

Remaja Sehat, Prestasi Hebat! Edukasi Video Kreatif untuk Pencegahan Anemia di MTs Tegalpanjang

Healthy Teens, Outstanding Achievements! Creative Video Education to Prevent Anemia at MTs Tegalpanjang

Ariani Fatmawati ^{1*}

Bhekti Imansari ²

Santy Sanusi ³

Endang Puji Astuti ⁴

Mohammad Najmi ⁵

Najma Shakiyya Alia Arsy ⁶

Ristina Putri Rahmayanti ⁷

^{1,2}Department of Maternity Nursing,
Aisyiyah University Bandung,
Bandung, West Java, Indonesia

³Department of Critical Nursing,
Aisyiyah University Bandung,
Bandung, West Java, Indonesia

^{6,7}Department of Nursing, Aisyiyah
University Bandung, Bandung, West
Java, Indonesia

email: ariani.fatmawati@unisa-bandung.ac.id

Kata Kunci

Anemia
Edukasi
Remaja

Keywords:

Anemia
Education
Adolescent

Received: May 2024

Accepted: July 2024

Published: February 2025

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah pada remaja di Indonesia terutama remaja putri. Penyebab remaja putri lebih tinggi mengalami anemia salah satunya disebabkan karena mengalami menstruasi. Tujuan kegiatan pengabdian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan nilai hemoglobin (Hb). Metode dalam kegiatan pengabdian dengan memberikan edukasi tentang anemia dan nutrisi yang adekuat, pretest-posttest, dan pemeriksaan hemoglobin darah. Media yang digunakan untuk edukasi dengan menggunakan video dan pengukuran pengetahuan dengan instrument pengetahuan. Kegiatan ini dilakukan di Madrasah Tsanawiyah Tegalpanjang. Jumlah siswa perempuan sebanyak 17 siswi. Hasil kegiatan menunjukkan 88,24% remaja putri memiliki pengetahuan baik setelah diberikan edukasi. Rata-rata kadar hemoglobin remaja putri 14,29 g/dl. Kesimpulannya, pemberian edukasi melalui media video dapat meningkatkan perubahan tingkat pengetahuan bagi remaja putri di Madrasah Tsanawiyah Tegalpanjang. Kegiatan ini perlu terus dilakukan koordinasi dengan Puskesmas Tegalpanjang sebagai *follow up* kegiatan secara berkelanjutan seperti pemberian rutin tablet tambah darah dna pembentukan kelompok sebaya.

Abstract

Anemia is one of the problems in adolescents in Indonesia, especially female adolescents. One of the causes of female adolescents experiencing anemia is due to menstruation. The purpose of this community service activity is to determine the level of knowledge of female adolescents regarding anemia and hemoglobin (Hb) values. The method in the community service activity is to provide education about anemia and adequate nutrition, pretest-posttest, and blood hemoglobin examination. The media used for education is video and knowledge measurement with a knowledge instrument. This activity was carried out at the Madrasah Tsanawiyah Tegalpanjang. The number of female students is 17 students. The results of the activity showed that 88.24% of female adolescents had good knowledge after being given education. The average hemoglobin level of female adolescents is 14.29 g/dl. In conclusion, providing education through video media can increase changes in the level of knowledge for female adolescents at Tegalpanjang Middle School. This activity needs to be continuously coordinated with the Tegalpanjang Health Center as a follow-up to ongoing activities such as routine provision of blood-boosting tablets and the formation of peer groups.



© 2025 Ariani Fatmawati, Bhekti Imansari, Santy Sanusi, Endang Puji Astuti, Mohammad Najmi, Najma Shakiyya Alia Arsy, Ristina Putri Rahmayanti. Published by [Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya](#). This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i2.8508>

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu kondisi yang menunjukkan rendahnya sel darah merah (eritrosit) atau kadar hemoglobin dalam darah dibawah normal (Adriani, 2014). Pada umumnya kadar hemoglobin normal pada Wanita 12-15 gr/dl (Nuradhiyany

How to cite: Fatmawati, A., Imansari, B., Sanusi, S., Astuti, E. P., Najmi, M., Arsy, N. S. A., Rahmayanti, R. P. (2025). Remaja Sehat, Prestasi Hebat! Edukasi Video Kreatif untuk Pencegahan Anemia di MTs Tegalpanjang. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 10(2), 543-547. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i2.8508>

et al., 2017). Anemia merupakan salah satu masalah Kesehatan masyarakat terutama pada remaja putri. Angka kejadian anemia pada remaja putri di Indonesia berkisar 23% (Kemenkes, 2019a), di Jawa Barat berkisar 30% (Kemenkes, 2019b), angka kejadian anemia remaja putri di Kab. Garut berkisar 42,8%. Penyebab anemia pada remaja putri karena kehilangan darah pada saat menstruasi yang terjadi setiap bulan (Dineti *et al.*, 2021). Selain dari menstruasi, penyebab anemia pada remaja putri adalah diet (Suchi *et al.*, 2018). Perilaku diet yang negative berisiko mengalami anemia pada remaja putri (Subagja *et al.*, 2020). Gejala umum yang sering dikeluhkan seperti lemah, letih, lesu, sakit kepala dan mata berkunang-kunang (Budiarti *et al.*, 2021). Tanda utama anemia adalah pucat (Juliarti W, 2017), dan takikardi (Nasruddin *et al.*, 2021). Pada anemi berat dapat timbul gejala letargi, konfusi, gagal jantung, aritmia, infark miokard, dan angina pectoris (Hidayat *et al.*, 2016). Dampak dari anemia pada remaja putri diantaranya penurunan konsentrasi belajar dan penurunan kesegaran jasmani, penurunan kemampuan fisik dan kognisi (More *et al.*, 2013) penurunan IQ, keseimbangan mental, konsentrasi, komunikasi verbal dan pengakuan (More *et al.*, 2013). Dampak lain jika remaja putri mengalami kehamilan dengan anemia akan meningkatkan persalinan premature, IUGR, perdarahan postpartum, kelainan jantung janin, infeksi postpartum (Maka *et al.*, 2017), dan stunting (Kemenkes, 2020). Melihat banyaknya dampak yang ditimbulkan, maka pemerintah membuat program pemberian tablet Fe di sekolah-sekolah. Program standar pemberian tablet Fe bagi remaja putri adalah satu tablet setiap minggu dan satu tablet setiap hari jika sedang menstruasi. Program ini untuk memutus kasus kekurangan gisi pada remaja putri (Yuniarti *et al.*, 2015). Program pemerintah ini dilaksanakan dan diawasi oleh dinas Kesehatan. Dinas Kesehatan mengutus puskesmas yang berada di wilayah binaannya untuk memasukkan program tambah tablet besi pada remaja putri sebagai salah satu program pokok puskesmas. Akan tetapi untuk program tablet tambah darah masih focus untuk ibu hamil, sedangkan untuk remaja putri belum dilakukan secara maksimal (Hannanti *et al.*, 2021). Berdasarkan analisis situasi, di Madrasah Tsanawiyah Muhammadiyah Tegalpanjang Kecamatan Sucinaraja Kab. Garut yang memiliki 58 siswi tidak ada program pemerintah untuk pemberian tablet tambah darah di sekolah. Sementara para siswi semuanya sudah mengalami menstruasi dan perilaku diet yang tidak baik. Jajanan disekitar sekolah kebanyakan adalah makanan yang tidak bergizi seperti seblak, cilok, cilor, basreng dan makanan sejenisnya. Setiap hari siswi mengkonsumsi makanan tersebut. Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah, dikatakan bahwa Sebagian besar alumni dari sekolah tersebut tidak melanjutkan sekolah dan kemudian menikah. Hal ini akan berisiko pada proses kehamilan dan persalinan. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah dengan memberikan pendidikan Kesehatan terkait anemia, pemeriksaan hemoglobin dan pemberian zat besi. Kegiatan ini dapat dijadikan program di sekolah sebagai bentuk kegiatan MBKM dosen dan mahasiswa. Fokus pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja dan guru terkait anemia pada remaja putri dan penatalaksanaannya, sehingga merubah perilaku dan kesadaran remaja putri untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi.

METODE

Metode kegiatan dalam pengabdian masyarakat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Langkah awal yang dilakukan adalah meminta perizinan dan kesiapan mitra (waktu pelaksanaan);
2. Koordinasi tim pengabdian dalam menyiapkan media untuk pemberian edukasi (kuesioner, video edukasi dan alat untuk pemeriksaan *hemoglobin*);
3. Pengukuran pengetahuan anemia sebelum edukasi (*pretest*);
4. Pemberian edukasi dengan media video sebanyak 3 kali dalam waktu 1 jam;
5. Pengukuran pengetahuan anemia setelah edukasi (*posttest*);
6. Pengukuran atau pemeriksaan kadar hemoglobin dengan alat.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 18 Mei 2024 dari pukul 10.00-12.00 WIB. Pelaksanaan diawali dengan pembukaan, sambutan, pembagian pretest sebanyak 10 pertanyaan, pemberian edukasi tentang anemia dengan media video selama 30 menit dan dilanjutkan dengan diskusi. Setelah kegiatan diskusi selesai dilanjutkan dengan posttest. Setelah kegiatan edukasi selesai dilaksanakan dengan pemeriksaan kadar hemoglobin bagi remaja putri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan ini diikuti oleh 33 remaja yang terdiri dari 17 remaja putri dan 16 remaja putra. Edukasi ini dilakukan penggabungan karena sebelum edukasi tentang anemia pada remaja putri ada pemberian edukasi terkait NAPZA yang harus diikuti oleh semua remaja. Adapun hasil yang didapatkan adalah sebagai berikut :

Tabel I. Karakteristik Responden dan Hasil Kadar Hemoglobin.

No	Variabel	Mean	Frekuensi	Persentase
1	Usia Responden	13,6 tahun		
2	Kasifikasi Usia Remaja			
	Awal		13	76,47
	Pertengahan		4	23,53
	Akhir		0	0

Tabel II. Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia.

Kategori	Sebelum		Setelah	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Baik	3	11,76	15	88,24
Cukup	6	35,29	2	11,76
Kurang	8	52,94	0	0
Total	17	100	17	100



Gambar 1. Pemberian Edukasi tentang Anemia.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat peningkatan pengetahuan tentang anemia sebelum dan setelah pemberian edukasi dengan metode video. Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan dengan menggunakan *audio visual* meningkatkan pengetahuan remaja tentang dismenorea (Ayu *et al.*, 2021), penelitian lain juga menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang triple eliminasi dengan media edukasi video (Nuraeni *et al.*, 2022). Edukasi dengan video memiliki kelebihan dalam memberikan visualisasi yang baik sehingga memudahkan penyerapan pengetahuan. Media video ini termasuk kedalam media audio visual. Media audio visual dapat memberikan hasil belajar yang lebih baik untuk mengingat, mengenali dan menghubungkan fakta dan konsep (Anggraini *et al.*, 2020). Manfaat dari video edukasi membuat materi lebih menarik dan interaktif karena terdapat elemen visual, suara dan animasi. Memberikan akses yang lebih mudah dan fleksibel. Membantu memperkuat daya ingat siswa dan mempermudah konsep-konsep yang kompleks. Memfasilitasi siswa untuk belajar mandiri dengan memilih topik yang diminati (Juannita *et al.*, 2022; Mulfajril *et al.*, 2023).

Tabel III. Hasil Kadar Hemoglobin Remaja Putri

Kategori	Frekuensi	Persentase	Rata-Rata
≥ 12 gr/dl	16	94,2	14,29
< 12 gr/dl	1	5,88	gr/dl

**Gambar 2.** Pemeriksaan Kadar Hemoglobin.

KESIMPULAN

Pemberian edukasi melalui media video dapat meningkatkan perubahan tingkat pengetahuan bagi remaja putri di Madrasah Tsanawiyah Tegalpanjang. Kegiatan ini perlu terus dilakukan koordinasi dengan Puskesmas Tegalpanjang sebagai *follow up* kegiatan secara berkelanjutan seperti pemberian rutin tablet tambah darah dan pembentukan kelompok sebaya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih pengabdian haturkan kepada LPPM Unisa Bandung yang telah membiayai kegiatan pengabdian ini sampai dengan publikasi. Selain itu, ucapan terima kasih juga diberikan kepada Kepala sekolah Madrasah Tsanawiyah Tegalpanjang.

REFERENSI

- Adriani, M. (2014). Peran Gizi dalam Siklus Kehidupan. Kencana Prenadamedia Group. <https://onsearch.id/Record/IOS3215.56609/Details>
- Anggraini, S. A., Siregar, S., & Dewi, R. (2020). Pengaruh Media Audio Visual terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang Pencegahan Stunting di Desa Cinta Rakyat. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 6(1), 26–31. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v6i1.379>
- Ayu, N., Fatmawati, A., & Gartika, N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Audiovisual terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Penanganan Dysmenorrhea Pada Remaja di SMPN 1 Baleendah. 17(1), 48–55. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i1.472>
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2). <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i2.246>
- Dineti, A., Maryani, D., Purnama, Y., & Dewiani, K. (2021). Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Pesisir Kota Bengkulu. *MEDIC*, 4(1), 170–178. <https://doi.org/10.33084/jsm.vxix.xxx>

- Hannanti, H., Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi, & Muh. Nur Hasan Syah. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Komik Dan Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Terkait Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 14 Jakarta. *JURNAL GIZI DAN KESEHATAN*, **13**(1), 40–53. <https://doi.org/10.35473/jgk.v13i1.85>
- Hidayat, R., Azmi, S., & Pertiwi, D. (2016). Hubungan Kejadian Anemia dengan Penyakit Ginjal Kronik pada Pasien yang Dirawat di Bagian Ilmu Penyakit Dalam RSUP dr M Djamil Padang Tahun 2010. *Jurnal Kesehatan Andalas*, **5**(3). <https://doi.org/10.25077/jka.v5i3.574>
- Juannita, E., & Mahyuddin, N. (2022). Video Pembelajaran Berbasis Multimedia Interaktif dalam Meningkatkan Keterampilan Menyimak Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, **6**(4), 3300–3313. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2246>
- Kemendes. (2019a). Data dan Profil Kesehatan Indonesia 2018. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes. (2019b). Hasil Utama Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Kementerian Kesehatan.
- Maka, S., Tandore, S., & Tandore, M. (2017). Study of Impact of Anemia on Pregnancy. *International Journal Reproduction, Conception, Obstetrics and Gynecology*, **6**(11), 4847–4850. <https://doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20174692>
- More, S., Shivkumar, V. B., Gangane, N., & Shende, S. (2013). Effect of Iron Deficiency on Cognitive Function in School Going Adolescent Female in Rural Area of Central India. Hindawi Publishing Corporation. <https://doi.org/10.1155/2013/819136>
- Mulfajril, R., Hadiyanto, H., & Sofyan, H. (2023). Penggunaan Media Visual dalam Pembelajaran Kelas 1 Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tematik Dikdas*, **8**(1), 40–55. <https://doi.org/10.22437/jptd.v8i1.25196>
- Nasruddin, H., Faisal Syamsu, R., & Permatasari, D. (2021). Angka Kejadian Anemia Pada Remaja di Indonesia. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, **1**(4), 357–364. <https://doi.org/10.36418/cerdika.v1i4.66>
- Nuradhiany, A., Briawan, D., & Dwiriani, C. (2017). Dukungan Guru Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di kota Bogor. *J Gizi Pangan*, **12**(3), 153–160. <https://doi.org/10.25182/jgp.2017.12.3.153-160>
- Nuraeni, I., Fatmawati, A., & Imansari, B. (2022). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Triple Eliminasi. *Window of Health*. <https://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/authorDashboard/submission/864>
- Subagja, C. A., Fatmawati, A., & Gartika, N. (2020). The Relationship among Knowledge, Attitude, and Behavior of Dietary and The Incidence of Anemia on Adolescent Girls. <https://doi.org/10.36780/jmcrh.v3i2.126>
- Suchi, K., Shariff, A., & Akbar, N. (2018). Hubungan Antara Status Gizi Dan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Universitas Muslim Indonesia. *Window of Health*, **1**(1). <http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/woh1107>
- Widya Juliarti. (2017). Hubungan Faktor Penyebab dengan Kejadian Anemia di Puskesmas Melur. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, **8**(1), 25–28. <http://dx.doi.org/10.33846/%25x>
- Yuniarti, Rusmilawaty, & Tunggal, T. (2015). Hubungan antara Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MA Darul Imad Kec. Tatah Makmur Kab. Banjar. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, **2**(1), 31–36. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/JPKMI/article/view/2707>