



# Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Video terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia untuk Cegah Stunting

Elna Sari<sup>1\*</sup>, Rasniah Sarumi<sup>1</sup>, Dewi Kurniati Aifu<sup>2</sup>

<sup>1</sup> D4 Promosi Kesehatan, Universitas Karya Persada Muna  
<sup>2</sup> S1 Administrasi Kesehatan, Universitas Karya Persada Muna

\*Corresponding: elnasari092@gmail.com

## Abstrak

Anemia pada remaja cenderung meningkat dengan bertambahnya usia dan sebagai respon terhadap pertumbuhan selama masa remaja. Persentase anemia pada remaja putri menurut WHO termasuk prevalensi tinggi yaitu >40%. Pengetahuan remaja putri sebagai calon ibu masa depan tentang stunting dan pencegahannya sangat diperlukan untuk menghindari risiko anak yang dilahirkan mengalami gangguan dalam tumbuh kembangnya. Peningkatan pengetahuan pada remaja putri dilakukan dengan penggunaan media video. Media Video merupakan salah satu cara yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan anemia pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi media video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia untuk cegah stunting. Jenis penelitian menggunakan *the one group pretest-posttest design*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa putri di SMA Negeri 1 Kabangka sebanyak 34 orang dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Analisis data menggunakan uji paired t test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi kesehatan melalui media video, terdapat 21 orang (61,8%) dengan pengetahuan kategori kurang dan setelah diberikan penyuluhan terdapat pengetahuan dengan kategori kurang menjadi 10 orang (29,4%). Hasil analisis statistik bahwa terdapat pengaruh edukasi kesehatan melalui media video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia untuk cegah stunting dengan nilai  $p = 0,001$ . Kesimpulan pada penelitian ini yaitu ada pengaruh edukasi media video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia untuk cegah stunting di SMAN 1 Kabangka.

**Kata Kunci :** Media video; Pengetahuan; Anemia; Remaja Putri; Stunting

## Abstract

*Anemia in adolescents tends to increase with age and in response to growth during adolescence. The percentage of anemia in adolescent girls according to WHO includes a high prevalence of >40%. Knowledge of adolescent girls as future mothers about stunting and its prevention is very necessary to avoid the risk of children born experiencing disruptions in their growth and development. Increasing knowledge in young women is done with the use of video media. Video media is one way used to increase public knowledge about the prevention of anemia in adolescents. This study aims to determine the effect of video media education on increasing adolescent girls' knowledge about anemia to prevent stunting. This type of research uses the one group pretest-posttest design. The sample in this study was 34 female students at SMA Negeri 1 Kabangka using proportionate stratified random sampling technique. Data analysis using paired t test. The results showed that before health education was given through video media, there were 21 people (61.8%) with less category knowledge and after counseling there was knowledge with less category to 10 people (29.4%). The results of statistical analysis that there is an influence of health education through video media on increasing adolescent girls' knowledge about anemia to prevent stunting with a value of  $p = 0.001$ . The conclusion of this study is that there is an influence of video media education on increasing adolescent girls' knowledge about anemia to prevent stunting at SMAN 1 Kabangka.*

**Keywords :** Video media; Knowledge; Anemia; Young Women; Stunting



## PENDAHULUAN

Anemia dan stunting merupakan dua masalah kesehatan utama di dunia, terutama di negara-negara berkembang. Anemia adalah kondisi dimana tubuh kekurangan sel darah merah atau hemoglobin, sedangkan stunting merupakan masalah gangguan pertumbuhan fisik akibat gizi buruk[1]. Kedua masalah tersebut mempunyai dampak jangka panjang yang serius, terutama bagi perempuan muda. Anemia dapat mengganggu konsentrasi dan prestasi sekolah, sedangkan kekurangan dapat mengganggu perkembangan fisik dan intelektual[2]. Anemia pada remaja cenderung meningkat dengan bertambahnya usia dan sebagai respon terhadap pertumbuhan selama masa remaja. Persentase anemia pada remaja putri menurut WHO termasuk prevalensi tinggi yaitu >40%[3]. Pengetahuan remaja putri sebagai calon ibu masa depan tentang stunting dan pencegahannya sangat diperlukan untuk menghindari risiko anak yang dilahirkan mengalami gangguan dalam tumbuh kembangnya[4]. Menurut Global Nutrition Report 2020, pada tahun 2021, sekitar 27,7% anak di bawah usia lima tahun di Indonesia mengalami stunting. Selain itu, prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia juga masih menjadi masalah serius. Menurut data Riskesdas 2021, sekitar 39,9% remaja putri di Indonesia mengalami anemia [3]. Anemia di Indonesia pada wanita usia subur (15 - 49 tahun) meningkat dari 21,6% di tahun 2019 menjadi 22,3% di tahun 2020. Proporsi anemia lebih tinggi pada perempuan (27,2%) bila dibandingkan laki-laki (20,3%) dan proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun adalah 32% [3]. Pendidikan kesehatan memegang peranan penting mengatasi masalah kesehatan seperti anemia dan stunting. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami kedua masalah tersebut karena pertumbuhan dan perkembangannya yang sangat pesat[5]. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang anemia, pentingnya pola makan seimbang dan pencegahan stunting[6]. Data dari World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa tingkat stunting di Indonesia masih cukup tinggi[3].

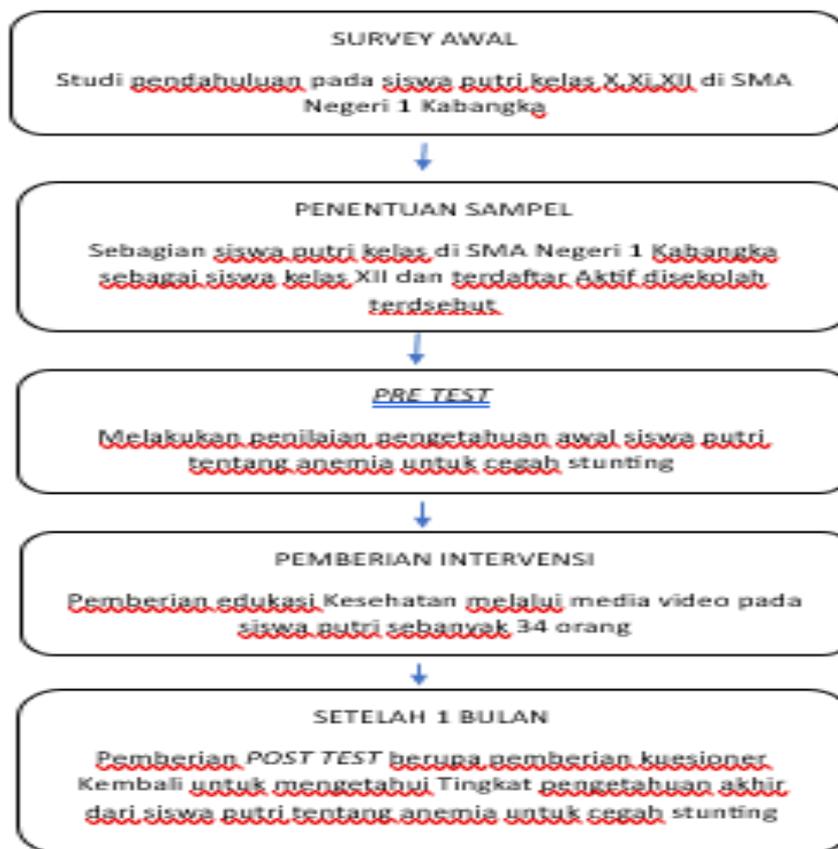
Media video memiliki potensi besar sebagai alat pendidikan kesehatan yang efektif. Video dapat memberikan informasi secara visual dan menarik, yang dapat lebih mudah dipahami dan diingat oleh remaja putri. Selain itu, video dapat menciptakan pengalaman belajar yang interaktif dan menyenangkan, yang dapat meningkatkan motivasi untuk memahami dan mengikuti praktik kesehatan yang baik[7]. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa penggunaan media video dalam konteks kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Firtriani dan Husnah [1] menemukan bahwa media video dapat meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan pencegahan penyakit. Berdasarkan hal tersebut maka diperlukan penelitian lebih lanjut yang spesifik untuk mengevaluasi efektivitas penggunaan media video dalam mencegah stunting pada remaja putri dengan penyakit anemia di Indonesia. Salah satu masalah kesehatan yang menjadi fokus pemerintah adalah penanggulangan anemia pada remaja putri, hal ini menjadi masalah kesehatan yang menyebabkan penderitanya mengalami kelelahan, letih dan lesu sehingga akan berdampak pada kreativitas dan produktivitas remaja. Anemia juga meningkatkan kerentanan terhadap penyakit pada saat dewasa serta melahirkan generasi yang bermasalah kesehatan, khususnya masalah gizi.

Dengan adanya hal tersebut maka peneliti berinisiatif untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh edukasi pendidikan melalui media video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia untuk cegah stunting di SMA Negeri 1 Kabangka Kabupaten Muna.

## METODOLOGI PENELITIAN

### *Tahapan Penelitian*

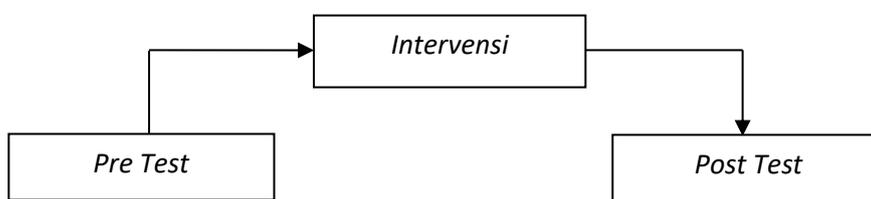
Tahap awal penelitian dengan melakukan administrasi persuratan, penjajakan lokasi, dan studi pendahuluan di sekolah yang akan dilakukan penelitian. Setelah dilakukan studi pendahuluan maka peneliti menentukan jumlah sampel yang diteliti, dari sampel tersebut dilakukan pretest pada kelompok intervensi untuk menilai pengetahuan remaja putri tentang anemia untuk cegah stunting. Kemudian mengadakan intervensi berupa edukasi melalui media video di SMA Negeri 1 Kabangka, setelah dilakukan intervensi dengan menggunakan media video maka peneliti mengadakan posttest 1 dan sebulan kemudian setelah dilakukan posttest 1 maka peneliti melakukan posttest 2 untuk melihat apakah ada peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia untuk cegah stunting tersebut. Adapun alur penelitian yang dilaksanakan dapat dilihat pada bagan berikut ini:



**Gambar 1.** Alur penelitian

**Desain Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian pra eksperimen dengan metode the one group pretes-posttes design dimana merupakan salah satu metode penelitian pra eksperimen yang tidak ada kelompok pembanding (kontrol) tetapi sudah dilaksanakan observasi pertama (pre-test) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan (eksperimen)[8]. Jenis penelitian ini lebih akurat dalam membandingkan keadaan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan sekali.



**Gambar 2.** Bagan penelitian eksperimen

**Penentuan Besar Sampel**

Sampel merupakan bagian atau jumlah karakteristik dari sebuah populasi .Sampel dalam penelitian ini yaitu jika subjeknya lebih dari 100n maka digunakan 20-25% dengan alasan jumlah siswa tidak memungkinkan untuk diambil semua sebagai sampel dan agar siswa setiap kelas terwakilkan[9]. Jumlah populasi dari studi pendahuluan sebanyak 188 orang sehingga didapatkan sampel sebanyak 34 orang dengan menggunakan perhitungan 20% pada masing-masing kelas.



**Teknik penarikan sampel**

Teknik pengambilan sampel (sampling) merupakan sebuah proses penyeleksian dari sebuah popuasi yang dapat mewakili populasi melalui teknik *proportionate stratified random sampling* karena populasi dalam penelitian ini terdiri dalam 3 kelas dengan tujuan setiap ruangan terwakilkan maka sampel diambil dari masing-masing ruangan berdasarkan prosedur pengambilan sampel yaitu dengan cara undian dengan alasan sederhana dan memungkinkan menghindari ketidakadilan (Sugiyono, 2016).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil**

Distribusi frekuensi responden berdasarkan variabel penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Responden menurut Variabel Penelitian di SMA Negeri 1 Kabangka (n=34)

Variabel Penelitian	Mean ± SD	f (%)
<b>Pengetahuan (pre test)</b>		
Baik	7,94±2,741	13 (38,2)
Kurang		21 (61,8)
<b>Pengetahuan (post test)</b>		
Baik	11,44±3,230	24 (70,6)
Kurang		10 (29,4)

Sumber : Data Primer 2024

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi kesehatan melalui media video, pengetahuan responden yang baik sebanyak 13 orang (38,2%) dan yang kurang sebanyak 21 orang (61,8%) dengan nilai mean ± SD sebesar 7,94 ± 2,741 sedangkan setelah diberikan penyuluhan kesehatan, pengetahuan responden yang baik menjadi 24 orang (70,6%) dan yang kurang sebanyak 10 orang (29,4%) dengan nilai mean±SD sebesar 11,44±3,230

**Tabel 2.** Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Untuk Cegah Stunting di SMA Negeri 1 Kabangka

	Rerata±SD	lk95%	Nilai p
Pre test	7,94±2,741)	2,249-3,587	0,001
Post test	11,44±3,230)		

Sumber: Data Primer 2024

Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai rerata pretest sebesar 7,94 (2,741) dan nilai posttest sebesar 11,44 (3,230) serta nilai lk 95% dengan nilai ambang batas bawah sebesar 2,249 dan nilai ambang batas atas sebesar 3,587. Selain itu, hasil analisis Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Untuk Cegah Stunting di SMA Negeri 1 Kabangka diperoleh nilai p sebesar 0,000 ( $p \text{ value } 0,000 < \alpha 0,05$ ) sehingga ada Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Untuk Cegah Stunting di SMA Negeri 1 Kabangka.

**Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia untuk cegah stunting di SMA Negeri Kabangka, Hal ini terlihat pada hasil penelitian Tabel 1 .Pengetahuan mengenai anemia dapat didapatkan dari berbagai media salah satunya melalui video. Video merupakan alat bantu atau media edukasi yang dapat menunjukkan gerakan, pesan-pesan dengan menggunakan efek tertentu sehingga dapat memperkokoh proses pembelajaran dan dapat menarik perhatian Penelitian yang dilakukan oleh [10] menghasilkan hal yang sama yaitu terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah penggunaan video dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu mencuci tangan memakai sabun.



Video efektif sebagai media edukasi karena video lebih menarik, mudah dipahami dan seseorang akan tertarik untuk melihat serta mendengarkan sehingga dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang menjadi lebih baik. Video merupakan alat bantu paling tepat dimana seseorang menggunakan dua indra untuk menyerap informasi sehingga prosentase keberhasilannya mencapai 75% sampai 87% [6].

Jenis media dalam memberikan edukasi sangat berpengaruh terhadap keberhasilan dalam pemberian edukasi [7]. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan yaitu pada tabel 1.2 ada peningkatan pengetahuan remaja sebelum dan sesudah pemberian edukasi kesehatan dengan menggunakan media video. Selain penelitian juga menyatakan ada perubahan pengetahuan remaja dari sebelum ke sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia dengan menggunakan media video. Tingkat pengetahuan remaja dapat dipengaruhi dari informasi yang didapat, semakin sedikit informasi yang diterima maka semakin kecil tingkat pengetahuan seseorang [6]. Video merupakan media yang menggunakan audio dan visual yang merupakan perantara tentang materi sehingga membangun kondisi yang membuat remaja mampu memperoleh pengetahuan dan keterampilan [7].

Media dalam pendidikan kesehatan memiliki manfaat untuk memperjelas materi yang disampaikan, mengatasi keterbatasan ruang, waktu dan daya indera, serta mengatasi sikap pasif. Materi dengan video dikemas berupa efek gambar yang menarik serta suara sehingga memberikan gambaran yang lebih nyata, sehingga tingkat pengetahuan remaja dapat bertambah [6]. Hal ini juga sesuai dengan teori yang menyatakan video pembelajaran adalah media untuk mentransfer pengetahuan dan dapat digunakan sebagai bagian dari proses belajar. Lebih interaktif dan lebih spesifikasi dari sebuah buku atau kuliah, tutorial berusaha untuk mengajar dengan contoh dan memberikan informasi untuk menyelesaikan tugas tertentu [10].

## KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh pemberian edukasi kesehatan melalui media video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia untuk cegah stunting di SMA Negeri 1 Kabangka.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini terutama siswa putri SMA Negeri 1 Kabangka yang bersedia berkontribusi dalam penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. Firtriani, & Husnah, "Aksi Edukasi Upaya Meningkatkan Pemahaman Remaja Pentingnya Status Gizi Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja," *Awal Bros J. Community Dev.*, vol. 4, no. 1, pp. 19-25, 2023.
- [2] H. Muchtar, F., Rejeki, S., Elvira, I., & Hastian, "Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri," *Lamahu J. Pengabd. Masy. Terintegrasi*, vol. 2, no. 2, pp. 138-144, 2023.
- [3] Kemenkes RI, "Prevalensi Penyakit Anemia Pada Remaja (15-19)," 2023.
- [4] A. Anggela A.M, et, "Persiapan pranikah remaja denga kejadian stunting," *J. Keperawatan*, vol. 11, no. 2, pp. 25-34, 2023.
- [5] M. Anindita, R., Putri, I. K., Beandrade, M. U., Nathalia, D. D., & Perwitasari, "Edukasi Penggunaan Suplemen Vitamin A, Iodium, Zink, dan Zat Besi dalam Pencegahan Stunting," *J. Pengabd. Masy.*, vol. 4, no. 4, 2022.
- [6] P. Azzahra, N. P., Eka, S., & Endang, "Efektivitas Media Poster Dan Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Sman 3 Banjarbaru.," *J. Ilmu Keperawatan Anak*, vol. 5, no. 2, pp. 13-22, 2022.
- [7] E. E. Hatini, "Pemanfaatan Video Youtube Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di Smk Yp Sei Palangka Raya," *J. Surya Med.*, vol. 6, no. 2, pp. 53-60, 2021.



- [8] Notoatmodjo, *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2018.
- [9] Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta.: Rineka Cipta, 2018.
- [10] N. I. Heni, H., Mamlukah., Rossi, S., & Dwi, "Pengaruh Promosi Kesehatan Melalui Media Berbasis Video dan Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Kader Saka Bakti Husada dalam Pencegahan Stunting Di Kecamatan Sukarame Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2022," *J. Heal. Res. Sci.*, vol. 3, no. 1, 2023.