

EDUKASI PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DENGAN PEMENUHAN ZAT GIZI MELALUI MEDIA VIDEO

Arida Ika Mandasari¹, Rina Sri Widayati²
arida.students@aiska-university.ac.id
Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

RINGKASAN

Latar Belakang: Salah satu masalah gizi remaja putri yaitu anemia. Anemia akan berdampak pada tingkat kesehatan remaja putri seperti menurunnya kemampuan konsentrasi belajar dan pertumbuhan tinggi badan tidak optimal. Berdasarkan data Kemenkes RI tahun 2021 prevalensi anemia pada remaja putri adalah 22,7%. Penyebab anemia remaja putri adalah pertumbuhan dan perkembangan, menstruasi, citra tubuh ideal, serta pola makan tidak sehat. Adapun upaya pencegahan anemia pada remaja putri adalah dengan Pedoman Gizi Seimbang (PGS) dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Isi piringku merupakan pedoman makanan yang sesuai dengan PGS. Project ini tidak terlepas dari penelitian terdahulu, berdasarkan penelitian dari Nurjannah dan Putri (2021) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia. Bidan dapat memberikan KIE dengan jenis luaran berupa media video. Video merupakan media elektronik yang mampu menggabungkan audio dan visual secara bersama sehingga menghasilkan suatu tayangan yang dinamis dan menarik. **Metode:** metode luaran KIE yang digunakan berupa video yang berjudul “Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Dengan Pemenuhan Zat Gizi Melalui Media Video” dibuat menggunakan aplikasi canva. **Hasil:** video yang berjudul “Remaja Cantik Berseri Bebas Anemia” dengan durasi putar 05.38 menit. **Kesimpulan:** telah terciptanya media video untuk memberikan informasi dan pengetahuan pada remaja putri sebagai upaya mencegah anemia dengan pemenuhan zat gizi. **Saran:** Remaja putri patuh dalam konsumsi TTD dan memperhatikan asupan gizi agar tidak menderita Anemia.

Kata Kunci : *Remaja Putri, Anemia, Zat Gizi, Media Video*

