

## EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA PUTRI MELALUI MEDIA VIDEO ANIMASI DAN BUKU SAKU DI SMK NEGERI 1 SORKAM

Tinawati Nainggolan<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>S1 Public Health Study Program, STIKes Nauli Husada Sibolga, Indonesia

\*Corresponding author email: [golantina17@gmail.com](mailto:golantina17@gmail.com)

### Article Info

#### Article history:

Received: September 22, 2025

Approved: October 22, 2025

#### Keywords:

*Anemia, Community Service, Health Education, Young Women*

#### ABSTRACT

*Anemia is one of the health problems that are often experienced by young women and has an impact on physical health, study concentration, and quality of life. Lack of knowledge about reproductive health and balanced nutrition is the main factor in the high incidence of anemia in adolescents. This community service activity aims to increase the knowledge and awareness of young women about anemia through educational media in the form of animated videos and pocket books. The activity was carried out at SMK Negeri 1 Sorkam in January 2026 with a target of 30 students in grades X–XI. The method used is participatory education with a pre-test and post-test approach. The results of the activity showed an increase in the understanding of adolescent girls about the meaning of anemia, its causes, symptoms, and prevention efforts through a nutritious diet. Animated video media and pocket books are considered effective and interesting so that they are easy for participants to understand. This activity is expected to be a model of sustainable reproductive health education in the school environment.*

#### ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja putri dan berdampak pada kesehatan fisik, konsentrasi belajar, serta kualitas hidup. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan gizi seimbang menjadi faktor utama tingginya kejadian anemia pada remaja. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri mengenai anemia melalui media edukasi berupa video animasi dan buku saku. Kegiatan dilaksanakan di SMK Negeri 1 Sorkam pada Januari 2026 dengan sasaran 30 siswi kelas X–XI. Metode yang digunakan adalah edukasi partisipatif dengan pendekatan pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman remaja putri mengenai pengertian anemia, penyebab, gejala, serta upaya pencegahannya melalui pola makan bergizi. Media video animasi dan buku saku dinilai efektif dan menarik sehingga mudah dipahami oleh peserta. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi model edukasi kesehatan reproduksi yang berkelanjutan di lingkungan sekolah.

Copyright © 2025, The Author(s).

This is an open access article under the CC–BY–SA license



---

**How to cite:** Example: Nainggolan T. (2025). EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA PUTRI MELALUI MEDIA VIDEO ANIMASI DAN BUKU SAKU DI SMK NEGERI 1 SORKAM. *Jurnal Nusantara Sosial Sains*, 1(3), 101–106. <https://doi.org/10.64020/jnss.v1i3.28>

---

## PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan salah satu komponen penting dalam kehidupan remaja, khususnya bagi remaja putri. Pada masa remaja, individu mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial yang berdampak pada kesehatan mereka. Salah satu isu kritis yang sering diabaikan adalah kesehatan reproduksi, yang mencakup aspek fisik, mental, dan sosial. Pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan reproduksi dapat menyebabkan remaja putri terjerumus ke dalam berbagai masalah, termasuk penyakit menular seksual, kehamilan yang tidak diinginkan, dan masalah kesehatan lainnya. Rahayu, NS (2021)

Salah satu masalah kesehatan yang sering dihadapi oleh remaja putri adalah anemia. Anemia adalah kondisi di mana jumlah sel darah merah atau hemoglobin dalam darah berada di bawah normal. Terdapat angka anemia pada sorkam sebanyak Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kekurangan zat besi, vitamin, atau gangguan dalam produksi sel darah merah. Anemia dapat mempengaruhi kualitas hidup dan pertumbuhan fisik serta mental remaja. Remaja putri yang mengalami anemia cenderung merasa lemah, cepat lelah, dan kurang berenergi, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari di sekolah maupun di rumah. Yusuf, M. & Setiawan, A. (2020)

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), anemia memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan global, terutama di negara berkembang. WHO melaporkan bahwa anemia lebih umum terjadi pada wanita dibandingkan pria, dan angkanya jauh lebih tinggi pada remaja putri. Di berbagai negara, prevalensi anemia pada kalangan remaja putri berkisar antara 20% hingga 50%. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga pada kecerdasan dan perkembangan mental mereka. Anemia dapat menyebabkan penurunan konsentrasi, prestasi akademik yang buruk, dan dampak negatif lainnya dalam pendidikan.

Anemia pada remaja putri merupakan masalah kesehatan yang semakin mengkhawatirkan di Indonesia. Dengan meningkatnya angka prevalensi anemia, perhatian perlu difokuskan pada kelompok usia ini. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) dan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi anemia di kalangan remaja putri (usia 12-18 tahun) mencapai sekitar 25% pada tahun 2018. Dalam lima tahun terakhir, angka ini menunjukkan fluktuasi, tetapi tetap berada pada tingkat yang signifikan, mencerminkan kebutuhan untuk intervensi yang lebih kuat untuk menanggulangi masalah ini.

Kabupaten Sorkam pada tahun 2020 mengungkapkan bahwa prevalensi anemia di kalangan remaja putri mencapai 30%, yang jauh lebih tinggi dari angka nasional. Ini mengindikasikan bahwa kondisi kesehatan remaja putri di daerah tersebut memerlukan perhatian lebih. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan tentang gizi dan pola makan yang tidak seimbang menjadi faktor utama penyebab tingginya angka anemia. Banyak remaja putri yang tidak menyadari pentingnya asupan zat besi dalam diet mereka dan sering kali mengabaikan makanan bergizi.

Data dari Riskesdas tahun 2021 menunjukkan bahwa salah satu faktor kontributif adalah kebiasaan menstruasi yang tidak teratur dan kehilangan darah yang signifikan, terutama di kalangan remaja putri yang baru memasuki fase pubertas. Hal ini mempengaruhi kadar hemoglobin mereka

secara negatif. Sebanyak 40% remaja putri yang mengalami anemia melaporkan gejala kelelahan, gangguan konsentrasi, dan penurunan performa akademik, yang dapat menghambat perkembangan mereka di masa depan.

Pada tahun 2022, BPS mencatat bahwa prevalensi anemia di Indonesia tetap tinggi, dengan sekitar 21% remaja putri menderita anemia. Namun, tekanan dari komunitas dan kampanye kesehatan mulai menunjukkan dampak, terutama di daerah-daerah di mana program edukasi gizi telah diimplementasikan. Dalam kajian di beberapa kabupaten, termasuk Sorkam, kebiasaan makan yang lebih sehat dan peningkatan pengetahuan tentang nutrisi telah dilaporkan meningkatkan kadar hemoglobin pada 15% remaja putri yang sebelumnya berada dalam kategori anemia ringan.

Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia masih tergolong tinggi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia pada remaja usia 15-24 tahun adalah 15,5%, dengan prevalensi pada remaja putri mencapai 18%. Angka ini menunjukkan perlunya upaya lebih intensif untuk mengatasi masalah anemia pada remaja putri. WHO menetapkan bahwa prevalensi anemia di atas 10% termasuk tinggi, sehingga kondisi di Indonesia masih memerlukan perhatian khusus.

Anemia juga sering kali berhubungan dengan masalah gizi, yang mencakup kurangnya asupan zat besi dari makanan yang dikonsumsi. Di banyak daerah, pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan remaja putri kekurangan nutrisi penting. Di sisi lain, faktor sosial dan budaya, seperti kurangnya pemahaman mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi, juga berkontribusi terhadap masalah ini. Pendidikan yang tepat sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, termasuk pencegahan dan penanganan anemia. Rihani, K., dkk. (2021).

Melalui program project Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini, kami berharap dapat memberikan edukasi yang mumpuni mengenai anemia dan kesehatan reproduksi kepada remaja putri di SMK N 1 Sorkam. Dengan memanfaatkan media animasi dan buku saku, diharapkan informasi yang disampaikan dapat menarik perhatian dan mudah dipahami oleh siswi. Media animasi memiliki kelebihan dalam menyampaikan informasi secara visual yang lebih menarik dan interaktif. Dengan pemanfaatan teknologi ini, kami berharap dapat menarik minat siswi untuk lebih aktif dalam proses pembelajaran.

## **METODE**

### **Desain Penelitian**

Kegiatan ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest–posttest design. Desain ini digunakan untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan tentang anemia. Intervensi yang diberikan berupa edukasi kesehatan menggunakan media video animasi dan buku saku.

### **Populasi dan Sample**

Populasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah seluruh remaja putri yang bersekolah di SMK Negeri 1 Sorkam. Sampel yang digunakan adalah 30 remaja putri kelas X dan XI yang dipilih dengan teknik total sampling, yaitu seluruh peserta yang hadir dan bersedia mengikuti kegiatan edukasi anemia dijadikan sebagai responden.

### **Teknik Pengumpulan Data dan Pengembangan Instrumen**

Data Teknik pengumpulan data dilakukan melalui:

1. Pengukuran pengetahuan (pre-test dan post-test), yaitu pengisian kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan edukasi untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta.
2. Observasi, dilakukan selama kegiatan berlangsung untuk menilai keaktifan dan partisipasi peserta.

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner terstruktur yang disusun oleh tim pengabdian berdasarkan materi anemia yang meliputi pengertian anemia, penyebab, gejala, dampak, serta upaya pencegahan. Kuesioner disusun menggunakan pertanyaan pilihan ganda dengan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh remaja putri.

#### **Teknis Analisis**

Analisis data dilakukan secara deskriptif, yaitu dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test untuk melihat adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi. Data disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan perubahan tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **Hasil**

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia setelah diberikan edukasi kesehatan menggunakan media video animasi dan buku saku. Berdasarkan hasil pre-test, sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman yang terbatas terkait pengertian anemia, penyebab, tanda dan gejala, serta cara pencegahannya. Beberapa peserta masih menganggap anemia sebagai kondisi yang ringan dan tidak berdampak serius terhadap kesehatan.

Setelah dilakukan intervensi edukasi, hasil post-test menunjukkan peningkatan pemahaman yang cukup signifikan. Sebagian besar remaja putri sudah mampu menjelaskan pengertian anemia, menyebutkan faktor penyebab seperti kekurangan zat besi dan pola makan tidak seimbang, serta mengenali gejala anemia seperti mudah lelah, pusing, dan lemah. Selain itu, peserta juga mulai memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang dan kaya zat besi sebagai upaya pencegahan anemia.

Keaktifan peserta selama kegiatan juga mengalami peningkatan, yang terlihat dari antusiasme dalam mengikuti diskusi dan bertanya terkait materi yang disampaikan. Media video animasi dinilai menarik dan mudah dipahami, sedangkan buku saku berfungsi sebagai media pendukung yang dapat digunakan peserta sebagai bahan bacaan mandiri setelah kegiatan selesai.

#### **Pembahasan**

Peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi menunjukkan bahwa metode penyampaian materi menggunakan video animasi dan buku saku efektif dalam kegiatan promosi kesehatan. Media visual seperti video animasi mampu menarik perhatian remaja dan membantu menyederhanakan informasi kesehatan yang bersifat kompleks. Hal ini sejalan dengan konsep promosi kesehatan yang menekankan pentingnya media edukasi yang sesuai dengan karakteristik sasaran.

Buku saku yang dibagikan kepada peserta berperan sebagai penguat informasi yang memungkinkan peserta untuk mengulang kembali materi yang telah disampaikan. Kombinasi antara media audiovisual dan media cetak terbukti dapat meningkatkan daya serap informasi serta mempertahankan pengetahuan dalam jangka waktu yang lebih lama.

Hasil kegiatan ini mendukung teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan langkah awal dalam perubahan sikap dan perilaku kesehatan. Dengan meningkatnya pengetahuan remaja putri mengenai anemia, diharapkan akan terbentuk sikap positif terhadap pola makan sehat dan kepedulian terhadap kesehatan reproduksi.

Namun demikian, kegiatan ini memiliki keterbatasan, antara lain belum dilakukannya pengukuran perubahan perilaku secara langsung dalam jangka panjang. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan edukasi yang berkelanjutan serta dukungan dari pihak sekolah dan tenaga kesehatan untuk memastikan perubahan pengetahuan dapat diikuti dengan perubahan perilaku nyata dalam kehidupan sehari-hari.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan edukasi kesehatan reproduksi remaja putri yang dilaksanakan di SMK Negeri 1 Sorkam telah berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta tentang anemia dan pentingnya gizi seimbang. Melalui metode yang inovatif, yaitu penayangan video animasi dan distribusi buku saku, peserta menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman mengenai gejala, penyebab, dan pencegahan anemia.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa, setelah mengikuti program, peserta tidak hanya lebih memahami isu kesehatan yang relevan, tetapi juga terdorong untuk mengubah pola makan mereka menuju pilihan yang lebih sehat. Kehadiran dukungan dari lingkungan dan keterlibatan peserta dalam penyebaran informasi kepada teman-teman mereka menandakan potensi untuk menciptakan efektivitas jangka panjang dari program ini.

Meskipun demikian, masih terdapat tantangan terkait stigma sosial yang mungkin menghalangi diskusi terbuka mengenai kesehatan reproduksi, yang perlu diatasi agar pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan secara luas.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Badan Kesehatan Dunia (WHO). (2020). Adolescent health: A review of the literature. Diakses dari <https://www.who.int/adolescent-health>
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Pedoman Pelaksanaan Program Kesehatan Reproduksi Remaja. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kusumawati, E. (2019). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 99-105.
- Lestari, H., & Iskandar, A. (2021). Penggunaan Media Animasi dalam Pendidikan Kesehatan Remaja di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(1), 55-63.
- Permenkes RI No. 30 Tahun 2013. (2013). Pedoman Pelayanan Kesehatan Reproduksi bagi Remaja. Diakses dari <http://v2.kemkes.go.id>
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2022). Data Anemia Pada Remaja Putri di Indonesia. Diakses dari <https://pusdatin.kemkes.go.id>
- Razak, I. (2020). Kesehatan Reproduksi Remaja: Teori dan Praktik. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sari, D., & Rahman, A. (2021). Efektivitas Edukasi Melalui Video Animasi terhadap Pengetahuan Anemia pada Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 12-18.

- Surat Edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2019). Integrasi Pendidikan Kesehatan di Sekolah. Diakses dari <http://kemdikbud.go.id>
- Widyastuti, S. (2020). Peran Buku Saku dalam Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 6(2), 101-110.