

**PENYULUHAN MENGGUNAKAN VIDEO EDUKASI UNTUK MENINGKATKAN
PENGETAHUAN REMAJA MENGENAI KONSUMSI FE PADA
REMAJA PUTRI ANEMIA**

**Dewi Rubi Fitriani^{1*}, Ade Krisna Ginitng², Yayuk Sri Rahayu³, Rina Dwi
Anggraeni⁴, Sarini⁵, Desty Lismayanti⁶, Anisah Fauziah⁷**

¹⁻⁷Universitas Sehati Indonesia

Email Korespodensi: dewirubi@gmail.com

Disubmit: 06 Juli 2026 Diterima: 18 Juli 2026 Diterbitkan: 01 Agustus 2026
Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i8.26868>

ABSTRAK

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi di Indonesia. Salah satu penyebab utama anemia adalah rendahnya kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah (Fe), yang dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan mengenai manfaat, cara konsumsi, serta dampak anemia terhadap kesehatan. Penyuluhan kesehatan menggunakan media video edukasi merupakan salah satu metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan karena mampu menyampaikan informasi secara menarik, mudah dipahami, dan interaktif. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai konsumsi tablet Fe melalui penyuluhan menggunakan video edukasi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada remaja putri di SMK Sehati dengan jumlah peserta sebanyak 60 responden. Metode yang digunakan berupa penyuluhan menggunakan video edukasi yang dilanjutkan dengan diskusi dan sesi tanya jawab. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner pretest dan posttest untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah intervensi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan menggunakan video edukasi. Sebelum intervensi, sebanyak 45 responden (75%) memiliki pengetahuan baik dan 15 responden (25%) memiliki pengetahuan kurang. Setelah intervensi responden yang pengetahuan baik meningkat 91,7%, sedangkan responden yang pengetahuan kurang 8,3%. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan penyuluhan. Penyuluhan menggunakan video edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai konsumsi tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia. Media video edukasi dapat dijadikan alternatif yang efektif dalam kegiatan promosi kesehatan di sekolah maupun di masyarakat. Diharapkan tenaga kesehatan dan pihak sekolah dapat mengoptimalkan penggunaan video edukasi dalam program edukasi kesehatan remaja serta melakukan penyuluhan secara berkelanjutan untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe dan mencegah anemia pada remaja putri.

Kata Kunci: Remaja, Anemia, Pengetahuan, Konsumsi Tablet Fe.

ABSTRACT

*Anemia among adolescent girls remains a significant public health problem in Indonesia. One of the primary contributing factors is low adherence to iron (Fe) tablet consumption, which is influenced by inadequate knowledge regarding its benefits, proper consumption methods, and the health consequences of anemia. Health education using educational videos has emerged as an effective strategy to improve knowledge by delivering information in an engaging, easy-to-understand, and interactive manner. This community service program aimed to enhance adolescent girls' knowledge regarding iron (Fe) tablet consumption through health education using educational videos. This community service activity was conducted among adolescent girls at SMK Sehati, involving a total of 60 participants. The intervention consisted of health education using educational videos, followed by interactive discussions and question-and-answer sessions. Participants' knowledge was evaluated using pre-test and post-test questionnaires administered before and after the intervention. Results: The findings demonstrated a significant improvement in participants' knowledge following the educational intervention. Before the intervention, 45 participants (75%) had good knowledge, while 15 participants (25%) had poor knowledge. After the intervention, the proportion of participants with good knowledge increased to 91.7%, whereas those with poor knowledge decreased to 8.3%. Statistical analysis revealed a **p-value of 0.000 ($p < 0.05$)**, indicating a statistically significant improvement in participants' knowledge after the educational intervention. Health education using educational videos was proven to be effective in improving adolescent girls' knowledge regarding iron (Fe) tablet consumption as an effort to prevent anemia. Educational videos can serve as an effective alternative medium for health promotion programs in both school and community settings. Healthcare professionals and schools are encouraged to optimize the use of educational videos in adolescent health education programs and to implement continuous health education activities to improve adherence to iron (Fe) tablet consumption and reduce the prevalence of anemia among adolescent girls.*

Keywords: Adolescent Girls, Anemia, Educational Video, Health Education, Iron (Fe) Tablets, Knowledge.

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, baik secara fisik, psikologis, maupun kognitif. Pada masa ini kebutuhan zat gizi, terutama zat besi (Fe), meningkat untuk menunjang pertumbuhan, peningkatan massa otot, serta perubahan hormonal. Pada remaja putri kebutuhan zat besi menjadi lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki karena adanya menstruasi yang menyebabkan kehilangan zat besi secara rutin setiap bulan. Kebutuhan zat besi tidak terpenuhi oleh remaja maka berisiko mengalami anemia defisiensi besi yang dapat berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, prestasi akademik, daya tahan tubuh, produktivitas, hingga meningkatkan risiko komplikasi pada kehamilan di masa mendatang. (World Health Organization, 2023), (Kemenkes, 2023).

Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memiliki prevalensi tinggi di berbagai negara, termasuk Indonesia. Berdasarkan WHO, anemia didefinisikan sebagai kondisi kadar hemoglobin (Hb) pada perempuan usia ≥ 12 tahun kurang dari 12 g/dL. Secara global sekitar 30% perempuan usia 15-49 tahun mengalami anemia, dengan prevalensi yang lebih tinggi terjadi di negara berkembang (World Health Organization, 2023). Di Indonesia hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah gizi yang cukup tinggi pada kelompok remaja putri. Kondisi ini menjadi perhatian pemerintah karena anemia pada masa remaja dapat memengaruhi kualitas sumber daya manusia serta meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah apabila anemia berlanjut hingga masa kehamilan (Kemenkes, 2023).

Salah satu upaya pemerintah Indonesia dalam menurunkan prevalensi anemia adalah melalui program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) yang mengandung zat besi dan asam folat kepada remaja putri di sekolah. Program ini bertujuan meningkatkan cadangan zat besi tubuh serta mencegah terjadinya anemia sejak usia remaja. Namun demikian, cakupan konsumsi Tablet Tambah Darah secara rutin masih belum optimal. Rendahnya kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain kurangnya pengetahuan mengenai manfaat tablet Fe, kekhawatiran terhadap efek samping, rendahnya motivasi, serta kurangnya edukasi kesehatan yang menarik dan mudah dipahami oleh remaja (Kemenkes, 2023).

Pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang berperan penting dalam pembentukan perilaku kesehatan seseorang. Remaja yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai anemia dan manfaat konsumsi tablet Fe cenderung memiliki sikap positif serta kepatuhan yang lebih baik dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah dibandingkan dengan remaja yang memiliki tingkat pengetahuan rendah (Riska Dwi Candrawati, 2023). Oleh karena itu peningkatan pengetahuan melalui pendidikan kesehatan menjadi salah satu strategi penting dalam mendukung keberhasilan program pencegahan anemia pada remaja putri.

Perkembangan teknologi informasi membuka peluang penggunaan media pembelajaran yang lebih inovatif dalam pendidikan kesehatan. Salah satu media yang terbukti efektif adalah video edukasi. Video mampu menyampaikan informasi melalui kombinasi unsur visual dan audio sehingga lebih menarik perhatian, meningkatkan pemahaman, serta membantu retensi informasi dibandingkan metode ceramah konvensional. Media video juga sesuai dengan karakteristik remaja yang lebih akrab dengan teknologi digital sehingga dapat meningkatkan keterlibatan peserta selama proses penyuluhan (Kesehatan, 2018).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan media video memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan pada remaja, termasuk mengenai pencegahan anemia dan konsumsi tablet tambah darah (Zuleha et al., 2025).

Penyampaian informasi melalui media audiovisual mampu meningkatkan pemahaman peserta karena melibatkan lebih dari satu indera dalam proses belajar sehingga informasi lebih mudah diterima dan diingat. penggunaan video edukasi diharapkan menjadi alternatif media promosi kesehatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pentingnya konsumsi Fe untuk mencegah anemia.

Berdasarkan hasil observasi awal di lokasi masih ditemukan remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang mengenai anemia, manfaat konsumsi tablet Fe, waktu yang tepat untuk mengonsumsi tablet Fe, serta cara mengurangi efek samping yang mungkin muncul setelah mengonsumsinya. Sebagian besar remaja juga belum pernah mendapatkan penyuluhan menggunakan media video mengenai pencegahan anemia. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya intervensi pendidikan kesehatan yang lebih menarik dan mudah dipahami agar informasi dapat diterima secara optimal oleh remaja.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan menggunakan video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan remaja mengenai konsumsi Fe pada remaja putri anemia. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif strategi promosi kesehatan di sekolah dalam mendukung program pemerintah untuk menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan hasil observasi awal dan menyebarkan kuesioner pada remaja ditemukan beberapa permasalahan utama yang berkaitan dengan pengetahuan remaja dalam penanganan anemia remaja putri yakni kurangnya edukasi tentang pengetahuan remaja terkait anemia.

Bagaimana tingkat pengetahuan remaja tentang reproduksi remaja dalam mencegah pergaulan bebas sebelum dan sesudah dilakukan pemaparan edukasi reproduksi remaja?



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan



Gambar 2. Konsumsi Fe



Gambar 3. Foto Bersama Responden

3. KAJIAN PUSTAKA

Pada masa remaja terjadi percepatan pertumbuhan (growth spurt) yang menyebabkan peningkatan kebutuhan energi dan zat gizi, termasuk zat besi (Fe) (Kemenkes, 2023). Remaja putri memiliki kebutuhan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki karena mengalami menstruasi setiap bulan yang menyebabkan kehilangan zat besi secara fisiologis (World Health Organization, 2023). Remaja putri menjadi kelompok yang paling rentan mengalami anemia defisiensi besi apabila kebutuhan zat besinya tidak terpenuhi melalui makanan maupun suplementasi Tablet Tambah Darah (Kesehatan, 2018).

Anemia merupakan keadaan ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal sehingga kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh menurun. WHO menetapkan bahwa remaja putri dan perempuan usia di atas 12 tahun dikatakan mengalami anemia apabila kadar hemoglobinnnya kurang dari 12 g/dL. Anemia defisiensi besi merupakan jenis anemia yang paling banyak ditemukan pada kelompok remaja dan menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat di dunia (World Health Organization, 2023).

Anemia pada remaja putri dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain asupan zat besi yang tidak mencukupi, kehilangan darah akibat menstruasi, pola makan yang kurang seimbang, infeksi cacing, penyakit kronis, serta rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah. Dampak anemia pada remaja meliputi mudah lelah, penurunan konsentrasi belajar, menurunnya daya tahan tubuh, prestasi akademik yang rendah, hingga meningkatnya risiko komplikasi pada masa kehamilan di kemudian hari apabila tidak ditangani sejak dini (Kemenkes, 2023).

Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan suplemen yang mengandung zat besi dan asam folat yang diberikan sebagai upaya pencegahan serta penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (Kesehatan, 2018). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia merekomendasikan pemberian satu tablet Fe setiap minggu sepanjang tahun bagi remaja putri, serta dikonsumsi setiap hari selama menstruasi apabila diperlukan sesuai petunjuk tenaga kesehatan. Program pemberian Tablet Tambah Darah telah menjadi salah satu program nasional dalam percepatan penurunan prevalensi anemia pada remaja (Kesehatan, 2018).

Meskipun program suplementasi telah dilaksanakan di berbagai sekolah, kepatuhan remaja dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah masih tergolong rendah. Beberapa faktor yang memengaruhi kepatuhan tersebut antara lain kurangnya pengetahuan mengenai manfaat tablet Fe, anggapan bahwa tablet Fe menimbulkan efek samping, rasa takut, kurangnya dukungan keluarga maupun sekolah, serta rendahnya motivasi untuk menjaga kesehatan diri (Refi Lindawati, 2023).

Pengetahuan merupakan hasil dari proses pengindraan seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra yang kemudian diproses menjadi informasi yang dapat memengaruhi perilaku (Kumala, 2011). Remaja putri, pengetahuan mengenai anemia, penyebab, dampak, manfaat zat besi, serta cara mengonsumsi Tablet Tambah Darah yang benar merupakan faktor penting dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi Fe (Yunitas Sari et al., 2025). Penyuluhan kesehatan merupakan proses pendidikan yang bertujuan meningkatkan kemampuan individu maupun kelompok dalam memelihara dan meningkatkan derajat kesehatannya. Permbangan teknologi informasi, media pembelajaran yang digunakan dalam penyuluhan kesehatan semakin berkembang salah satunya adalah media video edukasi (Salsabila, 2023).

Video edukasi merupakan media audiovisual yang menggabungkan unsur gambar bergerak, suara, teks, dan animasi sehingga mampu menyampaikan informasi secara lebih menarik dan mudah dipahami dibandingkan penyuluhan menggunakan metode ceramah semata (Varnelis, 2011). Media video sangat sesuai digunakan pada kelompok remaja karena karakteristik generasi saat ini yang lebih akrab dengan media digital. Penggunaan video edukasi terbukti mampu meningkatkan perhatian, motivasi belajar, serta efektivitas penyampaian pesan kesehatan dibandingkan media konvensional (Eka et al., 2024). Penggunaan video menjadi salah satu media promosi kesehatan yang direkomendasikan dalam edukasi mengenai pencegahan anemia dan pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah pada remaja putri (Auliya & Sulistiawati, 2025).

4. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dilaksanakan pada bulan Desember 2025, yang dilaksanakan di SMK Sehati Karawang, dengan jumlah remaja sebanyak 60 orang. Alasan dipilihnya remaja sebagai audiensi pada kegiatan ini yaitu diharapkan agar remaja lebih memperhatikan kesehatannya secara berkala dan juga dapat menjaga gizi remaja.

Pada masa remaja terjadi percepatan pertumbuhan (growth spurt) yang menyebabkan peningkatan kebutuhan energi dan zat gizi, termasuk zat besi (Fe). Remaja putri memiliki kebutuhan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki karena mengalami menstruasi setiap bulan yang menyebabkan kehilangan zat besi secara fisiologis. Oleh karena itu, remaja putri menjadi kelompok yang paling rentan mengalami anemia defisiensi besi apabila kebutuhan zat besinya tidak terpenuhi melalui makanan maupun suplementasi Tablet Tambah Darah (WHO, 2023).

Adapun kegiatan yang telah dilaksanakan meliputi:

- a. Melaksanakan penjajagan pertama ke SMK Sehati Karawang sebagai menyampaikan tujuan dan rencana kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan di SMK Sehati dengan sasaran remaja.
- b. Kegiatan pemberian informasi/edukasi/promosi tentang penyuluhan video edukasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai konsumsi fe pada remaja putri anemia. Metode kegiatan ini adalah dengan memberikan informasi dalam bentuk forum diskusi dan presentasi. Media yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan adalah berupa video edukasi.
- c. Pada kegiatan pemberian edukasi ini dilakukan pemberian materi tentang anemia remaja, kemudian dilakukan pre test dan post test pengetahuan, sebagai alat ukur apakah pemberian informasi ini bermanfaat atau tidak dalam meningkatkan pengetahuan remaja terkait anemia.

Populasi pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah remaja di SMK Sehati Karawang sebanyak 60 orang, sampel menggunakan total populasi. Kriteria inklusi: remaja kelas XI dan XII yang usia 16-17 tahun, remaja yang bersekolah di SMK Sehati yang hadir pada kegiatan penyuluhan dilaksanakan. Kriteria eksklusi: remaja yang tidak mengisi lengkap antara pre test dan post test.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Hasil menunjukkan adanya peningkatan n dalam rata-rata skor pengetahuan remaja. Remaja menyatakan bahwa dengan masih kurang paham mengenai informasi anemia remaja dan waktu konsumsi tablet tambah darah (Fe) setelah mengikuti penyuluhan dalam kegiatan pengabdian masyarakat tentang anemia remaja puteri menjadi lebih mengerti akan pentingnya tablet tambah darah bagi remaja puteri. Remaja mengungkapkan merasa lebih paham karena telah dibekali pengetahuan.

Tabel 1
Hasil Pengukuran Pengetahuan Remaja Tentang Anemia
Di SMK Sehati Karawang Tahun 2025

	PRETEST		POSTTEST		P Value
	Frequency	Percent	Frequency	Percent	
Pengetahuan Kurang	15	25	5	8.3	0,000
Pengetahuan Baik	45	75	55	91.7	
Total	60	100	60	100	

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan menggunakan video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai konsumsi tablet Fe. Hal ini ditunjukkan oleh meningkatnya proporsi responden dengan kategori pengetahuan baik dari 75% menjadi 91,7% serta hasil uji statistik yang menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima.

b. Pembahasan

Hasil pengabdian ini konsisten dengan berbagai sumber yang menunjukkan karakteristik responden dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini setelah diberikan edukasi menggunakan video, mendapatkan hasil post-test yang signifikan bahwa responden (91.7%) berada pada kategori pengetahuan baik. Tidak ditemukan lagi responden dengan tingkat pengetahuan kurang. Peningkatan ini menegaskan bahwa metode edukasi yang digunakan, yaitu penyuluhan dengan metode video dan pemberian Fe secara berkala, terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja terkait anemia.

Hal ini sejalan dengan penelitian Nurul tahun 2023 yang berpendapat bahwa Perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kecamatan Cimanggis Kota Depok belum sesuai dengan jumlah TTD dan jadwal konsumsi TTD dari Puskesmas. Remaja putri belum menerapkan perilaku tablet tambah darah secara rutin sesuai dengan anjuran. Faktor predisposisi yaitu pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi TTD masih kurang karena hanya sebagian kecil remaja putri yang memiliki cukup pengetahuan terkait anemia dan TTD (Nurul Aliyah, 2023).

Edukasi menggunakan media leaflet dan Power Point dirasa tepat untuk dilakukan karena leaflet memiliki kombinasi warna yang kontras, dilengkapi dengan gambar yang menarik, dan tulisan yang jelas, sedangkan Power Point mampu menggabungkan media seperti teks, gambar, audio, bahkan video dan animasi menjadi media pembelajaran yang menarik. Leaflet dapat meningkatkan rata-rata pengetahuan responden dari 4,60 menjadi 7,33 ($p=0,000$). Media power point dapat meningkatkan pemahaman sebesar 68,92% (Cahyaningrum, 2022).

Sejalan dengan penelitian Sifa Nurul tahun 2023 bahwa Edukasi menggunakan media video dapat meningkatkan pengetahuan secara signifikan tentang pentingnya konsumsi tablet Fe bagi remaja putri. Hasil rata-rata nilai pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah intervensi penyuluhan menunjukkan peningkatan sebesar 27,35. Hasil ini diharapkan

meningkatkan kualitas informasi dari petugas puskesmas dan pihak sekolah mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah/tablet Fe (Syifa et al., 2023).

Edukasi, pemberian tablet tambah darah dan monitoring kepatuhan minum tablet tambah darah oleh guru dan kader siswa dapat meningkatkan kadar hemoglobin secara signifikan bahwa intervensi edukasi, suplementasi, dan monitoring yang intensif telah efektif dalam menurunkan prevalensi anemia di kalangan remaja putri. (Yunitas Sari et al., 2025). Sejalan dengan Alya tahun 2024 bahwa peningkatan pengetahuan diukur pre-test dan post-test dan meningkat setelah di intervensi dari 75,45% menjadi 81,8%. Pada pemeriksaan kadar Hb, didapatkan bahwa 54,1% remaja putri yang mengikuti kegiatan ini mengalami anemia (Alya Ihsan, 2024).

Pemberian pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia terbukti dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia. memberikan stimulus memberikan penyuluhan atau edukasi kesehatan kepada remaja putri secara berkesinambungan. Selain jadwal penyuluhan yang harus di rencanakan, perlu dipertimbangkan media penyuluhan yang tepat untuk menyampaikan materi kesehatan yang mudah diterima serta menarik (Iskandar & al., 2025). Setuju dengan pernyataan bahwa penyuluhan yang dilakukan menunjukkan hasil yang positif sehingga dari 30 orang remaja yang diberikan penyuluhan memiliki pengetahuan yang baik setelah diberikan penyuluhan tentang anemia (Amanupunnyo et al., 2024).

Adapun hasil intervensilainnya bahwa Pendidikan kesehatan dapat memengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup. Pendidikan kesehatan yang tepat penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja yang dapat membantu mencegah terjadinya anemia (Hidayat, W., Nur'aeny, N. dan Wahyuni, 2021). Sosialisasi dengan media video apda remaja mampu meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai anemia serta langkah-langkah pencegahannya. Untuk keberlanjutan program, diperlukan monitoring dan evaluasi secara berkala dalam memastikan bahwa remaja putri mengonsumsi TTD dengan pemberian kartu bukti konsumsi TTD sehingga memastikan bahwa pengetahuan yang diperoleh dapat terus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Khairunnisa Menawati, 2026).

Adapun asumsi peneliti bahwa penyampaian edukasi kepada remaja puteri tentang anemia pada remaja lebih tepat tersampaikan materi dengan menggunakan video edukasi / audio visual dan dengan langsung memberikan tablet tambah darah dipantau secara berkala, dengan cara audio visual akan memudahkan remaja untuk mendapat informasi mengenai anemia dan dapat menurunkan kejadian anemia pada remaja puteri.

6. KESIMPULAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan di SMK Sehati Karawang dengan melibatkan 60 remaja, dapat disimpulkan bahwa edukasi anemia melalui video animasi terbukti efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan remaja untuk meningkatkan pengetahuan remaja puteri. Pengukuran yang telah dilakukan dapat membuktikan bahwa sebelum

diberikan edukasi, tingkat pengetahuan remaja berada kategori baik sebesar 75% dan kategori kurang sebesar 25%. Setelah dilakukan intervensi dengan video edukasi anemia, terjadi peningkatan yang sangat signifikan, dimana seluruh responden remaja berada pada kategori pengetahuan baik yakni 91.7%. Temuan ini menegaskan bahwa pemberian edukasi yang terstruktur, komunikatif, dan berbasis teknologi mampu meningkatkan pemahaman remaja secara optimal terkait anemia.

Selain peningkatan aspek pengetahuan, kegiatan ini juga memberikan dampak positif terhadap kesiapan psikologis remaja. Remaja menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan gizi yang seimbang. Edukasi ini berperan sebagai langkah preventif dalam membentuk sikap dan perilaku remaja dalam memilih makanan yang bergizi, kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak hanya berhasil meningkatkan pengetahuan remaja, tetapi juga berpotensi menjadi strategi efektif dalam mendukung program peningkatan kadar haemoglobin remaja di lingkungan sekolah. Program edukasi kesehatan ini perlu dikembangkan secara berkelanjutan dan diintegrasikan dalam kegiatan sekolah agar manfaatnya dapat dirasakan secara jangka panjang.

Saran untuk peneliti selanjutnya lebih baik menekankan pada kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe agar angka kejadian anemia dapat menurun dan tertangani dengan optimal.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Alya ihsan, s. (2024). Peningkatan pengetahuan remaja putri tentang korelasi anemia terhadap kejadian stunting di kampung tiuh baru kabupaten way kanan. *Jurnal pengabdian masyarakat jmp ruwa jurai*, 9(2), 161-167. <https://doi.org/10.23960/jpmrj.v9i2.pp161-167>
- Amanupunnyo, n. A., batmomolin, a., & amrullah, m. (2024). Peningkatan pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah dalam pencegahan anemia melalui metode edukasi kesehatan. *Jurnal pengabdian masyarakat bangsa*, 2(7), 2911-2916. <https://doi.org/10.59837/jpmmba.v2i7.1360>
- Auliya, i., & sulistiawati, y. (2025). Pengaruh edukasi video animasi terhadap peningkatan pengetahuan tentang pencegahan anemia pada remaja putri sma negeri 01 ambarawa. *Jurnal medika malahayati*, 9(1), 114-122. <https://doi.org/10.33024/jmm.v9i1.16356>
- Cahyaningrum, t. A. (2022). Jurnal inovasi dan pengabdian masyarakat indonesia. *Jurnal inovasi dan pengabdian masyarakat indonesia (jipmi)*, 1(3), 10-13.
- Eka et al. (2024). Pengaruh edukasi media video anemia terhadap pengetahuan anemia remaja putri di smk torsina sanggau. *Jurnal kebidanan*, 14(2), 28-32.
- Hidayat, w., nur'aeny, n. Dan wahyuni, i. S. (2021). Dharmakarya: jurnal aplikasi ipteks untuk masyarakat issn 1410 - 5675. *Jurnal aplikasi ipteks untuk masyarakat*, 5(1), 1-7. Journdharmakarya/article/viewfile/11437/5233al.unpad.ac.id/
- Iskandar, e., & al., et. (2025). Peningkatan pengetahuan remaja putri dalam pencegahan anemia. *Jurnal promosi kesehatan*, 4(1), 51-60. <https://journal.ycsn.org/index.php/jpm/article/download/51/32>

- Kemenkes. (2023). Survei kesehatan indonesia (ski) 2023. Kemenkes, 235.
- Kesehatan, k. (2018). *Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (wus)*.
- Khairunnisa menawati, n. R. P. (2026). Peningkatan pengetahuan dalam pencegahan anemia pada remaja putri di desa adiraja kabupaten cilacap. *Jurnal kreativitas pengabdian kepada masyarakat (pkm)*, 9(2), 289-303.
- Kumala, c. M. (2011). Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. In m. P. Milla syukrina sari (ed.), *panduan promosi kesehatan*. Akiopedia press.
- Nurul aliyah, t. K. (2023). Knowledge and behaviour of blood supplementing tabletsconsumption among adolescent girls in cimanggis districtdepok city. *Journal of nursing and public health*, 11(2), 426-435. <https://doi.org/https://doi.org/10.37676/jnph.v11i2.5173>
- Refi lindawati. (2023). Analisis faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet fe pada remaja putri di sma negeri 3 kota serang provinsi banten tahun 2022. *Detector: jurnal inovasi riset ilmu kesehatan*, 1(1), 239-255. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i1.1519>
- Riska dwi candrawati, d. (2023). *Promosi dan perilaku kesehatan* (mubarak (ed.)). Eureka media aksara.
- Salsabila, m. J. (2023). Pengaruh edukasi pencegahan anemia terhadap pengetahuan remaja putri menggunakan media video animasile. *Jurnal kesehatan siliwangi*, 3(3), 557-561. <https://doi.org/https://doi.org/10.34011/jks.v3i3.1032>
- Syifa, n., aini, g. N., kurniati, i. D., & amygda, r. (2023). Penyuluhan menggunakan video edukasi untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi fe pada remaja putri di smpn 36 semarang. *Prosiding seminar kesehatan masyarakat*, 1, 246-251. <https://doi.org/10.26714/pskm.v1ioktober.262>
- Varnelis, k. (2011). Introduction to multimedia. *Journal of the society of architectural historians*, 70(4), 532. <https://doi.org/10.1525/jsah.2011.70.4.532>
- World health organization. (2023). *Anaemia*. <https://share.google/pkt77yo8xipkk1xcr>
- Yunitas sari, r., wirapuspita wisnuwardani, r., hasnidar, h., & yuania wibowo, c. (2025). Edukasi dan pengawasan konsumsi tablet tambah darah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri: studi quasi eksperimen. *Quality: jurnal kesehatan*, 19(1), 8-16. <https://doi.org/10.36082/qjk.v19i1.2065>
- Zuleha, handayani, l., yunita, l., & kabuhung, e. l. (2025). Pengaruh pemberian edukasi menggunakan video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia di madrasah aliyah swasta normal islam puteri rakha amuntai. *Health research journal of indonesia*, 3(4), 249-256. <https://doi.org/10.63004/hrji.v3i4.651>