



## Uji Coba Media Banner Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri

Fadhilah Hamiatul Ummah<sup>1)</sup>, Ruslan Majid<sup>2)</sup>, Hartati Bahar<sup>3)</sup>

Universitas Halu Oleo

\*Email: [fadhilahdilla094@gmail.com](mailto:fadhilahdilla094@gmail.com), [ruslan.madjid@uho.ac.id](mailto:ruslan.madjid@uho.ac.id), [tatikbahar@gmail.com](mailto:tatikbahar@gmail.com)

### ABSTRAK

Kondisi medis yang dikenal sebagai anemia diakibatkan oleh kurangnya sel darah merah yang sehat atau sel darah merah yang tidak berfungsi sebagaimana mestinya. Akibatnya, organ-organ tubuh kekurangan oksigen yang cukup, yang menyebabkan kelelahan dan kulit pucat pada penderita anemia. Karena mereka mengalami masa pubertas—yang mencakup menstruasi—remaja lebih berisiko terkena anemia. Dengan tujuan mengurangi anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kendari pada tahun 2024, program ini bertujuan untuk menilai keefektifan edukasi gizi dengan menggunakan media spanduk yang menarik dalam mengubah pengetahuan dan sikap, sehingga dapat mencegah anemia pada remaja. Tidak berbeda dengan pre-test dan post-test, bentuk desain yang digunakan dalam pendekatan layanan ini adalah kelompok kontrol. Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dan pendekatan kuantitatif. Sampel sebanyak 69 orang untuk layanan ini dikumpulkan dengan menggunakan metode pengambilan sampel acak sederhana. Nilai p-value sebesar 0,000 untuk pengetahuan dan nilai p-value sebesar 0,000 atau 0,05 menunjukkan bahwa media spanduk bahagia memiliki dampak yang signifikan terhadap pengetahuan dan sikap. Dengan tujuan untuk menurunkan angka anemia, penggunaan media spanduk diperkirakan dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap remaja putri di SMK Negeri 3 Kendari pada tahun 2024. Pengurangan tenaga pengajar diperkirakan akan meningkatkan kemampuan memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja putri, khususnya dalam pencegahan anemia. Hal ini dapat dicapai dengan memastikan bahwa konten yang disampaikan lebih menarik dan mudah dipahami melalui media promosi kesehatan, termasuk spanduk.

**Kata Kunci:** Banner Ceria, Pencegahan Anemia, Remaja

### ABSTRACT

*The medical condition known as anaemia results from either a lack of enough healthy red blood cells or from red blood cells failing their usual roles. Consequently, the organs of the body lack enough oxygen, which causes tiredness and pale complexion in those with anaemia. Because they go through puberty—which includes menstruation—adolescents run more danger of developing anaemia. With the intention of reducing anaemia in teenage females at SMK Negeri 3 Kendari in 2024, this programme aims to assess the efficacy of nutrition education using vivid banner media in altering knowledge and attitudes, thereby avoiding teenage anaemia. Not unlike the pre-test and post-test, the design form used in this service approach is a control group. It makes use of a pre-experimental design and a quantitative approach. A sample of 69 people for this service was gathered using a simple random sampling method. A p-value of 0.000 for knowledge and a p-value of 0.000 or 0.05 shows that happy banner media have a significant impact on both knowledge and attitudes. With an eye on reducing anaemia, the usage of banner media is thought to affect the understanding and attitudes of young women at SMK Negeri 3 Kendari in 2024. Reduced teaching staff is predicted to enhance the ability of providing health education to young women, particularly in the prevention of anaemia. This will be achieved by ensuring that the content is more appealing and readily comprehended by means of health promotion media, including banners.*

**Keyword :** Anemia Prevention, Cheerful Banner, Teenagers

**DOI:** <https://doi.org/10.54832/judimas.v3i1.390>



## Pendahuluan

Seringkali, periode perubahan dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan didefinisikan sebagai masa remaja. Dimulai dengan pematangan seksual anak dan diakhiri pada usia dewasa secara hukum, periode ini mencakup Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa masa remaja mencakup usia 10 hingga 19 tahun. Di antara periode tersebut, masa remaja adalah masa tempat tumbuh dan kembang bagi individu. Diane Papalia dan Sally Olds mengatakan bahwa “sering kali dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada akhir masa remaja atau awal usia dua puluhan” (Firdaus & Marsudi, 2021).

Sebagian besar menyerang bayi, anak perempuan yang sudah mulai menstruasi, remaja putri, ibu hamil dan ibu nifas, anemia adalah masalah kesehatan masyarakat global yang utama. Hemoglobin yang lebih rendah dari normal atau jumlah sel darah merah yang lebih sedikit mendefinisikan kondisi medis yang dikenal sebagai anemia. Anemia adalah kondisi medis yang disebabkan oleh sel darah merah yang kurang sehat atau sel darah merah yang tidak berfungsi dengan baik di dalam tubuh. Pada penderita anemia, oksigen yang diberikan ke organ-organ tubuh tidak mencukupi, yang menyebabkan kelelahan dan kulit pucat (Nasus et al., 2023).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 22,7% remaja berusia 13 hingga 18 tahun di Indonesia mengalami anemia. Hasil ini menyiratkan bahwa antara 30-40% remaja mengalami anemia. Laki-laki memiliki tingkat anemia 20,35%, lebih rendah dari perempuan (27,2%) (Yulandari TL Sihombing, 2023). Angka kejadian anemia di Sulawesi Tenggara di tahun 2017 yaitu 33,2%; pada tahun 2018 mengalami peningkatan yakni 42,1%. Proporsi distribusi tablet tambah darah di Sulawesi Tenggara pada tahun 2017 mencapai 78,81%; turun menjadi 75,35% pada tahun 2018. Data yang dikumpulkan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara menjadi bahan di atas. Mengingat relevansi yang besar dari statistik ini, pemerintah telah mengembangkan rencana untuk melakukan tes anemia untuk remaja di tingkat SMP hingga SMA (Rianti, Farmawati, 2019).

Siklus menstruasi, kebiasaan makan yang tidak sehat, infeksi parasit, konsumsi teh atau kopi setelah makan, kurang tidur, asupan vitamin C yang minim, dan masalah finansial, semuanya dapat menyebabkan anemia pada remaja perempuan. Remaja perempuan lebih rentan terhadap anemia jika disandingkan dengan remaja laki-laki, hal tersebut dikarenakan adanya siklus menstruasi, yang menandai masa pubertas mereka. Lapisan dinding rahim yang kaya akan sel pembuluh darah akan mengalami proses pemecahan selama menstruasi. Pola



menstruasi yang tidak teratur dan sering terjadi pada remaja putri dapat menyebabkan perdarahan yang terlalu banyak dan menurunkan kadar hemoglobin (Hb) dalam tubuh, yang berakibat pada timbulnya anemia (Elisa & Zakiah Oktarlina, 2023)

Frekuensi anemia pada remaja sangat dipengaruhi oleh kebutuhan zat besi yang sangat diperlukan untuk memenuhi kebutuhan makanan mereka. Pertumbuhan kognitif dan fisik remaja akan terganggu jika mengalami anemia. Anemia pada remaja bisa mengakibatkan penundaan dalam perkembangan fisik serta timbulnya masalah perilaku dan emosional yang menghambat perluasan sel-sel otak. Daya tahan tubuh yang berkurang, kelemahan, dan rasa lapar yang lebih besar dapat terjadi sebagai akibatnya. Hal ini juga dapat mempengaruhi produktivitas, kemampuan belajar, dan konsentrasi. Pendistribusian Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan pendekatan terfokus yang dimaksudkan untuk mengatasi anemia di Rematri. Pemerintah memasok suplemen TTD di Rematri untuk memenuhi asupan zat besi yang cukup. Pemberian TTD dengan dosis yang disarankan akan membantu cadangan zat besi tubuh menjadi lebih baik dan membantu menghindari anemia (Khoirul et al., 2022).

Memperbaiki kekurangan gizi - terutama dengan meningkatkan asupan zat besi dalam pola makan normal - dapat membantu remaja mengatasi anemia. Zat besi adalah mineral yang begitu krusial bagi sistem kekebalan tubuh dan digunakan dalam sintesis sel darah merah. Menurut (Bencal et al., 2023) pemerintah akan menyediakan suplemen tablet Fe yang mengandung 0,400 mg asam folat dan 60 mg zat besi (dalam bentuk FeSO<sub>4</sub>). Cara lain untuk mengurangi anemia adalah dengan mengajarkan remaja putri tentang penyakit ini. Asupan makanan dalam kehidupan sehari-hari mempengaruhi kekurangan zat besi, suatu kondisi yang menyebabkan anemia pada tingkat tertentu. Secara umum, informasi yang diterima seseorang - terutama remaja - dapat mempengaruhi kebiasaan makan mereka agar lebih bergizi dan menyehatkan. Dengan menggunakan berbagai media-termasuk gambar, permainan, film, pamflet, dan buklet-edukasi gizi dapat membantu remaja untuk memahami dengan lebih baik. Media yang dipilih haruslah efisien dan efektif untuk memungkinkan remaja mendapatkan pendidikan gizi sehingga mereka dapat menggunakan informasi tersebut dengan cepat dan menjamin mereka mendapatkannya. Mendorong perilaku positif dan meningkatkan interaksi yang bermanfaat terkait makanan dan gizi adalah tujuan dari edukasi gizi (Agiratama & Kurniasari, 2023).

Dengan meningkatkan ide, perhatian, dan kemauan mereka untuk berpartisipasi dalam membaca, metode penyuluhan dan media spanduk memiliki kekuatan untuk mempengaruhi



kognisi dan sikap remaja putri. Hal tersebut senada dengan data yang didapatkan dari SMK Negeri 3 Kendari yang menunjukkan tingginya angka kejadian anemia di kalangan remaja putri pada tahun 2024. Lebih tepatnya, 5,5% dari 593 remaja putri yang terlibat dalam penelitian ini mengalami anemia. Lebih lanjut, statistik awal dari wilayah kerja Puskesmas Mekar Kota Kendari pada tahun 2023 menunjukkan bahwa 1032 remaja putri yang terdaftar di daerah tersebut untuk mendapatkan pendidikan; semua 1032 remaja putri tersebut telah mendapatkan Tablet Tambah Darah. Namun, 21,11% dari murid sekolah menengah mengalami anemia. Hal ini mungkin disebabkan oleh minimnya pemahaman mereka mengenai pemanfaatan tablet tambah darah serta upaya meminimalisir atau mencegah anemia. Mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat di SMK Negeri 3 Kendari dengan judul “Efektivitas Pendidikan Gizi dengan Media Spanduk Ceria (Cegah Anemia Remaja) terhadap Pengetahuan dan Sikap dalam Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri” dapat membantu mengatasi masalah ini. Pengabdian ini dilatarbelakangi untuk menilai pemahaman maupun pengetahuan serta sikap terhadap upaya mencegah anemia melalui media spanduk ceria tentang edukasi gizi.

### **Metode Pelaksanaan**

Memanfaatkan desain Pra-Eksperimental dengan teknik pre-test-post-test satu kelompok, pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Kelompok subjek dievaluasi baik di awal-pre-test-dan di akhir-post-test. Pengumpulan data untuk pengabdian ini menggunakan kuesioner.

Penelitian ini menggunakan 221 siswi kelas X SMK Negeri 3 Kendari sebagai sampel. Dengan menggunakan teknik random sampling, jumlah sampel untuk layanan ini ditetapkan sebanyak 69 peserta.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan kepada remaja kelas X di SMK Negeri 3 Kendari tentang teknik pencegahan anemia. Pencegahan anemia pada remaja ditekankan melalui poster berwarna

### **Hasil dan Pembahasan**

#### **A. Hasil**

Di SMK Negeri 3 Kendari, proyek pengabdian masyarakat ini berkonsentrasi pada pemberian pengetahuan melalui penyuluhan untuk mencegah anemia pada remaja putri.

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Remaja Kelas X di SMK Negeri 3 Kendari berdasarkan usia

No.	Usia	Jumlah	Presentase (%)
1.	15 Tahun	21	0,30
2.	16 Tahun	42	0,61
3.	17 Tahun	6	0,9
Total		69	100%

Tabel 1 mencantumkan usia peserta. Lebih muda dari 15 tahun ada 21 jawaban; lebih muda dari 16 tahun ada 42; lebih muda dari 17 tahun ada 6. Total ada 69 orang.

Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Hipotesis Wilcoxon *Pre-Test* dan *Post-Test*

Variabel	Uji Hipotesis Wilcoxon	P-value	N	Keterangan
Pengetahuan	Skor Pre Test dan Skor Post	0.000	69	Signifikan (Sig < 0.05)
Sikap	Test	0.000	69	

Sumber: Data Primer 2024

Tabel 2 menyajikan skor pre- dan post- test dari variabel pengetahuan dan sikap yang berkaitan dengan pencegahan anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kendari dengan menggunakan uji Wilcoxon. Dengan skor p-value yaitu 0,000, tidak melebihi dari tingkat signifikansi 0,05. Fakta-fakta ini mengarahkan kita untuk menolak hipotesis nol ( $H_0$ ) dan menerima hipotesis alternatif ( $H_1$ ). Hal tersebut mengindikasikan bahwa pengetahuan dan sikap remaja putri di SMK Negeri 3 Kendari tentang pencegahan anemia banyak dipengaruhi oleh penggunaan media spanduk. Hasil ini mendukung keefektifan strategi pengajaran yang bertujuan untuk mempengaruhi perilaku sehat remaja tentang pencegahan anemia melalui media spanduk

### Uji Hipotesis

Dievaluasi pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ , hipotesis nol ( $H_0$ ) membantu untuk menentukan apakah ditemukan korelasi dari kedua variabel. Hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima apabila nilai p kurang dari ambang batas signifikansi  $\alpha$ . Hal ini menyiratkan bahwa variabel independen dan dependen memiliki hubungan; jika tidak, sebaliknya.

1.  $H_0$  : bahwa dengan menggunakan media spanduk gembira tentang pencegahan anemia, tidak ada peningkatan pemahaman remaja putri di SMK Negeri 3 Kendari pada tahun 2023 sebelum dan sesudah edukasi gizi.
2.  $H_1$  : Melalui edukasi gizi dengan media spanduk gembira, remaja putri di SMK Negeri 3 Kendari mengalami peningkatan pemahaman tentang pencegahan anemia pada tahun 2023



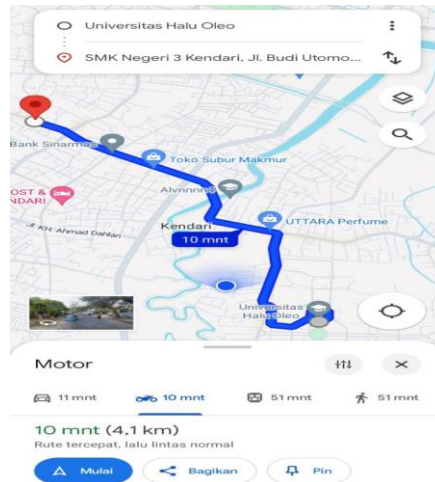
3. H<sub>0</sub> : Tidak terdapat sebelum dan sesudah mendapatkan pendidikan gizi melalui media spanduk ceria tentang pencegahan anemia, sikap remaja putri di SMK Negeri 3 Kendari pada tahun 2023
4. H<sub>1</sub> : Penggunaan media spanduk bergambar menyebabkan remaja putri di SMK Negeri 3 Kendari mengalami perubahan cara pandang terhadap edukasi gizi dan pencegahan anemia

Berdasarkan uji statistik, hasil uji Wilcoxon mendukung untuk menolak hipotesis nol (H<sub>0</sub>), karena nilai p-value yaitu 0,000 tidak melebihi dari ambang batas signifikansi 0,005. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media spanduk telah membantu siswa remaja putri di SMK Negeri 3 Kendari untuk mempunyai sikap dan pemahaman yang lebih baik.

Tantangan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah masih adanya sikap acuh tak acuh dari beberapa orang terhadap topik ini karena mereka menganggap bahwa topik ini tidak dapat menyelesaikan masalah kesehatan terkait pencegahan anemia. Tantangan dalam mengawasi jumlah siswa yang cukup besar juga menjadi penghambat efektivitas program. Menyelesaikan masalah ini membutuhkan komunikasi yang baik dengan para siswa dan bantuan guru BK.

### **Lokasi Kegiatan**

Jalan Budi Utomo No.1, Kadia merupakan lokasi SMK Negeri 3 Kendari. Di dalam kota Kendari di provinsi Sulawesi Tenggara terdapat kecamatan Kadia. Dengan menaiki kereta api tercepat, Universitas Halu Oleo dapat ditemui dengan kurun waktu 10 menit dari jarak 4,1 km. Karena pengetahuan dapat mempengaruhi sikap, maka penting untuk memberikan pemahaman kepada siswa sekolah menengah atas untuk menghindari perilaku yang menyebabkan anemia. Para siswa dan institusi telah merespon dengan baik percobaan ini.



Gambar 1. Peta SMK Negeri 3 Kendari

### Media yang Digunakan

Salah satunya menggunakan spanduk sebagai alat komunikasi. Spanduk tersebut tidak hanya berisi definisi anemia tetapi juga informasi spesifik tentang asal mula, gejala, dan tindakan pencegahannya.



Gambar 2. Banner



**Gambar 3.** Pembagian Kuesioner *Pre Test*



**Gambar 4.** Pelaksanaan Proses Penyuluhan dan Tanya Jawab dan *Post Test*







**Gambar 5.** Dokumentasi Kegiatan

## **Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian masyarakat untuk remaja putri di SMK Negeri 3 Kendari telah membantu mengubah persepsi remaja tentang pencegahan anemia. Hal ini memberikan manfaat bagi seluruh masyarakat dan juga remaja, sehingga dapat membantu menurunkan angka anemia. Pengabdian ini menyarankan untuk secara rutin memberikan informasi kesehatan kepada remaja dengan menggunakan media yang lebih menarik untuk memastikan mereka selalu mendapat informasi yang baik tentang kondisi mereka. Proyek-proyek pengabdian masyarakat di masa depan kemungkinan akan dikembangkan dengan melibatkan lebih banyak komunitas dan kelompok-kelompok terkait. Dalam situasi ini, fokusnya adalah pada seluruh komunitas secara keseluruhan, bukan hanya pada institusi pendidikan.

## **Ucapan Terima Kasih**

Untuk Kepala Sekolah SMK Negeri 3 Kendari, kami mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya karena telah memberikan kesempatan pada kami. Ucapan yang sama juga kami berikan bagi pihak-pihak yang telah terlibat dalam menjalankan pengabdian ini.



## Daftar Pustaka

- Firdaus, W., & Marsudi, M. S. (2021). *Konseling Remaja yang Kecanduan Gadget Melalui Terapi Kognitif Behavior*. 6(1), 15–24.
- Nasus, E., Saputri, E., Tulak, G. T., & Rosani, N. (2023). EDUKASI KESEHATAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA DI SMKN 7 KOLAKA. *Jurnal Sapta Mengabdi*, 3(1), 7–10.
- WHO. (2021). Prevalence of anaemia in children aged 6–59 months. *Website*, 12, 2021. <https://www.who.int/data/gho/indicator-metadata-registry/imr-details/4801>
- Yulandari TL Sihombing, J. B. & A. (2023). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Pemenuhan Gizi Terhadap Pencegahan Anemia Pada Siswi SMA Negeri 1 Sijamapolang Kabupaten Humbang Hasundutan The Relationship between Knowledge and Attitudes of Young Women About Nutrition Fulfillment Aga*. 1(1), 1–5.
- Rianti, Farmawati, S. (2019). Pengaruh Penyuluhan Dengan Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah Di Smpn 1 Polipolia Kabupaten Kolaka Timur. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 9, 19–26.
- Elisa, S., & Zakiah Oktarlina, R. (2023). Literature Review : Faktor Penyebab Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Agromedicine*, 1, 145–148.
- Khoirul, F., Khoirun, M., Nanda, H., Setya, H., Nur, M., Maulana, Z. A., & Fauziyyah, H. L. (2022). *Tahun 2022 Tahun 2022*. 4(31601900074), 43–62.
- Bencal, D., Arifin, Z., Listihayu, A., Lestari, S., & Sayekti, S. (2023). *PKM Sosialisasi Anemia Pada Remaja di Puskesmas*. 2(4), 67–71.
- Agiratama, N. P., & Kurniasari, R. (2023). Literature Review: The Effect of Providing Nutrition Education Media on Anemia Knowledge in Adolescents. *Jgk*, 15(1), 55–64.
- Wahyuni, A. N., Koswara, A., Nurani Asmara, A., Fadilah, A., Asmarani, A. Z., Desry, D., & Pamungkas, D. M. T. I. (2023). Penyuluhan Kesehatan tentang Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Siswi di MTS Al-Munawwar. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 123–130. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v3i2.199>