

## Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video dan Komik untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri

Yuanita Syaiful<sup>1</sup>, Lilis Fatmawati\*<sup>2</sup>, Sheintia Prihastuti<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Gresik

E-mail: lilisfatmawati13@gmail.com

### Abstrak

Anemia adalah masalah kesehatan utama pada remaja putri. Pemberian pendidikan kesehatan melalui media video dan komik menjadi salah satu alternatif untuk meningkatkan perilaku. Remaja yang tergabung dalam IPNU Desa Leran Manyar Gresik mempunyai pengetahuan yang kurang sehingga mempengaruhi sikap dan tindakan untuk pencegahan anemia. Bidan desa sudah mengupayakan penyuluhan tentang anemia melalui ceramah namun hasil belum efisien, para remaja putri belum mengindahkan masalah asupan nutrisi. Sehingga masalah kesehatan remaja merupakan masalah yang cukup besar. Oleh karena itu dibutuhkan pendidikan kesehatan pencegahan anemia pada remaja putri dengan metode yang lain yaitu metode komik dan video. Pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan remaja putri untuk makan bergizi sehingga dapat meningkatkan asupan nutrisi saat kehamilan nanti dan mencegah anemia. Metode yang digunakan adalah memberikan pendidikan kesehatan melalui komik dan video, serta memberikan kuesioner. Kuesioner diberikan pada hari ke-1 (*pre test*) dan hari ke-4 (*post test*) kepada 28 remaja putri dengan mematuhi protocol kesehatan. Hasil kuesioner digunakan untuk mengetahui pemahaman remaja putri tentang pencegahan anemia sampai terjadi perubahan sikap dan tindakan yang sebagai indikator keberhasilan dari kegiatan. Pendidikan kesehatan disampaikan melalui pemberian komik dan pemutaran video ( $\pm 30$  menit) tentang pencegahan anemia sebanyak 3 kali pertemuan dengan materi pengertian anemia, dampak bagi remaja, sampai pada cara mencegahnya. Hasil menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan dari kurang (85.7%) menjadi baik (100%), Sikap dari negative menjadi 100% positif, tindakan kurang (71.4%) menjadi baik (100%). Berdasarkan hasil ini diharapkan para remaja dapat menerapkan pengetahuan, sikap dan tindakan tersebut dengan benar untuk mencapai derajat kesehatan pada remaja yang setinggi-tingginya.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan, Video, Komik, Perilaku (Pengetahuan, Sikap, Tindakan) Remaja Putri

### Abstract

*Anemia is a major health problem in adolescent girls. The provision of health education through video and comic media is an alternative to improve behavior. Adolescents who are members of the IPNU of Leran Manyar Gresik Village have less knowledge so that they affect attitudes and actions to prevent anemia. The village midwife has tried to provide counseling about anemia through lectures but the results have not been efficient, the young women have not heeded the problem of nutritional intake. So that adolescent health problems are quite a big problem. Therefore, it takes health education to prevent anemia in adolescent girls with other methods, namely the comic and video method. This service aims to increase the knowledge, attitudes and actions of young women to eat nutritiously so that they can increase nutritional intake during pregnancy and prevent anemia. The method used is to provide health education through comics and videos, and to provide questionnaires. Questionnaires were given on day 1 (*pre test*) and day 4 (*post test*) to 28 young women by complying with the health protocol. The results of the questionnaire were used to determine the understanding of young women about anemia prevention until there was a change in attitudes and actions as an indicator of the success of the activity. Health education was delivered through the provision of comics and*

*video screenings ( $\pm 30$  minutes) about anemia prevention in 3 meetings with material on the definition of anemia, its impact on adolescents, and how to prevent it. The results showed that there was an increase in knowledge from less (85.7%) to good (100%), attitude from negative to 100% positive, less action (71.4%) to good (100%). Based on these results, it is expected that adolescents can apply the knowledge, attitudes and actions correctly to achieve the highest health status in adolescents.*

*Keywords : Health Education, Videos, Comics, Behavior (Knowledge, Attitudes, Actions) Of Adolescent Girls*

## 1. PENDAHULUAN

Remaja adalah transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa disertai mengalami beberapa perubahan [1]. Dalam mengalami perubahan, remaja menghadapi berbagai masalah terkait dengan perubahan fisik, kecukupan gizi, perkembangan psikososial, emosi dan kecerdasan yang mempengaruhi kesehatan [2]. Akibat dari perubahan biologis, psikologis dan masalah kecukupan gizi pada remaja menimbulkan beberapa masalah kesehatan. Masalah kesehatan yang bisa terjadi adalah anemia [3]. Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah dan ukuran sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin (Hb) didalam darah berada dibawah nilai normal, yaitu kurang dari 12 g/dL pada remaja [4] sehingga darah tidak mampu mengikat oksigen dan membagikan ke seluruh jaringan tubuh [5]. Pengetahuan yang cukup terutama masalah gizi akan memberikan bekal yang cukup bagi remaja untuk memilih makanan yang sehat yang berhubungan erat dengan asupan nutrisi [6].

Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan bidan desa, banyak remaja putri di Desa Leran Manyar Gresik mengalami anemia ringan sampai sedang, jarang mengalami anemia berat. Bidan desa juga sudah mengupayakan penyuluhan tentang anemia melalui ceramah langsung dan leaflet namun hasil belum efisien yaitu remaja belum mengindahkan untuk masalah asupan nutrisi. Remaja putri lebih sering makan makanan cepat saji karena lebih praktis dan tidak suka makan sayur. Anemia pada remaja putri jika tidak ditangani dengan serius berdampak pada menurunnya performa di sekolah, IQ dan skor keseimbangan mental, perhatian dan konsentrasi, memori verbal dan daya ingat [7]. Tidak hanya itu, kondisi anemia yang berlanjut hingga kehamilan akan menyebabkan efek buruk pada anak yang sedang dikandung salah satunya adalah stunting [8], meningkatkan resiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir premature dan berat bayi lahir rendah (BBLR) [9].

Pencegahan terjadinya anemia salah satunya dengan cara pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang anemia. Berbagai upaya telah dilakukan untuk merubah perilaku mencegah anemia pada remaja putri seperti program penyuluhan. Namun, upaya belum optimal. Akibatnya masalah kesehatan remaja masih menjadi masalah yang cukup besar. Sehingga sangat dibutuhkan pendidikan kesehatan mengenai pencegahan anemia dengan cara yang menarik yaitu dikemas dengan metode dan media yang akan disampaikan mengenai anemia yang ditunjukkan pada remaja putri [10]. Media yang dapat digunakan diantaranya adalah video dan komik. Video merupakan media audiovisual yang dapat menunjang kegiatan dalam menyampaikan pesan. KIE (Komunikasi, Informasi dan Konseling) seperti penyuluhan merupakan suatu upaya untuk menyampaikan pesan dalam rangka upaya promotif.

Diharapkan melalui pendidikan kesehatan ini dapat meningkatkan pengetahuan sampai terjadi perubahan sikap dan tindakan untuk pencegahan anemia dalam meningkatkan kualitas hidup demi mewujudkan kesehatan remaja setinggi-tingginya.

## 2. METODE

Kegiatan ini dilakukan di Bali Desa Desa Leran Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik pada tanggal 6-10 April 2021 yang diikuti oleh seluruh remaja putri berusia 10-19 tahun yang tergabung dalam IPNU sebanyak 28 remaja putri, kemudian dibagi menjadi dua kelompok : kelompok A beranggotakan 14 remaja putri yang nantinya akan diberikan pendidikan kesehatan melalui komik, kelompok B beranggotakan 14 remaja putri yang akan diberikan pendidikan kesehatan melalui video. Metode kegiatan meliputi : 1) pada hari pertama peserta diberikan penjelasan mengenai tujuan dan manfaat dilakukannya kegiatan 2) Sebelum diberikan pendidikan kesehatan, masing-masing kelompok dilakukan *pre test* (pengukuran perilaku : pengetahuan, sikap dan tindakan) tentang pencegahan anemia, 3) selanjutnya diberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia pada remaja dengan media komik dan video dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan, pemutaran video diberikan  $\pm 30$  menit setiap kali pertemuan, 4) pada hari ke empat dilakukan *post test* (pengukuran perilaku : pengetahuan, sikap dan tindakan) tentang pencegahan anemia setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media video dan komik untuk mengetahui pengetahuan, sikap, dan tindakan serta pendapat mitra tentang kegiatan ini bermanfaat apa tidak. Alat bantu dalam kegiatan ini yaitu video, komik, dan kuesioner (pengetahuan, sikap, dan tindakan). Kuesioner terdiri dari 10 pertanyaan sikap dan 10 pertanyaan tindakan yang sudah di uji validitas dan reliabilitas. Kegiatan dilakukan dengan memperhatikan protocol covid 19.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini dibagi menjadi 3 tahap yaitu *pre test* menggunakan kuesioner, pemberian pendidikan kesehatan melalui video dan komik, yang terakhir *post test* menggunakan kuesioner. Pada tahap *pre test* didapatkan hasil pada tabel 2, tabel 3, dan tabel 4.

Pada hari pertama dilakukan *pre test*, pembagian kuesioner. Setelah data diambil, kemudian dilakukan pemberian pendidikan kesehatan dengan mengumpulkan remaja putri di balai desa dengan tetap mematuhi protocol kesehatan dan menjaga jarak, masing-masing dibagi menjadi 2 kelompok ada kelompok yang membaca komik, ada kelompok yang menonton video dengan durasi  $\pm 30$  menit. Melalui pendidikan kesehatan ini diharapkan remaja putri mempunyai pengetahuan yang baik, sikap yang positif, dan tindakan yang baik dalam menerapkan pencegahan anemia serta mengonsumsi makanan bergizi.

Sebelum diberikan pendidikan kesehatan didapatkan hasil 85.7% remaja putri usia 10-19 tahun belum memiliki pemahaman yang baik (pemahaman kurang) mengenai pencegahan anemia (tabel 2). Berdasarkan hasil tersebut menggambarkan meskipun bidan desa, pihak puskesmas, ataupun di media social sudah mensosialisasikan pencegahan anemia tetapi remaja putri tersebut masih ada yang belum memahami, sampai melakukan perubahan sikap untuk mencegah anemia.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Pada Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Varibel	Kelompok		Kelompok	
	Video	Komik	Video	Komik
	Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
<b>Usia</b>				
12 tahun	1	7,1	3	21,4
13 tahun	6	42,9	3	21,4
14 tahun	1	7,1	1	7,1
15 tahun	1	7,1	0	0
16 tahun	1	7,1	3	21,4
17 tahun	2	14,3	2	14,3
18 tahun	1	7,1	1	7,1
19 tahun	1	7,1	1	7,1
<b>Pendidikan</b>				
SMP	9	64,3	7	50
SMA	5	35,7	7	50

<b>Budaya</b> Ada pantangan dalam mengkonsumsi makanan	0	0	2	14,3
Tidak ada pantangan dalam mengkonsumsi makanan	0	0	2	14,3
Suka makanan cepat saji	8	57,1	7	50,0
Suka makanan rumahan	6	42,9	3	21,4
<b>Tempat tinggal</b> Tinggal diwilayah perkebunan	6	42,9	5	35,7
Tinggal diwilayah industri	8	57,1	9	64,3

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Responden Sebelum Dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Sikap	Video				Komik			
	Sebelum		Sesudah		Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%
<b>Negative</b>	14	100	0	0	14	100	0	0
<b>Positive</b>	0	0	14	100	0	0	14	100
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>

Tabel 3. Distribusi Sikap Responden Sebelum Dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Tingkat Pengetahuan	Video				Komik			
	Sebelum		Sesudah		Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Kurang	12	85,7	0	0	12	85,7	0	0
Cukup	2	14,3	0	0	2	14,3	0	0
Baik	0	0	14	100	0	0	14	100
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>

Tabel 4. Distribusi Tindakan Responden Sebelum Dan Sesudah Pendidikan Kesehatan

Tindakan	Video				Komik			
	Sebelum		Sesudah		Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%
<b>Kurang</b>	10	71,4	0	0	10	71,4	0	0
<b>Cukup</b>	4	28,6	0	0	4	28,6	0	0
<b>Baik</b>	0	0	14	100	0	0	14	100
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>100</b>



Gambar 1. Pemberian pendidikan kesehatan melalui video



Gambar 2. Pemberian pendidikan kesehatan melalui komik

Pada gambar 1 dan 2 dapat dilihat bahwa pemberian pendidikan kesehatan dengan tetap mematuhi protocol kesehatan disaat pandemic covid 19. Para remaja sangat antusias dan tertarik dengan pendidikan kesehatan yang diberiakn, dibuktikan dengan para remaja merespon dengan dengan baik materi yang disampaikan, menyimak video dan komik yang diberikan, serta memberikan umpan balik atau feedback berupa Tanya jawab yang diberikan dan para remaja mampu dan bisa menjawab pertanyaan yang diberikan.

Materi yang diberikan seperti : pengertian anemia, faktor-faktor yang menyebabkan anemia, tanda dan gejala, dampak anemia pada remaja, dan pencegahan anemia pada remaja. Hal tersebut diberikan kepada remaja putri diharapkan remaja putri memahami sehingga dapat melakukan sosialisasi ke lingkungan keluarga masing-masing atau ke teman sebayanya, dan diharapkan terjadi perubahan sikap dan tindakan.

Evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan ini dengan memberikan kuesioner perilaku yang mencakup pengetahuan, sikap, dan tindakan saat *post test*. Serta pendapat tentang kegiatan ini dinilai bermanfaat apa tidak dan yang nantinya bisa dijadikan program berkelanjutan oleh puskesmas setempat. Berdasrkan hasil sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan terjadi peningkatan pengetahuan dari kurang (85.7%) menjadi baik (100%), Sikap dari negative menjadi 100% positif, tindakan kurang (71.4%) menjadi baik (100%) yang dapat dilihat di tabel 2, 3, dan table 4.

Pengetahuan remaja putri mengalami peningkatan yang signifikan sehingga remja putri diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dna terjadi perubahan sikap serta tindakan untuk melakukan pencegahan anemia dalam meningkatkan kualitas hidup.

Perilaku yang dasari oleh pengetahuan akan mampu bertahan lama dari pada yang tidak didasari oleh pengetahuan [11]. Pengetahuan menjadi peranan penting terjadinya anemia. Dalam pembentukkan sikap dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pengetahuan, pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan,media masa,lembaga pendidikan dan agama,factor emosional [12]. Pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting dalam mendorong sikap positif, namun tidak semua responden mengalami peningkatan pengetahuan juga mengalami peningkatan sikap hal ini disebabkan karena respon dari setiap individu berbeda beda [13]. Tindakan atau perilaku kesehatan terjadi setelah seseorang mengetahui stimulus kesehatan pendidikan kesehatan tentang anemia, kemudian mengadakan penilaian terhadap apa yang diketahui dan memberikan respon batin dalam bentuk sikap. Proses selanjutnya diharapkan subyek akan melaksanakan apa yang telah diketahui atau disikapinya [13]. Tindakan dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap dan media pendidikan

kesehatan. Mewujudkan sikap menjadi suatu perbuatan yang nyata diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi lainnya yang memungkinkan, antara lain : pengetahuan, sikap dan lingkungan.

#### 4. KESIMPULAN

Remaja putri yang tergabung dalam IPNU di Desa Leran Manyar Gresik dapat memperoleh pengetahuan baru mengenai pencegahan anemia pada remaja untuk meningkatkan taraf derajat kesehatan masyarakat khususnya remaja putri. Upaya ini harus terus dilakukan secara disiplin untuk mewujudkan kesehatan remaja setinggi-tingginya sampai pada kehamilannya nanti agar tidak mengalami anemia.

#### 5. SARAN

Berbagai upaya selain dengan metode komik dan video juga perlu terus dilakukan untuk menjaga dan mencegah kesehatan remaja agar tidak anemia karena nanti berdampak pada kehamilannya. Apalagi di masa pandemic covid 19 seperti ini yang mengharuskan semua warga mengkonsumsi makanan sehat. Dan diperlukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan sasaran warga terdampak akibat covid 19 dengan tema menjaga stabilitas ekonomi warga.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih sebesar-besarnya disampaikan kepada Bapak Rektor dan Kepala Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Gresik yang telah memberikan dukungan untuk kegiatan ini. Selain itu, terima kasih pula disampaikan kepada Kepala Desa Leran Manyar Gresik, Kader kesehatan, dan Bidan Desa yang sudah mendukung dan memfasilitasi kegiatan pengabdian ini. Serta para remaja putri yang sudah berpartisipasi dalam kegiatan ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan Anak Buku 2*. Jilid Edisi 11. Jakarta : PT. Erlangga.
- [2] Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). (2015). *Penilaian Kualitas Hidup pada Anak Menerapkan Aspek Penting yang Sering Terlewatkan*.
- [3] Indartanti, dkk. (2014). Hubungan hubungan Status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Journal of Nutrition Collage*, Vol.3 no 2 pp 33-39.
- [4] WHO. (2012). *Anemia Policy Brief*, (6).
- [5] Chaturedi, D. dkk. (2017). *Study Of Correlation Beetwen Dietary Habits And Anemia Among Adolescent Girls In Ranchi And Its Surrounding Area*. *International journal of contemporary Pediatrics*, 4(4), 1165-1168.
- [6] Guswir, P. (2018). Pengaruh Penyuluhan Dengan Menggunakan Leaflet Dan Video Terhadap Perubahan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Untuk Pencegahan Anemia Di SMKN 3 Kota Padang.
- [7] More, S. dkk. (2013). *Effects of Iron Deficiency on Cognitive Function in School Going Adolescent Females in Rural Area of Central India*. Hindawi, 2013, 1-5.
- [8] The World Bank. (2018). *Joint child malnutrition estimates 2018* (UNICEFWHO\_WB).
- [9] Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Kenali Masalah Gizi yang Ancam Remaja Indonesia*.
- [10] Nia, A. (2018). Pengaruh Penggunaan Media Video dalam Penyuluhan Tentang Anemia pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun. PoltekkesJogja.
- [11] Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta.

- [12] Azwar, S. (2011). *Sikap dan Perilaku Dalam: Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [13] Notoatmodjo, S. (2010) *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta.