran Pemberdaya Masy* [Internet]. 2024;6(1):106–116pISSN 2721-5156| eISSN 2721-5148Terakredita. Available from: https://riset.unisma.ac.id/index.php/JP2M/article/view/22397?utm_source=chatgpt.com [View at Publisher] [Google Scholar]
13. Aisah S, Ismail S, Margawati A. Animated educational video using health belief model on the knowledge of anemia prevention among female adolescents: An intervention study. *Malaysian Fam Physician*. 2022;17(3):97–104. [View at Publisher] [Google Scholar]
14. Aidah, S., Nuraeni, A., & Hikmah N. Pengaruh Konseling Berbasis Health Belief Model terhadap Perubahan Perilaku Remaja dalam Pencegahan Anemia. *D Nurs J Keperawatan* [Internet]. 2023;4(1):55–62. Available from: https://ejournal.unibo.ac.id/index.php/DNursing/article/view/710?utm_source=chatgpt.com [View at Publisher] [Google Scholar]
15. Astuti DP, Sofiana J, Rosmawati R, Sumarni S. Trend Peningkatan Pengetahuan melalui Pendidikan Kesehatan dalam Upaya Mengatasi Anemia pada Remaja. *APMa J Pengabd Masy* [Internet]. 2023 Aug 2;3(2):79–85. Available from: <https://jurnal.stikes-bhm.ac.id/index.php/apma/article/view/400> [View at Publisher] [Google Scholar]