

Hasil Pemasaran Sosial Kesehatan Anemia Pada Remaja Putri Melalui Media Sosial Instagram

Adella Silvany Lubis¹, Nening Siti Khoeriah², Nira Qurrotul Ain³, Raisa Azkia Utami⁴, Siti Faridah Sathiah N. A⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Siliwangi, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Adella Silvany Lubis

E-mail: Adellasilvany909@gmail.com

Abstrak

Penulisan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran remaja putri terhadap masalah anemia yang masih tinggi prevalensinya, khususnya di wilayah Tasikmalaya, melalui strategi pemasaran sosial kesehatan berbasis media sosial Instagram. Metode yang digunakan berupa penyebaran poster edukatif dalam bentuk template Instagram Story dan polling interaktif di Feed Instagram selama dua minggu. Kegiatan ini ditujukan kepada remaja putri usia 15–24 tahun dengan pendekatan visual dan interaktif yang relevan dengan gaya hidup digital mereka. Hasil evaluasi menunjukkan keterlibatan yang signifikan, dengan 48 pengguna membagikan ulang poster edukatif, 25 responden mengikuti polling, dan lebih dari 1.100 tayangan pada unggahan. Mayoritas responden menilai konten informatif, mudah dipahami, dan mendorong niat untuk menjalani gaya hidup sehat. Meskipun masih terdapat ruang untuk peningkatan interaksi dua arah, kegiatan ini membuktikan bahwa media sosial dapat menjadi sarana efektif dalam kampanye edukasi kesehatan remaja. Kesimpulannya, pendekatan pemasaran sosial melalui Instagram terbukti mampu menyampaikan pesan kesehatan secara luas, membangun kesadaran, dan memotivasi perubahan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri.

Kata kunci - anemia, sosial kesehatan, remaja, media sosial instagram, edukasi kesehatan

Abstract

This study aims to raise awareness among adolescent girls regarding the high prevalence of anemia, particularly in the Tasikmalaya area, through a health social marketing strategy utilizing the Instagram social media platform. The method involved distributing educational posters in the form of Instagram Story templates and conducting interactive polls on Instagram Feeds over a two-week period. The campaign targeted girls aged 15–24 years using a visual and interactive approach aligned with their digital lifestyle. Evaluation results indicated significant engagement, with 48 users reposting the educational templates, 25 participants responding to the polls, and over 1,100 views recorded. Most respondents found the content informative, easy to understand, and motivating toward adopting a healthier lifestyle. Although there is room to improve two-way interactions, the campaign demonstrated that social media can serve as an effective tool for health education among adolescents. In conclusion, the social marketing approach via Instagram effectively delivered health messages, increased awareness, and encouraged behavior change in anemia prevention among adolescent girls.

Keywords - anemia, social health, adolescents, instagram social media, health education

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian serius di berbagai belahan dunia, terutama pada kelompok usia remaja. Kondisi ini ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin dalam darah sehingga mengakibatkan pasokan oksigen ke jaringan tubuh menjadi tidak optimal. Anemia dapat menyebabkan berbagai masalah, seperti melemahnya imunitas tubuh sehingga mudah terserang penyakit, seseorang yang terkena anemia akan mengeluh pusing, mata berkunang-kunang, wajah terlihat pucat, lemas, letih, lesu, lunglai. Kondisi ini dapat berpengaruh pada aktivitas sehari-hari. Pertumbuhan terhambat sebesar 19,7%. Pada masa pertumbuhan tubuh akan sangat mudah terinfeksi, mengakibatkan kebugaran atau kesegaran tubuh berkurang, semangat belajar atau prestasi menurun. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2019 prevalensi anemia secara global pada remaja usia 15–20 tahun mencapai 29,9%. Selain itu, pada tahun 2020 dilaporkan terdapat 1,74 miliar kasus anemia di kalangan remaja secara global, mengalami peningkatan dari 1,42 miliar kasus pada tahun 1990 (Wenno, 2012). Kondisi ini menunjukkan bahwa kasus anemia di kalangan remaja terus meningkat dari waktu ke waktu. Bahkan di kawasan Asia Tenggara, prevalensi anemia pada remaja pada tahun 2016 tercatat berkisar antara 17% hingga 90% (Fikawati, Syafiq, & Veratamala, 2017), menandakan bahwa wilayah ini merupakan salah satu daerah dengan beban anemia yang cukup tinggi.

Indonesia sebagai bagian dari Asia Tenggara juga menghadapi masalah anemia yang signifikan, terutama pada kelompok remaja. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi anemia pada anak usia 5–14 tahun mencapai 26,8%, sementara pada remaja berusia 15–24 tahun lebih tinggi lagi, yaitu sebesar 32%. Angka ini mencerminkan bahwa satu dari tiga remaja di Indonesia mengalami anemia dan paling banyak diderita oleh remaja putri (27,2%) dibanding remaja putra. Anemia pada remaja putra (20,3%). Di tingkat provinsi, Jawa Barat merupakan salah satu wilayah dengan angka prevalensi anemia remaja putri yang cukup tinggi. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2022, prevalensi anemia pada remaja putri di provinsi ini mencapai 41,93% pada tahun 2018. Angka ini menjadikan Jawa Barat sebagai provinsi dengan prevalensi anemia tertinggi kedua di Pulau Jawa (Julaecha, 2020). Tingginya angka ini menjadi perhatian serius karena dapat berdampak langsung terhadap kualitas hidup dan produktivitas remaja, serta berpengaruh pada kesehatan generasi mendatang.

Masalah ini juga terlihat di tingkat kota, seperti di Kota Tasikmalaya. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya tahun 2019, prevalensi anemia pada remaja putri usia 12–19 tahun sebesar 19,6%. Meskipun angka ini lebih rendah dibandingkan tingkat provinsi, namun tetap menunjukkan bahwa hampir satu dari lima remaja putri di Tasikmalaya mengalami anemia. Kondisi ini mencerminkan bahwa anemia masih menjadi isu kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian dan penanganan secara menyeluruh, baik di tingkat nasional maupun daerah. Anemia dapat disebabkan oleh berbagai faktor, di antaranya adalah rendahnya asupan zat besi, vitamin B9 (asam folat), vitamin B12, vitamin C, seng, dan protein. Selain itu, gaya hidup dan kebiasaan makan yang kurang sehat turut memperparah kondisi ini, terutama pada remaja putri yang rentan mengalami anemia akibat menstruasi (Fikawati, Syafiq, & Veratamala, 2017). Namun ada juga faktor lain yang dapat mempengaruhi anemia pada remaja putri seperti rendah dan minimnya motivasi untuk menjalani hidup sehat, kelelahan, ekonomi, dan tingkat pendidikan orang tua (Febrianti et al., 2023; Nurhayati & Khairiah, 2025).

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran remaja, khususnya remaja putri, mengenai anemia melalui pemanfaatan media sosial Instagram dan penyebaran poster edukatif sebagai bentuk implementasi pemasaran kesehatan. Secara khusus, tujuan kegiatan ini meliputi: (1) meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai penyebab, gejala, dampak, serta pencegahan anemia; (2) menumbuhkan kesadaran akan pentingnya pola makan bergizi dan gaya hidup sehat dalam mencegah anemia; (3) menyebarluaskan informasi tentang anemia secara menarik, mudah dipahami, dan dapat diakses secara luas melalui platform digital seperti Instagram dan media cetak

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

seperti poster; serta (4) mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat melalui edukasi visual yang konsisten dan interaktif (Lu'lu, 20024).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas kampanye pemasaran sosial kesehatan mengenai anemia pada remaja putri melalui media sosial Instagram. Desain penelitian yang digunakan adalah quasi-eksperimental dengan pendekatan *one-group post-test only*, di mana intervensi berupa edukasi tentang anemia diberikan melalui konten visual yang disebar dalam bentuk Instagram Story dan Feed, tanpa melibatkan kelompok kontrol. Subjek penelitian adalah remaja putri berusia 15–24 tahun yang aktif menggunakan media sosial, khususnya di wilayah dengan prevalensi anemia yang cukup tinggi seperti Kota Tasikmalaya. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi interaksi pengguna terhadap konten yang dibagikan, menggunakan fitur Instagram Insight yang mencakup jumlah tayangan, likes, repost, saves, dan hasil polling, serta melalui penyebaran angket evaluasi digital yang dikirimkan melalui DM dan WhatsApp. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi template poster edukatif, polling interaktif di Instagram Feed, dan angket penilaian yang mencakup aspek pengetahuan, sikap, serta niat untuk mengubah perilaku. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan persentase dan frekuensi untuk menggambarkan tingkat keterlibatan dan dampak edukasi terhadap perilaku audiens. Kegiatan kampanye ini dilaksanakan selama dua minggu, dimulai pada minggu ke-13 hingga minggu ke-15 perkuliahan, dan seluruh aktivitas dilakukan secara daring melalui platform Instagram.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Strategi dan Hasil Pemasaran Sosial Pencegahan Anemia di Media Sosial

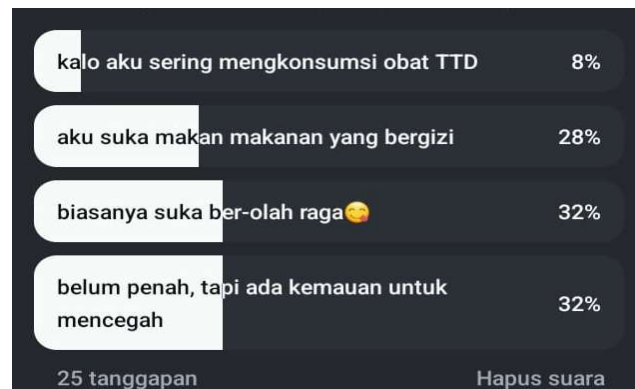
Pemasaran sosial kesehatan mengenai pencegahan anemia pada remaja putri telah dilakukan melalui media sosial Instagram. Strategi yang digunakan terdiri dari dua pendekatan, yaitu penyebaran *Instagram Story* dalam bentuk template interaktif dan unggahan pada *Instagram Feed* yang dilengkapi dengan *polling*. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran serta mendorong perubahan perilaku dalam upaya pencegahan anemia. Pengukuran keberhasilan kegiatan dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat interaksi audiens terhadap konten yang dibagikan, baik melalui *Instagram Story* maupun *Instagram Feed*. Interaksi yang dihitung meliputi jumlah orang yang membagikan template, jumlah responden polling, jumlah *likes*, *shares*, *saves*, tayangan (*reach*), dan jumlah komentar. Data ini diperoleh langsung dari fitur *Instagram Insights* serta hasil polling pada story.



Gambar 1.

Jumlah Audiens Membagikan Template Di Story Instagram

Pada gambar 1, terlihat bahwa template edukasi yang dibagikan melalui Instagram Story telah dibagikan ulang oleh 48 orang. Hal ini menunjukkan bahwa konten visual dan format yang dapat digunakan ulang oleh audiens berpotensi memperluas jangkauan informasi secara organik. Pada unggahan Instagram Feed, dilakukan polling dengan pertanyaan mengenai upaya pencegahan apa saja yang telah dilakukan untuk mencegah anemia pada remaja putri. Pada polling tersebut, sebanyak 25 audiens memberikan tanggapan sebagaimana pada gambar berikut:



Gambar 2.
Hasil Polling Pada Feed Instagram

Dari gambar 2 terlihat bahwa sebagian besar responden sudah mulai memiliki kebiasaan sehat, seperti olahraga dan konsumsi makanan bergizi, meskipun masih rendah dalam hal konsumsi TTD. Adanya persentase yang cukup tinggi pada kategori “belum pernah namun ada kemauan” menunjukkan potensi audiens untuk diarahkan ke perilaku yang lebih sehat melalui intervensi lanjutan. Selain itu, Interaksi pada unggahan feed juga dilihat melalui fitur insight dan menunjukkan keterlibatan audiens sebagai berikut:

Tayangan	1,114
Interaksi	49
Aktivitas profil	4
Suka	44
Bagikan	4
Penyimpanan	1
Komentar	0

Gambar 3.
Insight Postingan Instagram

Meskipun jumlah komentar pada unggahan masih minim cenderung tidak ada, namun data keterlibatan lainnya menunjukkan bahwa konten memiliki daya tarik visual dan informatif yang cukup baik. Minimnya komentar dapat menjadi catatan untuk strategi ke depan, seperti menambahkan pertanyaan terbuka atau ajakan berdiskusi agar meningkatkan interaksi dua arah.

Berikut ini adalah rekapitulasi hasil interaksi audiens terhadap konten pemasaran sosial yang dilakukan:

Tabel 1.

Rekapitulasi Hasil Interaksi Audiens pada Media Sosial Instagram	
Jenis Interaksi	Jumlah / Persentase
Template dibagikan melalui Story	48 orang
Jumlah peserta polling	25 orang
Hasil polling :	
• Sering mengonsumsi TTD	8%
• Suka makan makanan bergizi	28%
• Suka berolahraga	32%
• Belum pernah, tetapi memiliki kemauan	32%
Likes pada feed	44
Share feed	4
Save feed	3
Tayangan feed (reach)	1.114
Komentar	Minim / tidak ada

Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa media sosial, terutama Instagram, dapat menjadi alat yang efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan kepada remaja. Pendekatan interaktif, visual, dan partisipatif terbukti mampu menjangkau audiens secara luas dan mendorong kesadaran terhadap pentingnya pencegahan anemia.

2. Monitoring dan Evaluasi Kegiatan

Kegiatan monitoring dilakukan secara aktif untuk memastikan kampanye promosi kesehatan berjalan sesuai rencana dengan prinsip SMART. Pemantauan dilakukan melalui interaksi di Instagram seperti jumlah views, likes, shares, saves, dan hasil polling. Data diperoleh dari fitur Instagram Insight. Evaluasi menunjukkan mayoritas audiens menilai poster digital edukatif tentang anemia sangat mudah dipahami (60%) dan informatif (68%). Desain poster dinilai menarik oleh sebagian besar responden, meskipun masih ada saran untuk meningkatkan visual agar lebih sesuai dengan preferensi remaja, seperti penggunaan gaya kartun atau infografis interaktif. Poster juga terbukti memotivasi audiens:

- 60% merasa lebih peduli terhadap isu anemia,
- 51,4% sangat berniat mengubah perilaku menjadi lebih sehat,
- 45,7% sangat bersedia menyebarkan informasi,
- 48,6% merasa poster mendorong mereka menjadi agen edukasi di lingkungan sekitar.

Meskipun tanggapan umumnya positif, terdapat masukan untuk menambahkan informasi lebih mendalam, seperti daftar makanan tinggi zat besi atau klarifikasi mitos dan fakta anemia.

Berdasarkan hal tersebut tersimpulkan bahwa poster digital ini efektif sebagai media promosi kesehatan yang meningkatkan kesadaran, pengetahuan, serta mendorong perubahan sikap dan perilaku remaja putri dalam mencegah anemia.

KESIMPULAN

Program pemasaran sosial kesehatan tentang anemia pada remaja putri melalui media sosial Instagram menunjukkan hasil yang positif. Strategi berupa penyebaran poster edukatif melalui Instagram Story dan polling interaktif di Feed berhasil meningkatkan jangkauan informasi dan keterlibatan audiens. Template edukatif dibagikan ulang oleh 48 orang, polling diikuti oleh 25

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

responden, dan postingan mencapai 1.114 tayangan. Ini menandakan bahwa media sosial, khususnya Instagram, efektif sebagai sarana edukasi kesehatan yang visual, interaktif, dan dekat dengan kehidupan remaja. Meskipun belum semua responden menunjukkan perubahan perilaku, sebagian besar menunjukkan peningkatan kesadaran dan keinginan untuk menjalani gaya hidup sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Andy Muharry, S.K.M., M.P.H., selaku dosen pengampu mata kuliah Pemasaran Sosial Kesehatan, atas bimbingan, arahan, dan motivasi yang telah diberikan selama proses penyusunan dan pelaksanaan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada seluruh responden, khususnya remaja putri yang telah berpartisipasi aktif dalam kampanye edukasi anemia melalui media sosial Instagram, baik melalui repost template edukatif, pengisian polling, maupun pengisian angket evaluasi. Kami juga menghargai dukungan dari pihak sekolah, komunitas, serta teman-teman yang turut membantu menyebarkan informasi melalui media sosial, sehingga kampanye ini dapat menjangkau lebih luas dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran akan pentingnya pencegahan anemia pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Fadila, N., Rizky, A., & Suryaningsih, T. (2022). Pengembangan Nugget Ikan Patin dan Hati Ayam dengan Penambahan Tepung Daun Kelor sebagai Upaya Pencegahan Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri. Laporan Penelitian. *Poltekkes Tasikmalaya*.
- Julaecha, J. (2020). Upaya pencegahan anemia pada remaja putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 109-112.
- Lu'lu, M. A. (2023). Determinan Anemia pada Remaja Putri Usia 15-19 Tahun di SMA Islam Hasmi Boarding School Bogor Jawa Barat tahun 2023 (*Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Jakarta*).
- Nuryaningsih, M.Keb., & Azmi, L.M. (2023). Hubungan Pola Istirahat dan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Bogor, Jawa Barat. Laporan Penelitian. *Universitas Muhammadiyah Jakarta*.
- Sari, P., Herawati, D. M. D., Dhamayanti, M., & Hilmanto, D. (2022). Anemia among adolescent girls in West Java, Indonesia: Related factors and consequences on the quality of life. *Nutrients*, 14(18), 3777.