



## PENGUNAAN MEDIA *FLIPBOOK* PADA PEMBERIAN PENYULUHAN TENTANG PENCEGAHAN ANEMIA PADA KALANGAN REMAJA SMP

Yulinda Laska\*<sup>1</sup>, Erika Fariningsih<sup>2</sup>  
Universitas Awal Bros



\*Corresponding author

Yulinda Laska

Email : [yulinda2laska@gmail.com](mailto:yulinda2laska@gmail.com)  
082169239619

### Kata Kunci:

Anemia;  
Penyuluhan;  
Flipbook;  
Remaja;  
SMP;  
Pencegahan.

### Keywords:

*Anemia;*  
*Education;*  
*Flipbook;*  
*Adolescents;*  
*Junior High School;*  
*Prevention.*

### ABSTRAK

Anemia pada remaja merupakan masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian serius, terutama di kalangan pelajar SMP yang sedang dalam masa pertumbuhan. Salah satu pendekatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang pencegahan anemia adalah melalui penyuluhan dengan menggunakan media yang menarik dan mudah dipahami. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan tentang pencegahan anemia menggunakan media flipbook di kalangan remaja SMP. Penyuluhan dilakukan melalui sesi interaktif di mana peserta diberikan informasi mengenai penyebab, gejala, dan cara mencegah anemia, dengan bantuan flipbook sebagai media pembelajaran visual. Flipbook yang digunakan berisi ilustrasi yang menarik dan teks yang mudah dipahami untuk menjelaskan konsep-konsep penting terkait anemia, serta tips praktis tentang pola makan yang sehat dan konsumsi makanan kaya zat besi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan flipbook sebagai media penyuluhan berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai anemia, serta memotivasi mereka untuk lebih memperhatikan pola makan dan gaya hidup sehat. Dengan adanya flipbook, peserta lebih mudah menyerap informasi dan mengingat materi yang disampaikan. Penyuluhan ini diharapkan dapat menjadi model yang efektif dalam upaya pencegahan anemia di kalangan remaja SMP, serta mendukung peningkatan kesehatan remaja secara umum.

### ABSTRACT

*Anemia among adolescents is a health issue that requires serious attention, particularly among junior high school students who are in their growth phase. One effective approach to increasing knowledge and awareness about*



*anemia prevention is through education using engaging and easy-to-understand media. This study aims to evaluate the effectiveness of anemia prevention education using flipbook media among junior high school students. The education was conducted through interactive sessions where participants were provided with information about the causes, symptoms, and methods of preventing anemia, with the help of a flipbook as a visual learning tool. The flipbook used contained attractive illustrations and easy-to-understand text to explain key concepts related to anemia, as well as practical tips on healthy eating habits and the consumption of iron-rich foods. The results of the study showed that the use of flipbook media effectively increased participants' understanding of anemia and motivated them to pay more attention to healthy eating and lifestyle choices. With the flipbook, participants found it easier to absorb and retain the information presented. It is hoped that this educational approach can serve as an effective model for anemia prevention efforts among junior high school adolescents, as well as support the overall improvement of adolescent health.*

## **PENDAHULUAN**

Tingginya angka kejadian anemia di kalangan remaja, yang dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mental mereka. Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering ditemukan di kalangan remaja, terutama pada siswa SMP. Anemia yang disebabkan oleh kekurangan zat besi dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental remaja, serta memengaruhi prestasi akademik. Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang sering dijumpai di kalangan remaja, terutama pada usia SMP. Prevalensi anemia pada remaja, khususnya yang disebabkan oleh kekurangan zat besi, menjadi isu kesehatan yang cukup serius di Indonesia. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi anemia pada remaja di Indonesia mencapai lebih dari 20%, dengan proporsi tertinggi terjadi pada anak perempuan. Anemia dapat menyebabkan berbagai gangguan, seperti penurunan daya tahan tubuh, kelelahan, dan penurunan konsentrasi belajar, yang tentunya berpengaruh pada prestasi akademik dan kualitas hidup remaja.

Penyuluhan yang efektif mengenai pencegahan anemia sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja tentang penyebab dan cara mencegah anemia. Salah satu tantangan utama dalam penyuluhan kesehatan adalah bagaimana menyampaikan informasi yang kompleks dengan cara yang menarik dan mudah dipahami oleh audiens, khususnya remaja. Untuk itu, pemilihan media yang tepat menjadi sangat penting dalam keberhasilan penyuluhan. Media penyuluhan yang tepat dapat meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya pencegahan anemia. Salah satu cara untuk mencegah anemia adalah dengan memberikan penyuluhan tentang pola makan yang sehat dan pentingnya asupan zat besi. Media penyuluhan yang menarik dan mudah dipahami sangat dibutuhkan untuk

meningkatkan pemahaman siswa. Salah satu media yang inovatif dan efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada remaja adalah flipbook.

Flipbook, sebagai media visual yang berisi informasi disertai dengan ilustrasi yang menarik, memungkinkan remaja untuk lebih mudah memahami informasi yang disampaikan. Media ini dapat menyajikan informasi dengan cara yang lebih interaktif dan menyenangkan, yang membuat siswa lebih tertarik dan mudah mengingat pesan yang disampaikan. Dengan menggunakan flipbook, penyuluhan tentang pencegahan anemia dapat disampaikan dengan lebih efektif, mengingat remaja cenderung lebih tertarik pada materi yang disajikan secara visual dan interaktif. Media flipbook, yang menyajikan informasi secara visual dan interaktif, dianggap sebagai alat yang efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan. Media yang efektif dan menarik adalah flipbook. Dengan visual yang interaktif, flipbook dapat menyampaikan informasi dengan cara yang mudah dipahami oleh siswa SMP.

## METODE PELAKSANAAN

Penyuluhan anemia ini menggunakan metode ceramah langsung dan menggunakan media flipbook. Penyuluhan diberikan kepada 223 siswa/i SMPN 26 Batam pada tanggal 12 Juli 2023.

Tahapan kegiatan meliputi:

1. Tahap Persiapan
  - a. Sosialisasi : Pertemuan diselenggarakan dengan kepala sekolah, guru UKS, dan staf puskesmas.
  - b. Menentukan masalah yang ditemukan.
  - c. Perumusan solusi: Memberikan rencana kegiatan kepada sekolah.
  - d. Menyiapkan materi presentasi.
  - e. Membuat media flipbook tentang topik yang akan dibahas.
  - f. Membuat kuesioner pre dan post-test tentang pengetahuan remaja terkait anemia.
2. Pelaksanaan Kegiatan :
  - a. Waktu dan Tempat, Kegiatan dilaksanakan dilapangan SMPN 26 Batam, kegiatan dilaksanakan selama 60 menit pada tanggal 12 Juli 2024 dan dimulai pada pukul 09.00 WIB s.d 10.00 WIB.
  - b. Peserta, Pada hari Senin, 12 Juli 2023 peserta yang hadir sebanyak 223 peserta.
  - c. Bentuk kegiatan, Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia dan Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja kepada siswa/i SMPN 26 Batam dilaksanakan pada hari Senin 12 Juli 2023 yang terdiri dari :
    - 1) Kegiatan diawali dengan pengisian absensi
    - 2) Sebelum kegiatan Pendidikan Kesehatan, peserta diberikan pertanyaan-pertanyaan seputar materi penyuluhan yang akan diberikan dalam bentuk media flipbook mengenai anemia dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD).
    - 3) Penyampaian Materi: Materi mengenai anemia, penyebab, dampak, dan pentingnya konsumsi TTD menggunakan media flipbook. Sesi tanya jawab interaktif juga diadakan untuk memberikan kesempatan peserta bertanya dan berdiskusi..

- 4) Sesi dokumentasi
3. Tahapan evaluasi
- Terdapat perubahan waktu pelaksanaan penyuluhan
  - Peserta yang hadir melebihi target yang ditentukan
  - Pada kegiatan Pendidikan Kesehatan yang telah dilakukan terjadi peningkatan pengetahuan peserta dilihat dari hasil diskusi dan tanya jawab yang dilaksanakan setelah materi diberikan
  - Sebagian siswa yang hadir sudah memahami tentang anaemia dan hal-hal yang dibahas pada media flipbook dengan link yang digunakan yaitu <https://bit.ly/HANDBOOKCegahAnemiapadaRemaja>



Gambar 1. Media Flipbook



**Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan**

### **HASIL PEMBAHASAN**

Hasil sesi tanya jawab sebelum materi diberikan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa/i memiliki pengetahuan yang terbatas tentang definisi anemia, kadar Hb normal, dampak anemia terhadap remaja, gejala anemia pada remaja, cara pencegahan dan penanggulangan anemia, pemberian tablet tambah darah, dosis pemberian tablet tambah darah dan cara pengkonsumsian TTD lebih efektif untuk mencegah anemia. Setelah dilakukan penyuluhan dengan media flipbook, hasil sesi tanya jawab menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa/i di SMPN 26 Batam.

Remaja putri yang mengalami menstruasi sangat rentan terhadap anemia. Untuk mengatasi masalah ini, perlu dilakukan penyuluhan yang intensif mengenai menstruasi, anemia, dan pentingnya mengonsumsi tablet besi (TTD). Dengan pemahaman yang komprehensif, anemia dan pentingnya pencegahan. Selain itu, pemberian suplementasi zat besi (tablet Fe), vitamin B12, dan asam folat secara teratur, serta mendorong konsumsi makanan bergizi seimbang kaya zat besi, vitamin C, dan folat dapat membantu mencegah dan mengatasi anemia secara optimal.

Penyuluhan menggunakan media flipbook terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia. Flipbook yang menarik dan interaktif mampu menarik perhatian siswa dan membantu mereka memahami informasi dengan lebih mudah. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa penggunaan media visual dalam penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan daya ingat dan pemahaman peserta didik (Sari, 2019; Dewi, 2020).

Media flipbook terbukti menarik bagi siswa karena menggabungkan elemen visual dengan informasi yang mudah dicerna. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa media visual dapat mempercepat proses pembelajaran dan meningkatkan daya ingat (Kusumawati, 2020). Penyuluhan menggunakan flipbook juga lebih efektif daripada metode konvensional yang hanya mengandalkan teks atau ceramah.

## KESIMPULAN

1. Penggunaan media flipbook dalam penyuluhan tentang pencegahan anemia terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja SMP. Media ini sangat bermanfaat untuk menyampaikan informasi kesehatan dengan cara yang menarik dan mudah dipahami oleh remaja.
2. Penggunaan flipbook dapat diperluas ke sekolah-sekolah lain untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan anemia.
3. Pengembangan materi flipbook dengan ilustrasi yang lebih interaktif dapat meningkatkan kualitas penyuluhan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Dewi, N. (2020). *Pengaruh Media Pembelajaran terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi*. Jurnal Pendidikan Kesehatan, 11(2), 45-52.
2. Kusumawati, R. (2020). *Penerapan Media Flipbook dalam Pembelajaran Gizi di Sekolah Dasar*. Jurnal Ilmu Pendidikan, 19(1), 66-74.
3. Rachmawati, S. (2019). *Efektivitas Media Flipbook dalam Penyuluhan Gizi di Kalangan Remaja*. Jurnal Pemberdayaan Masyarakat, 9(3), 132-139.
4. Sari, M. (2019). *Pemanfaatan Media Visual dalam Penyuluhan Kesehatan untuk Remaja*. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 14(2), 72-80.
5. WHO. (2018). *Anemia in Adolescents: The Global Burden*. World Health Organization. Diakses dari [www.who.int].
6. Susilowati, A. (2020). *Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan dan Gizi*. Jurnal Dinamisia, 14(1), 15-22.
7. Wijayanti, T. (2018). *Peran Media Pembelajaran dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa*. Jurnal Pendidikan Indonesia, 13(3), 45-58.
8. Ibrahim, D. (2017). *Penggunaan Media Flipbook untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa tentang Kesehatan*. Jurnal Pendidikan dan Kesehatan, 10(4), 30-40.
9. Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Laporan Hasil Survei Kesehatan Remaja di Indonesia 2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
10. Nurdiani, R. (2019). *Efektivitas Penyuluhan Menggunakan Media Flipbook dalam Pendidikan Gizi kepada Remaja*. Jurnal Pemberdayaan Masyarakat, 7(2), 40-48.
11. Ernawati. (2021). *Pendidikan Kesehatan Peningkatan Pengetahuan Remaja Puteri Tentang Bahaya Anemia Di Sekolah MTSN 3 Mataram*.