



Edukasi Pencegahan Anemia pada Anak Balita melalui Media Brosur di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Banyuanyar Sampang

Fadean Stefany¹, Laras Eka Nur Hasanah², Dicka Indo Putri³, Ulin Maulina⁴, Rofiyah⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Nazhatut Thullab Al Muafa, Indonesia

Korespondensi: stefanyfadean31@gmail.com

Abstract. *Anemia among toddlers remains a significant nutritional problem, often linked to limited parental knowledge of iron supplementation adherence and inappropriate feeding practices. This community service program aimed to improve parents' knowledge and nutritional awareness regarding toddler anemia prevention through brochure-based educational interventions conducted in the working area of UPTD Puskesmas Banyuanyar, Sampang. The program applied an educational, participatory, and practical approach comprising preparation, implementation, and evaluation stages. Preparation involved stakeholder coordination and brochure development, while implementation included interactive counseling, local food demonstrations, and nutritional consultations. Program effectiveness was evaluated using pre-test and post-test instruments with quantitative and qualitative assessments. The results showed a considerable increase in participants' knowledge, with at least a 30% improvement in understanding anemia risks, appropriate feeding practices, limiting iron absorption inhibitors such as tea, and utilizing affordable local iron-rich foods, including chicken liver and moringa leaves. Participant attendance exceeded 80%, reflecting strong engagement and positive responses to the visual materials. Sustainability was supported through the transfer of brochure master designs to the primary health center and the empowerment of Posyandu cadres as community change agents. Brochure-based education effectively enhances family nutritional literacy and supports optimal toddler growth and development.*

Keywords: *Anemia, Toddlers, Nutritional Education, Brochure Media, Posyandu*

Abstrak. Anemia pada balita masih menjadi masalah gizi yang berkaitan dengan rendahnya pengetahuan orang tua tentang pemberian zat besi dan praktik pemberian makan yang kurang tepat. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran gizi orang tua dalam mencegah anemia pada balita melalui edukasi berbasis brosur di wilayah kerja UPTD Puskesmas Banyuanyar, Sampang. Kegiatan dilaksanakan dengan pendekatan edukatif, partisipatif, dan praktis melalui tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pemangku kepentingan serta penyusunan media brosur. Tahap pelaksanaan mencakup penyuluhan interaktif, demonstrasi pemanfaatan pangan lokal, dan konsultasi gizi. Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen pre-test dan post-test secara kuantitatif dan kualitatif. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta sedikitnya 30% terkait risiko anemia, praktik pemberian makan yang tepat, pembatasan konsumsi teh sebagai penghambat penyerapan zat besi, serta pemanfaatan pangan lokal sumber zat besi, seperti hati ayam dan daun kelor. Kehadiran peserta melebihi 80% dengan respons positif terhadap media visual. Program ini juga memperkuat peran kader Posyandu sebagai agen perubahan untuk mendukung peningkatan literasi gizi keluarga dan tumbuh kembang balita secara optimal.

Kata Kunci: Anemia, Balita, Edukasi Gizi, Media Brosur, Posyandu

1. LATAR BELAKANG

Sebagai salah satu tantangan global dalam sektor kesehatan masyarakat, anemia hingga kini masih terus mengancam berbagai lini usia, baik di lingkup negara berkembang maupun negara maju. Manifestasi klinis dari kondisi ini diidentifikasi melalui penurunan sintesis hemoglobin di bawah ambang batas fisiologis, yang berimplikasi langsung pada terhambatnya kapasitas transportasi oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Sebagian besar kasus dipicu oleh faktor defisiensi zat besi, menjadikannya sebuah anomali nutrisi krusial yang berpotensi mendegradasi kualitas hidup serta tingkat produktivitas penderitanya (Purbowati et al. 2024; Sirajul dan Roza 2023).

Eskalasi risiko anemia tidak sekadar mengancam kelompok ibu hamil, tetapi juga mengintai kelompok anak-anak serta remaja putri. Kerentanan yang tinggi pada segmen remaja putri utamanya dipicu oleh kehilangan darah rutin melalui siklus menstruasi, yang diperparah oleh ketidakcukupan asupan zat besi harian. Merujuk pada tingginya angka prevalensi kasus ini di Indonesia, pemosisian fokus intervensi melalui tindakan preventif dan diseminasi edukasi sejak dini mutlak diperlukan (Podungge, Sri, dan Sri 2022; Purbowati et al. 2024).

Dampak komplikasi anemia akan jauh lebih multiplikatif apabila terjadi pada masa kehamilan, mengingat dampaknya yang berinteraksi langsung dengan keselamatan ibu dan janin. Fase gestasi yang disertai dengan kekurangan zat besi kronis berkorelasi kuat terhadap peningkatan insidensi kelahiran prematur, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), hingga risiko mortalitas maternal maupun neonatal. Oleh sebab itu, pemenuhan kebutuhan mikronutrien ini wajib dioptimalkan melalui kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) serta implementasi pola diet gizi seimbang demi mewujudkan kehamilan yang sehat (Sirajul dan Roza 2023).

Di samping aspek fisiologis, dimensi kognitif berupa tingkat pengetahuan masyarakat juga memegang peranan yang signifikan dalam fluktuasi angka kejadian anemia. Tingginya prevalensi penyakit ini sering kali berakar dari minimnya literasi publik mengenai pemenuhan gizi seimbang, jenis sumber makanan kaya zat besi, dan langkah-langkah pencegahannya. Dalam konteks ini, intervensi berupa edukasi kesehatan terbukti efektif sebagai instrumen pengungkit kesadaran publik yang mampu menstimulasi perubahan perilaku konsumsi nutrisi harian (Pibriyanti et al. 2024; Sutrio et al. 2024).

Strategi preventif guna menekan laju kasus anemia dapat diakomodasi melalui berbagai pendekatan terpadu, seperti penyuluhan gizi, penguatan kapasitas kader kesehatan, serta sosialisasi secara massal. Pelaksanaan program edukasi yang berkesinambungan diharapkan mampu mendongkrak pemahaman publik mengenai pentingnya asupan makanan padat nutrisi

sekaligus meningkatkan kepatuhan konsumsi suplemen zat besi. Melalui konsistensi upaya tersebut, angka kejadian anemia diharapkan dapat direduksi secara signifikan demi tercapainya derajat kesehatan masyarakat yang optimal (Ayu, Pangestuti, dan Armansyah 2024; Sutrio et al. 2024).

2. METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan edukatif, partisipatif, dan aplikatif. Pendekatan ini menekankan pada keterlibatan aktif orang tua balita (khususnya ibu) dalam proses pembelajaran mengenai pemenuhan gizi anak. Metode dirancang agar bersifat komunikatif, mudah dipahami oleh masyarakat awam, dan memberikan solusi praktis dalam pencegahan anemia di tingkat rumah tangga.

1. Tahapan Pelaksanaan Metode pelaksanaan kegiatan meliputi beberapa tahapan sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

1. Melakukan koordinasi dengan UPTD Puskesmas Banyuwangor dan kader Posyandu setempat untuk menentukan jadwal kegiatan yang selaras dengan hari buka Posyandu.
2. Menyusun materi edukasi yang berfokus pada pencegahan anemia balita, kebutuhan zat besi, dan pola asuh makan.
3. Mendesain dan mencetak media edukatif berupa **brosur atau leaflet** yang menarik, menggunakan bahasa yang sederhana, dan dilengkapi visual yang informatif.
4. Menyusun instrumen evaluasi berupa kuesioner *pre-test* dan *post-test* (lisan atau tertulis) untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah intervensi.

b. Tahap Pelaksanaan Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam bentuk penyuluhan kelompok di unit Posyandu dengan agenda sebagai berikut:

1. **Penyuluhan Interaktif:** Penjelasan mengenai pengertian anemia pada balita, tanda-tanda anak kurang darah, serta dampak buruknya terhadap pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak.
2. **Edukasi Media Brosur/Leaflet:** Pembagian brosur kepada setiap peserta. Tim pengabdian membimbing ibu untuk membaca dan memahami poin-poin penting dalam brosur, seperti daftar makanan lokal kaya zat besi dan tips pemberian makan.

3. **Diskusi Strategi Pemberian Makan:** Sesi berbagi pengalaman mengenai cara mengatasi anak yang sulit makan sayur atau daging (sumber zat besi) serta pentingnya pemberian buah kaya Vitamin C untuk membantu penyerapan zat besi.
4. **Tanya Jawab Terbuka:** Peserta diberikan kesempatan untuk berkonsultasi mengenai kendala dalam penyediaan menu gizi seimbang bagi balita di rumah.

c. Tahap Evaluasi dan Refleksi

1. Mengukur peningkatan pengetahuan peserta melalui perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*.
 2. Melakukan evaluasi bersama kader Posyandu untuk menilai antusiasme dan respon ibu-ibu balita terhadap media brosur yang dibagikan.
 3. Menyusun laporan hasil kegiatan sebagai bahan evaluasi untuk keberlanjutan program kesehatan di wilayah tersebut.
- 2. Metode Evaluasi** Evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas penggunaan media brosur/leaflet dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua. Evaluasi dilakukan melalui:
- 1. Evaluasi Kuantitatif** Dilakukan dengan menganalisis data kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan yang meliputi:
 - Pemahaman mengenai bahaya anemia bagi tumbuh kembang balita.
 - Kemampuan mengidentifikasi sumber makanan lokal yang mengandung zat besi.
 - Pengetahuan tentang pembatasan penghambat zat besi (seperti konsumsi teh berlebihan pada anak).
 - Pemahaman mengenai porsi makan balita sesuai pedoman gizi seimbang.
 - 2. Evaluasi Kualitatif** Dilakukan melalui:
 - Observasi keaktifan dan partisipasi ibu dalam sesi diskusi.
 - Umpan balik lisan dari peserta mengenai kemudahan memahami isi brosur/leaflet yang diberikan.
 - Kesaksian ibu mengenai komitmen untuk mengubah pola makan anak setelah mendapatkan edukasi.
 - 3. Indikator Keberhasilan** Keberhasilan kegiatan diukur berdasarkan indikator berikut:
 1. Peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta minimal 30% antara *pre-test* dan *post-test*.
 2. Kehadiran dan keterlibatan aktif peserta (minimal 80% dari target sasaran ibu balita yang hadir di Posyandu).

3. Peserta membawa pulang brosur/leaflet sebagai panduan mandiri untuk diterapkan dalam pengolahan makanan di rumah.
4. Adanya dukungan dari kader Posyandu untuk terus menyosialisasikan isi brosur kepada warga yang tidak hadir.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertajuk "Pencegahan Anemia pada Anak Balita melalui Edukasi Media Brosur" di wilayah kerja UPTD Puskesmas Banyuwangor Sampang telah berhasil direalisasikan melalui pendekatan edukatif, partisipatif, dan aplikatif. Intervensi ini dirancang secara khusus untuk mengatasi masalah rendahnya literasi orang tua mengenai vitalnya zat besi serta dampak laten anemia terhadap kecerdasan dan daya tahan tubuh balita. Melalui strategi Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE), tim pengabdian mendistribusikan media visual berupa brosur atau leaflet yang berfungsi sebagai alat pengingat mandiri bagi para ibu di rumah. Pendekatan ini terbukti efektif dalam memfasilitasi transfer pengetahuan secara langsung karena media yang digunakan memanfaatkan bahasa yang sederhana dan dilengkapi visualisasi yang informatif bagi masyarakat awam.



Gambar 1. Kegiatan PKM

Sumber: PKM, 2026

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi pencegahan anemia pada balita yang melibatkan dosen, mahasiswa, tenaga kesehatan, kader Posyandu, serta ibu balita sebagai sasaran utama. Kegiatan dilaksanakan melalui penyampaian informasi mengenai pentingnya pemenuhan zat besi, penerapan praktik pemberian makan yang tepat, pemilihan pangan lokal kaya zat besi, serta upaya menghindari faktor yang dapat menghambat penyerapan zat besi. Antusiasme peserta selama kegiatan menunjukkan adanya respons positif terhadap materi yang

diberikan dan mencerminkan tingginya kepedulian masyarakat terhadap kesehatan balita. Melalui edukasi ini, diharapkan pengetahuan dan kesadaran orang tua semakin meningkat sehingga mampu menerapkan perilaku gizi yang tepat untuk mencegah anemia serta mendukung tumbuh kembang balita secara optimal.

Dalam pelaksanaannya, materi edukasi difokuskan untuk mereduksi pola asuh gizi yang kurang tepat, seperti rendahnya asupan protein hewani, kebiasaan melewatkan sarapan, serta minimnya konsumsi serat pada anak. Selain memberikan pemahaman teoritis mengenai aturan pemberian makan (*feeding rules*) sesuai panduan "Isi Piringku", orang tua balita juga dibekali pengetahuan praktis mengenai interaksi zat gizi. Tim pengabdian menekankan pentingnya sinergi Vitamin C dalam mengoptimalkan penyerapan zat besi serta memberikan penegasan untuk menghindari konsumsi teh atau kopi setelah makan yang dapat menghambat penyerapan mikronutrien tersebut. Melalui sesi diskusi interaktif dan tanya jawab terbuka, para peserta diajak untuk mengidentifikasi kembali kebiasaan makan anak yang kurang sehat dan berkomitmen untuk memperbaikinya demi menunjang fase tumbuh kembang yang optimal.

Pembahasan mengenai keterbatasan akses informasi visual dipecahkan melalui demonstrasi pemanfaatan potensi pangan lokal Sampang yang terjangkau dan mudah diperoleh, seperti hati ayam dan daun kelor. Langkah ini diambil sebagai respons atas minimnya pengetahuan masyarakat mengenai diversifikasi pangan lokal sebagai sumber utama zat gizi mikro. Selama proses penyuluhan, orang tua diberikan contoh konkret mengenai cara pengolahan bahan makanan kaya zat besi tersebut agar lebih menarik dan mudah dikonsumsi oleh balita. Pengenalan diversifikasi pangan berbasis lokal ini menjadi solusi taktis bagi hambatan ekonomi keluarga, sekaligus memberikan referensi menu harian yang aplikatif untuk mencegah terjadinya defisiensi zat besi secara kronis pada anak.

Keberhasilan dan efektivitas dari intervensi edukasi gizi ini diukur secara kuantitatif melalui metode pengujian awal (*pre-test*) dan pengujian akhir (*post-test*). Berdasarkan indikator keberhasilan yang telah ditetapkan, kegiatan ini mampu menstimulasi peningkatan pemahaman dan pengetahuan peserta minimal sebesar 30% mengenai bahaya anemia, porsi makan seimbang, dan sumber zat besi. Tingkat partisipasi dan kehadiran orang tua balita di unit Posyandu terpantau sangat tinggi, yaitu mencapai target minimal 80% dari total sasaran yang diundang. Hasil evaluasi kualitatif melalui observasi lapangan menunjukkan adanya antusiasme yang tinggi, keaktifan dalam sesi konsultasi, serta respons positif terhadap kemudahan memahami pesan kesehatan yang tertuang dalam media cetak brosur tersebut.

Guna menjamin dampak jangka panjang yang berkesinambungan, program pengabdian ini mengintegrasikan strategi pemberdayaan kader Posyandu sebagai *agent of change* yang

didukung penuh oleh pihak UPTD Puskesmas Banyuanyar. Tim pelaksana menyerahkan *master design* serta sisa stok media brosur edukasi agar dapat direproduksi secara mandiri oleh pihak puskesmas maupun kader untuk mengedukasi ibu hamil dan ibu balita baru secara kontinu. Lebih lanjut, koordinasi tindak lanjut diarahkan pada integrasi materi pencegahan anemia ini ke dalam program bulanan Kelas Ibu Balita yang diselenggarakan secara sistematis oleh Puskesmas. Sinergi yang kuat antara institusi pendidikan Universitas Nazhatut Thullab Al-Muafa Sampang dengan fasilitas kesehatan tingkat pertama ini diharapkan mampu mentransformasi perilaku pengasuhan secara permanen, menekan laju prevalensi anemia, dan mewujudkan kemandirian kesehatan keluarga secara optimal.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai pencegahan anemia pada anak balita melalui edukasi media brosur di wilayah kerja UPTD Puskesmas Banyuanyar Sampang dapat disimpulkan berjalan dengan efektif dan mencapai target yang direncanakan. Intervensi edukasi ini berhasil mengatasi permasalahan mendasar terkait rendahnya literasi orang tua mengenai urgensi zat besi serta dampak laten anemia terhadap kecerdasan dan daya tahan tubuh balita.

Selain peningkatan wawasan teoritis, kegiatan ini berhasil meluruskan kekeliruan pola asuh gizi melalui edukasi interaksi zat gizi, seperti pembatasan konsumsi teh yang menghambat penyerapan zat besi, serta pengenalan diversifikasi pangan lokal Sampang yang terjangkau seperti hati ayam dan daun kelor. Keberadaan media edukasi berupa brosur atau leaflet terbukti efektif berfungsi sebagai instrumen pengingat mandiri bagi para ibu untuk menerapkan pola makan gizi seimbang di tingkat rumah tangga.

Berdasarkan hasil yang telah dicapai, disarankan kepada pihak UPTD Puskesmas Banyuanyar untuk mengintegrasikan materi edukasi dan pemanfaatan media brosur ini secara konsisten ke dalam program bulanan Kelas Ibu Balita guna memperluas cakupan intervensi di unit Posyandu lainnya. Bagi para kader Posyandu, diharapkan dapat terus aktif melakukan pendampingan dan konseling gizi secara kontinu pada setiap hari buka Posyandu dengan memanfaatkan media cetak yang telah disediakan. Terakhir, bagi tim pelaksana gizi puskesmas maupun pengabdian selanjutnya, diperlukan adanya pemantauan berkala terhadap fluktuasi kadar hemoglobin (Hb) serta berat badan balita untuk mengevaluasi dampak nyata perubahan perilaku pengasuhan ini terhadap status kesehatan anak dalam jangka panjang.

DAFTAR REFERENSI

- Ayu, Mayang Sari, Dewi Pangestuti, dan Armansyah Armansyah. 2024. "Edukasi Gizi Seimbang untuk Meningkatkan Pengetahuan Kader Posyandu di Kabupaten Batu Bara." *Wahana Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3(1): 1–4.
- Pibriyanti, Kartika, Hanan Marfu, Nasywa Dias Shauqi, Nafidzah Ilma, Meutia Annisa Hafiz, Nashwa Aliya Zahra, Naura Adila M, et al. 2024. "Jurnal Abdimas Kesehatan Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Mengenai Anemia Sebagai Penyedia Makan Keluarga Di Desa Precet , Mantingan , Ngawi Jawa." *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAKes)* 2(2): 12–21.
- Podungge, Yusni, Nurlaily Z Sri, dan Yulianti W.Mile Sri. 2022. "Pemberdayaan Kader dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Anemia." *Jurnal Surya Masyarakat* 4(2): 199–207.
- Purbowati, Rini, Haru Setiawan, Lusiani Tjandra, Putu Oky Aritania, Masfufatun Masfufatun, dan Noer Kumala Indahsari. 2024. "Skrining dan Penyuluhan tentang Anemia pada Kader Posyandu Remaja Mojo Surabaya." *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)* 2(2): 267–75.
- Sirajul, Muna, dan Aryani Roza. 2023. "Edukasi dan pendampingan pada ibu hamil dengan anemia dan upaya pencegahannya di wilayah kerja puskesmas sakti." *Communnity Development Journal* 4(5): 9618–22.
- Sutrio, Sutrio, Agus Purnomo, Siti Julaiha, dan Retno Puji Hastuti. 2024. "Penyuluhan gizi tentang anemia dan demonstrasi pembuatan combro hati ayam makanan tinggi zat besi sebagai upaya pencegahan anemia." *ABDI UNISAP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2(2018): 59–64.