

**EFEKTIVITAS VIDEO SEBAGAI MEDIA EDUKASI
UNTUK PERUBAHAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN
NIAT TERHADAP PENCEGAHAN ANEMIA PADA
REMAJA PUTRI DI SMAN 21 MAKASSAR**

**BALQIS
K021 17 1311**



**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2022**

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS VIDEO SEBAGAI MEDIA EDUKASI
UNTUK PERUBAHAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN
NIAT TERHADAP PENCEGAHAN ANEMIA PADA
REMAJA PUTRI DI SMAN 21 MAKASSAR**

**BALQIS
K021 17 1311**



*Skripsi Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Gizi*

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2022**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Ujian Skripsi dan disetujui untuk diperbanyak sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar.

Makassar, 15 Juni 2022



Tim Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II

Rahayu Indriasari, SKM, MPH, Ph.D
NIP. 19761123 200501 2 002

Dr. Aminuddin Syam, SKM, M.Kes., M.Med.Ed
NIP. 19670617 199903 1 001

Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Hasanuddin




Dr.dr.Citrakesumasari, M.Kes.,Sp.GK
NIP:19630318 199202 2 001


PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Ujian Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar pada hari Rabu, 15 Juni 2022.


Ketua : **Rahayu Indriyasari, SKM, MPH, Ph.D**


(.....)


Sekretaris : **Dr. Aminuddin Syam, SKM, M.Kes., M.Med.Ed**

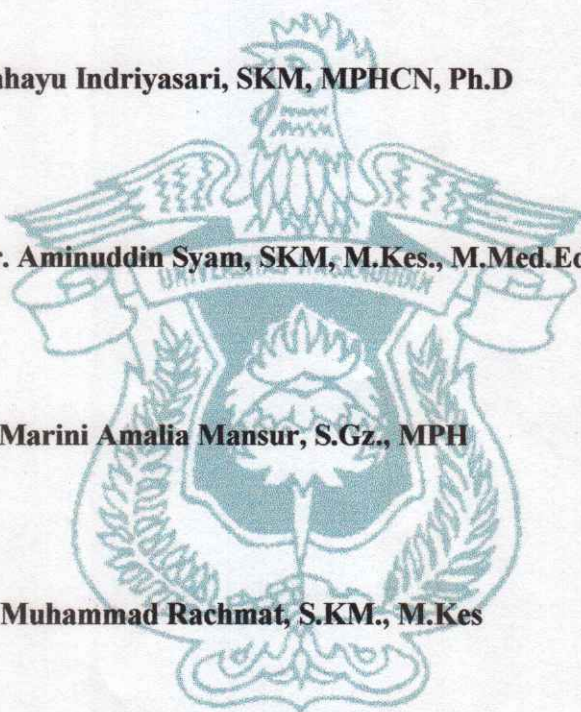

(.....)

Anggota : **1. Marini Amalia Mansur, S.Gz., MPH**


(.....)

2. Muhammad Rachmat, S.KM., M.Kes


(.....)



SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Balqis
NIM : K021171311
Fakultas/Prodi : Kesehatan Masyarakat/Ilmu Gizi
No. HP : 0822 4877 2365
e-Mail : balqisia@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Efektivitas Video sebagai Media Edukasi untuk Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Niat terhadap Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMAN 21 Makassar” benar adalah asli karya penulis dan bukan merupakan plagiarisme dan/atau hasil pencurian karya milik orang lain, kecuali bagian-bagian yang merupakan acuan dan telah disebutkan sumbernya pada daftar pustaka. Apabila pernyataan ini terbukti tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikianlah, surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 6 Juli 2022

Yang Membuat Pernyataan



Balqis

RINGKASAN

Universitas Hasanuddin
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Program Studi Ilmu Gizi
Makassar, Juni 2022

Balqis

“Efektivitas Video sebagai Media Edukasi untuk Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Niat Terhadap Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMAN 21 Makassar”

(xiii + 128 Halaman + 14 Tabel + 12 Lampiran)

Status gizi remaja putri atau usia pranikah memiliki kontribusi besar pada kesehatan dan keselamatan kehamilan juga kelahiran, dimana diharapkan anak-anak yang baru dilahirkan merupakan generasi berkualitas dari ibu yang sehat bebas anemia. Untuk mengurangi risiko dan mengatasi masalah anemia pada remaja putri, salah satu hal yang dapat dilakukan yaitu edukasi, sebagai upaya peningkatan pengetahuan, sikap, dan niat tentang pencegahan anemia, yang selanjutnya diharapkan dapat membentuk perilaku yang sesuai dalam mencegah anemia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas video edukasi pencegahan anemia terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan niat pada remaja putri di SMAN 21 Makassar. Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen *one group pre-test post-test* dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *voluntary sampling*. Jumlah sampel sebanyak 55 remaja putri, siswa SMAN 21 Makassar. Proses edukasi dilakukan selama ± 4 pekan untuk setiap grup sampel dengan menggunakan tiga seri video edukasi singkat seputar anemia. Pengetahuan, sikap, dan niat terhadap pencegahan anemia diukur menggunakan kuesioner secara *online*. Data dianalisis secara bivariat menggunakan uji statistik Mc Nemar dan Wilcoxon.

Diketahui rentang umur responden 15-18 tahun. Seluruh responden tersebut pernah mendengar informasi tentang anemia, sebesar 45,5% responden belum pernah mengonsumsi TTD, dan hanya 7,3% responden yang pernah mengukur kadar Hb. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia, terjadi perubahan sikap remaja putri terhadap upaya pencegahan anemia, dan terjadi perubahan niat remaja putri terhadap pencegahan anemia setelah diberikan edukasi melalui video.

Berdasarkan hasil diatas, dapat disimpulkan bahwa edukasi melalui media video efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan niat remaja putri terhadap pencegahan anemia. Perlu untuk terus melakukan inovasi terkait media yang digunakan untuk edukasi anemia.

Kata Kunci : Anemia, Edukasi, Remaja Putri, Video

Daftar Pustaka : 89 (2002-2022)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil 'alamiin, segala puji hanya milik Allah 'Azza wa Jalla, Rabb semesta alam, atas segala limpahan nikmat dan kemudahan yang diberikan, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada Baginda Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wasallam*, keluarga, sahabat, tabi'in, tabiut tabi'in, dan orang-orang yang mengikuti jalan beliau hingga akhir hayat. Skripsi dengan judul "Efektivitas Video sebagai Media Edukasi terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Niat terhadap Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMAN 21 Makassar" merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan strata satu di Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, penulis mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Pertama dan utama, penulis ingin mengucapkan terima kasih, *Syukran Jazaakumullahu Khairan Ahsanal Jazaa*, kepada kedua orang tua penulis, Ayahanda **Irwan Abbas** dan Ibunda **Zulfaidah Agfar rahimahallah** atas segala do'a, kasih sayang, perhatian, dukungan, dan motivasi sehingga penulis dapat sampai pada titik ini. Dengan ungkapan yang sama, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada *my ultimate support system*, Abang **Hamri**, Ananda **Zaim**, dan saudara-saudara penulis atas kesabarannya untuk terus mendukung, membantu, juga kebersamai penulis dalam lika-liku masa perkuliahan.

Dengan segala hormat, penulis juga ingin menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada Ibu **Rahayu Indriasari, SKM, MPH, Ph.D** selaku dosen

pembimbing akademik sekaligus dosen pembimbing I dan Bapak **Dr. Aminuddin Syam, SKM, M.Kes, M.Med.Ed** selaku dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin, yang juga sekaligus dosen pembimbing II, atas segala ilmu, nasihat, arahan, motivasi, juga bimbingan yang diberikan sejak masa perkuliahan hingga penyempurnaan penulisan skripsi ini. Semoga segala ilmu yang diberikan menjadi manfaat dan tercatat sebagai amal jariyah, *Aamiin Allahumma Aamiin*.

Dengan kerendahan hati, penulis juga ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Marini Amalia Mansur, S.Gz., MPH dan Bapak Muhammad Rachmat, SKM., M.Kes selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan dan masukan untuk penyempurnaan penulisan skripsi ini.
2. Seluruh dosen Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin yang telah berbagi ilmu, nasihat, dan pengalamannya selama proses studi penulis. Juga kepada para staf Prodi Ilmu Gizi dan Fakultas Kesehatan Masyarakat yang amanah dan selalu siap membantu segala proses administrasi para mahasiswa.
3. Teman-teman V17AMIN, yang juga sama-sama berproses dalam menuntut ilmu di prodi ilmu gizi. Terima kasih atas kerja sama, bantuan, dukungan, serta berbagai pengalaman berharga (salah satunya menjadi angkatan kedua sistem EBL) yang telah dilalui bersama selama berkuliah di kampus ungu.
4. Teman-teman grup “Butuh Libur” Hariani, Ananda Fasya Amalia, Dika Juliastuti, Rizka Noprianti, Anjuna Jemah yang telah merangkul penulis,

menjadi teman berbagi cerita, dukungan, motivasi, semangat, juga teman *hang out* makan bareng, dsb., terima kasih telah memberi warna tersendiri dalam pengalaman masa kuliah penulis.

5. Putri Rahmawati Nento dan Ita Sajek Prayekti, teman seperjuangan yang juga banyak membantu, mendukung, memotivasi, dan memberi semangat kepada penulis selama masa kuliah. teman *sharing* berbagai cerita, teman yang selalu saling mengingatkan dan mengajak dalam kebaikan insyaa Allah.
6. Kepala sekolah, staf, guru, dan siswa SMAN 21 Makassar yang telah membantu dan bersedia untuk berpartisipasi dari awal hingga akhir penelitian.
7. Semua pihak yang juga menjadi bagian dalam proses studi penulis hingga bisa sampai pada titik ini, yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, karena itu penulis akan sangat menghargai kritik dan saran yang membangun dari para pembaca untuk perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberi manfaat dan menambah wawasan baru bagi seluruh pembaca.

Makassar, 14 Mei 2022

Balqis

DAFTAR ISI

RINGKASAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR GRAFIK	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Tinjauan Umum Media Edukasi	11
B. Tinjauan Umum Video Edukasi	16
C. Tinjauan Umum tentang Anemia.....	22
D. Tinjauan Umum tentang Anemia Remaja Putri.....	25
E. Tinjauan Umum tentang Variabel yang diteliti	27
F. Kerangka Teori	35
BAB III KERANGKA KONSEP	36
A. Kerangka Konsep.....	36
B. Hipotesis	37
C. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif.....	38
BAB IV METODE PENELITIAN	41
A. Jenis, Waktu, dan Lokasi Penelitian	41
B. Populasi dan Sampel.....	41
C. Pengumpulan Data.....	45
D. Pengolahan dan Analisis Data.....	56
E. Penyajian Data.....	57
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	58

A. Hasil	58
B. Pembahasan	68
C. Keterbatasan Penelitian	88
BAB VI PENUTUP	90
A. Kesimpulan	90
B. Saran	91
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN	100
RIWAYAT HIDUP	128

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Sintesa Penelitian Pengetahuan	29
Tabel 2.2 Sintesa Penelitian Sikap	32
Tabel 2.3 Sintesa Penelitian Niat.....	33
Tabel 3.1 Definisi Operasional dan Kriteria Objektif.....	38
Tabel 4.1 Kisi-kisi Kuesioner Pengetahuan	47
Tabel 4.2 Kisi-kisi Kuesioner Sikap.....	48
Tabel 4.3 Kisi-kisi Kuesioner Niat.....	50
Tabel 4.4 Konten Video Edukasi.....	51
Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Umum Sampel	59
Tabel 5.2 Perubahan Tingkat Pengetahuan Anemia.....	63
Tabel 5.3 Perubahan Sikap tentang Upaya Pencegahan Anemia	64
Tabel 5.4 Perubahan Niat terhadap Pencegahan Anemia.....	65
Tabel 5.5 Uji Normalitas Data	66
Tabel 5.6 Perbedaan Nilai Pengetahuan, Sikap, dan Niat	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	35
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	36
Gambar 4.1 Alur Penelitian.....	55

DAFTAR GRAFIK

- Grafik 5.1** Distribusi Pengetahuan Anemia berdasarkan Persentase Jawaban Benar *Pre-test* dan *Post-test* pada Remaja Putri Siswa SMAN 21 Makassar..... 60
- Grafik 5.2** Distribusi Kecenderungan Jawaban Sikap Positif tentang Upaya Pencegahan Anemia berdasarkan Persentase Jawaban *Pre-test* dan *Post-test* pada Remaja Putri Siswa SMAN 21 Makassar 61
- Grafik 5.3** Distribusi Niat terhadap Pencegahan Anemia Berdasarkan Persentase Jawaban *Pre-test* dan *Post-test* pada Remaja Putri Siswa SMAN 21 Makassar 62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Informed Consent</i>	101
Lampiran 2. Lembar Identitas Responden	102
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian.....	103
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	108
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.....	111
Lampiran 6. Surat Keterangan telah Penelitian.....	112
Lampiran 7. Video Edukasi.....	113
Lampiran 8. Kuesioner <i>Online</i>	115
Lampiran 9. Output Hasil SPSS.....	116
Lampiran 10. Kuis.....	122
Lampiran 11. Evaluasi dan Daya Terima Video Edukasi	123
Lampiran 12. Dokumentasi Kegiatan.....	126

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pembangunan sumber daya manusia Indonesia yang berkualitas dan berdaya saing dimulai dari pembangunan kesehatan, dimana salah satu komponen penting dari pembangunan kesehatan tersebut adalah terpenuhinya kebutuhan gizi individu dan masyarakat. Kebutuhan gizi yang tidak terpenuhi, selanjutnya dapat menimbulkan masalah gizi. Masalah gizi yang terjadi, terutama di usia remaja dapat meningkatkan kerentanan penyakit di usia dewasa dan juga berisiko melahirkan generasi yang bermasalah gizi. Kekurangan zat gizi mikro, salah satunya zat besi (Fe), masih menjadi salah satu tantangan besar yang kemudian dapat memberi dampak terhadap penurunan kualitas sumber daya manusia kedepannya (Kemenkes, 2021).

Anemia atau dikenal oleh masyarakat sebagai penyakit kurang darah didefinisikan oleh WHO (2017) sebagai turunnya massa sel darah merah yang salah satunya dapat diketahui melalui kadar hemoglobin (Hb) yang kurang dari nilai acuan pada kelompok demografi tertentu. Prevalensi anemia secara global pada tahun 2013 adalah 40-88%, yang didominasi oleh balita dan perempuan. Prevalensi anemia digunakan sebagai salah satu indikator kesehatan penting secara global karena kejadian anemia dapat menyajikan gambaran tentang kualitas kesehatan kelompok rentan secara geografis dan juga sosial ekonomi terutama jika terjadi pada anak dan perempuan, yang menjadi cerminan kualitas kesehatan masyarakat suatu negara (Ernawati, F., dkk., 2018)

Terdapat beberapa jenis dari anemia, salah satunya adalah anemia gizi. Anemia gizi terjadi akibat rendahnya asupan gizi tertentu untuk memenuhi kebutuhan sintesis hemoglobin dan eritrosit. Kekurangan zat besi menjadi penyebab paling umum anemia gizi, dimana kelompok populasi yang paling rentan terhadap anemia gizi besi tersebut diantaranya adalah balita, remaja, wanita usia reproduksi (15–49 tahun), wanita hamil, serta lansia (Ernawati, F., dkk., 2018). Sejak tahun 1997, pemerintah Indonesia telah merintis langkah-langkah baru dalam upaya mencegah dan menanggulangi anemia gizi, terutama pada Wanita Usia Subur (WUS). Langkah tersebut salah satunya adalah dengan mengintervensi lebih dini WUS sejak usianya masih remaja, karena intervensi yang dilakukan ketika WUS mengalami anemia saat hamil tidak dapat mengatasi masalah anemia (Permatasari, T., dkk., 2018).

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan, baik secara fisik, mental, dan aktivitas, sehingga kebutuhan makanan yang mengandung zat-zat gizi meningkat. Seorang remaja, khususnya remaja putri mengalami pertumbuhan yang lebih cepat dibandingkan remaja laki-laki, karena tubuhnya memerlukan persiapan menjelang usia reproduksi, seperti menstruasi dan kehamilan. Karena itu, periode remaja, khususnya bagi putri merupakan periode kritis yang harus selalu dipantau kesehatannya (Suryani, D., dkk., 2015; Setyawati, V. A. V., & Setyowati, M., 2015). Remaja putri merupakan generasi masa depan bangsa yang kelak akan menentukan generasi berikutnya. Status gizi remaja putri atau usia pranikah memiliki kontribusi besar pada kesehatan dan keselamatan kehamilan juga kelahiran, dimana diharapkan anak-anak yang

baru dilahirkan merupakan generasi berkualitas dari ibu yang sehat bebas anemia. Salah satu hal yang perlu diperhatikan adalah kebutuhan gizi yaitu, zat besi. Remaja putri yang mengalami anemia, berisiko lebih besar mengalami anemia pada saat hamil yang kemudian dapat memberi dampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan, serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan. Karena itu, kelompok remaja putri merupakan sasaran strategis dari program perbaikan gizi untuk memutus siklus masalah agar tidak meluas ke generasi selanjutnya (Permatasari, T., dkk., 2018; Kemenkes, 2018).

Upaya perbaikan kesehatan dan gizi yang diprioritaskan pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan dilakukan intervensi spesifik yang antara lain terintegrasi dengan penanggulangan anemia pada wanita usia subur, khususnya remaja putri. Upaya penanggulangan anemia pada remaja putri dilakukan sesuai rekomendasi WHO tahun 2011, yakni difokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan (Kemenkes, 2018). Sejak tahun 2016 pemerintah Indonesia menyesuaikan dengan program pemberian TTD pada remaja putri yang dicanangkan WHO tahun 2011 untuk pencegahan anemia, yakni diberikan sepekan sekali berbasis sekolah. Pemberian TTD berbasis sekolah tersebut didasarkan pada proporsi remaja putri yang bersekolah sekitar 70% (Apriningsih, A., dkk., 2019).

Beberapa penelitian sebelumnya mengkaji terkait faktor-faktor yang berpengaruh terhadap terjadinya anemia pada remaja putri di Indonesia. Penelitian yang dilakukan oleh Budiarti, A., dkk. (2020) menunjukkan bahwa

salah satu faktor terjadinya anemia pada remaja yaitu perilaku makan dan minum. Perilaku dalam pemilihan makanan atau minuman yang tidak tepat dapat berpengaruh terhadap ketidakcukupan asupan gizi. Pemilihan makanan yang tidak tepat tersebut, salah satunya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang anemia. Penelitian “Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri” dilakukan oleh Fajriyah, N., N., & Fitriyanto, M. L. H. (2016), dan diperoleh hasil sebanyak 64,3% remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang tentang anemia. Gambaran tersebut sesuai dengan hasil penelitian Putri, R. D., dkk. (2017), mengemukakan bahwa salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia adalah pengetahuan. Pengetahuan gizi yang baik akan berdampak pada perilaku dan pola makan yang baik.

Selain berpengaruh terhadap perilaku, informasi atau pengetahuan baru mengenai suatu hal juga akan merangsang landasan kognitif untuk terbentuknya sikap terhadap hal yang baru diketahui. Penelitian yang dilakukan Nugraheni, W. T., dkk. (2018) menunjukkan hasil sebagian besar remaja putri di SMPN I Purwosari memiliki sikap negatif tentang pencegahan anemia. Artinya remaja putri tersebut memiliki pandangan negatif dan cenderung mengabaikan tindakan yang dilakukan untuk pencegahan anemia, misalnya tidak mengonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi, atau membatasi konsumsi makanan tertentu yang mengandung zat gizi esensial untuk tubuh. Karena itu, pengetahuan yang baik pada remaja putri terkait anemia, dapat mengembangkan sikap positif dalam mencegah anemia.

Selain pengetahuan yang baik dan sikap positif, dasar dari terbentuknya perilaku seseorang adalah niat. Dalam teori umum yang digunakan untuk menjelaskan bagaimana suatu perilaku dapat terbentuk, *Theory of Planned Behavior* oleh Ajzen, I., & Fishbein, M. (2005), diketahui bahwa niat merupakan prediktor terhadap perilaku, terutama ketika perilaku tersebut dilakukan atas kemauan diri sendiri. Semakin kuat niat seseorang untuk melakukan suatu perilaku, maka semakin besar kemungkinan perilaku tersebut akan dilakukan. Penelitian yang dilakukan oleh Nurlidyawati (2015) diketahui terdapat hubungan antara niat mengonsumsi buah dan sayur dengan perilaku konsumsi buah dan sayur. Dimana perilaku konsumsi buah dan sayur yang kurang pada remaja ditemukan pada remaja yang tidak memiliki niat mengonsumsi buah dan sayur. Karena itu, niat remaja putri untuk menerapkan apa yang sudah diketahui terkait upaya pencegahan anemia diharapkan menjadi langkah awal untuk membentuk perilaku pencegahan anemia. Sehingga untuk mengurangi risiko dan mengatasi masalah anemia pada remaja putri, perlu dilakukan upaya peningkatan pengetahuan, sikap, dan niat tentang pencegahan anemia melalui edukasi, yang kemudian dapat membentuk perilaku yang sesuai dalam mencegah anemia.

Promosi kesehatan merupakan suatu program yang dirancang untuk memberikan perubahan di bidang kesehatan terhadap individu, organisasi, masyarakat, dan lingkungan. Untuk mencapai tujuan perubahan tersebut, terdapat beberapa metode yang bisa dilakukan untuk menyampaikan informasi. Dalam penggunaan suatu metode, dibutuhkan suatu media yang menjadi sarana

pembawa pesan dari komunikator kepada sasaran. Menurut *National Education Association* (NEA), media adalah segala benda yang dapat dimanipulasi, dilihat, didengar, dibaca, atau dibincangkan beserta instrumen yang digunakan untuk kegiatan belajar (Susilowati, D., 2016). Jika media didesain dan dikembangkan secara baik, fungsi media dapat mewakili komunikator untuk menyampaikan informasi kepada sasaran.

Salah satu jenis media yang bisa digunakan adalah media elektronik berupa video. Kajian pustaka yang dilakukan oleh Yudianto, A. (2017) menyebutkan bahwa video merupakan media elektronik yang menggabungkan teknologi audio dan visual sehingga menghasilkan tayangan yang dinamis dan menarik. Unsur-unsur dari video terdiri dari teks, gambar, suara, dan animasi. Dengan kombinasi tersebut, media video dapat memberikan pengaruh lebih cepat daripada media yang lain kepada audiens atau sasaran dalam menangkap pesan karena penayangan berupa cahaya titik fokus yang dapat mempengaruhi pikiran dan emosi seseorang. Dengan hal tersebut sasaran dapat lebih mudah memahami pesan yang disampaikan.

Penelitian dengan media video pernah dilakukan oleh Zulfitriwati, dkk. (2018), menggunakan media video dan leaflet untuk melihat “Pengaruh edukasi gizi tentang anemia gizi terhadap perubahan pengetahuan, sikap, serta konsumsi makanan sumber zat besi, sumber pelancar dan penghambat absorpsi zat besi pada remaja putri di SMAN 12 Kota Makassar”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan siswa terkait anemia, serta ada pengaruh terhadap konsumsi zat pelancar (protein, vitamin A, dan

vitamin B1), namun tidak ada pengaruh terhadap sikap dan peningkatan jumlah konsumsi makanan sumber zat besi dan penghambat absorpsi zat besi (kalsium dan tanin). Penelitian serupa juga dilakukan oleh Fitriani, S. D., dkk. (2019) di SMA Bina Muda Cicalengka Kabupaten Bandung. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan anemia gizi dengan media *motion* video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMA Bina Muda Cicalengka. Namun disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk menyempurnakan media *motion* video dengan membuat animasi yang lebih menarik dan mudah dimengerti oleh sampel. Penelitian yang dilakukan oleh Noverina, D., dkk. (2020) di SMPN 65 Jakarta Utara, dan diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi TTD menggunakan media *explanation* video. Namun perlu ada pengembangan lebih lanjut mengenai media animasi atau media lain. Penelitian terbaru yang dilakukan oleh Sari, D., & Vionalita, G. (2021) menunjukkan hasil terjadi perubahan pada pengetahuan remaja putri tentang anemia dan tablet tambah darah setelah diberikan edukasi menggunakan media video dan aplikasi quizlet. Saran dari penelitian ini yaitu perlunya untuk mengembangkan media video lebih lanjut agar mempermudah melakukan edukasi kepada para remaja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti melakukan penelitian tentang “Efektifitas Video sebagai Media Edukasi untuk Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Niat Terhadap Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri di SMAN 21 Makassar”. Penelitian ini merupakan bagian dari penelitian payung dari Rahayu Indriasari, S.KM., MPHCHN, Ph.D dengan judul

“Pengembangan Aplikasi Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja”. Pemilihan lokasi penelitian yakni di SMAN 21 Makassar, karena dalam pengembangan materi atau edukasi terkait anemia untuk remaja putri, sekolah tersebut dipandang lebih mudah atau aplikatif untuk masyarakat sosial ekonomi menengah kebawah, sehingga tentu dapat juga mencakup masyarakat sosial ekonomi menengah keatas. Selain itu, sebelumnya pernah dilakukan penelitian oleh Waluyo, D., dkk. (2018) yakni “Pengaruh pendidikan gizi anemia terhadap peningkatan pengetahuan pada anak remaja SMA Negeri 21 Makassar”, dari penelitian tersebut disarankan untuk penelitian selanjutnya yaitu memberikan jenis pendidikan gizi anemia lain, untuk mengetahui jenis-jenis pendidikan gizi anemia yang lebih baik. Kegiatan *Focus Group Discussion* (FGD) yang telah dilakukan oleh tim penelitian payung di SMAN 21 Makassar juga menemukan bahwa masih banyak remaja putri yang belum mengetahui masalah anemia gizi secara komprehensif, serta diperoleh informasi yakni media edukasi berbentuk video animasi merupakan media yang banyak diminati oleh remaja putri.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana efektivitas video edukasi pencegahan anemia terhadap pengetahuan, sikap, dan niat pada remaja putri usia SMA di kota Makassar?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu:

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas video edukasi pencegahan anemia terhadap pengetahuan, sikap, dan niat pada remaja putri di SMAN 21 Makassar

2. Tujuan Khusus

Berdasarkan tujuan umum di atas, maka tujuan khusus dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui bagaimana perubahan pengetahuan remaja putri tentang anemia setelah diberikan edukasi melalui video
2. Untuk mengetahui bagaimana perubahan sikap remaja putri terhadap upaya pencegahan anemia setelah diberikan edukasi melalui video
3. Untuk mengetahui bagaimana perubahan niat remaja putri terhadap pencegahan anemia setelah diberikan edukasi melalui video

D. Manfaat Penelitian

Berikut adalah beberapa manfaat dari penelitian ini:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam menambah wawasan terkait efektivitas suatu media yang digunakan dalam edukasi kesehatan terutama untuk remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan remaja putri terkait anemia dan berdampak pada perubahan perilaku dan sikap remaja putri tersebut dalam hal pencegahan anemia

b. Bagi Institusi

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan pengetahuan terbaru terkait efektivitas media edukasi berupa video.

3. Manfaat bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman, menambah wawasan, dan pengetahuan terkait edukasi pencegahan anemia dan yang terkait didalamnya menggunakan media elektronik audio visual berupa video.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum Media Edukasi

1. Definisi Media

Media memiliki beberapa arti, yang dapat dilihat secara terbatas maupun secara luas. Kata “media” berasal dari bahasa latin, bentuk jamak dari kata “medium”, yang secara bahasa berarti perantara sumber pesan dengan penerima pesan. Dalam Riyana, C. (2012), pengertian media disebutkan oleh beberapa ahli:

- b. AECT (*Association for Education and Communication Technology*), mengartikan media sebagai segala sesuatu yang dimanfaatkan untuk penyaluran informasi
- c. Miarso, berpendapat, media merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan siswa untuk belajar
- d. Briggs, menyebutkan bahwa media merupakan alat untuk menyampaikan materi pembelajaran seperti, buku, slide, video, dsb.
- e. Schram, menuturkan bahwa media merupakan teknologi penyalur pesan yang bisa dimanfaatkan untuk keperluan pembelajaran. Sehingga media juga disebut sebagai perluasan dari guru

Dari beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa media merupakan sebuah alat bantu, wadah atau sarana dari pesan yang ingin disampaikan oleh komunikator kepada sasaran atau audiens.

2. Manfaat Media

Beberapa manfaat dari media sebagai berikut (Notoatmodjo, S., 2011; Riyana, C., 2012):

- a. Menimbulkan minat sasaran
- b. Mencapai sasaran yang lebih banyak
- c. Membantu mengatasi hambatan bahasa dengan memperjelas pesan agar tidak terlalu verbalistis
- d. Mengatasi keterbatasan ruang, waktu, tenaga, dan daya indra
- e. Membuat konkrit konsep-konsep yang abstrak
- f. Mendorong sasaran untuk melaksanakan pesan-pesan yang disampaikan
- f. Membantu sasaran untuk belajar lebih banyak dan cepat
- g. Merangsang sasaran untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain
- h. Mempermudah penyampaian informasi oleh komunikator
- i. Mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran
- j. Mendorong keinginan seseorang untuk mengetahui, kemudian mendalami, dan memberikan pengertian yang lebih baik, sehingga terdorong untuk mengaplikasikan pengetahuan baru yang didapatkan
- k. Membantu menegakkan pengertian yang diperoleh

3. Fungsi Media

Teori komunikasi yang berkembang pada akhir tahun 1950 mulai memengaruhi penggunaan media, sehingga selain sebagai alat bantu, media juga berfungsi sebagai penyalur pesan. Menurut Levie dan Lentz dalam

(Arsyad, 2007) terdapat empat fungsi media dalam pembelajaran, khususnya media visual, yaitu:

- a. Fungsi afektif; media visual berfungsi sebagai afektif dilihat dari bagaimana kenyamanan sasaran ketika membaca atau belajar melalui teks atau sesuatu yang bergambar. Media yang bergambar akan terlihat lebih menarik dan menambah minat sasaran untuk mempelajari lebih jauh terkait informasi yang diberikan
- b. Fungsi atensi; media visual berfungsi sebagai atensi, dimana media secara visual merupakan inti yang dapat menarik dan mengarahkan perhatian sasaran untuk berkonsentrasi pada materi atau isi pesan yang ditampilkan. Dengan media yang tepat, diharapkan sasaran menjadi lebih tertarik untuk mempelajari dan mengetahui suatu informasi
- c. Fungsi kognitif; media visual berfungsi sebagai kognitif berdasarkan hasil beberapa penelitian yang mengungkapkan bahwa suatu gambar dapat memudahkan sasaran dalam memahami dan mengingat pesan yang terkandung dalam suatu gambar
- d. Fungsi kompensatoris; media visual berfungsi sebagai kompensatoris berdasarkan hasil penelitian yang mengungkapkan bahwa media visual dapat memberikan konteks pada seseorang/sasaran yang lemah secara verbal untuk mengorganisasi informasi pada teks dan mengingatnya kembali.

Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa suatu media pembelajaran berfungsi untuk membantu dan memudahkan proses belajar

bagi sasaran dan pemberi edukasi, serta memberikan pengalaman lebih nyata, juga menarik perhatian dan minat belajar sasaran.

4. Jenis-jenis media

Menurut Satrianawati (2018), jenis media secara umum dibedakan menjadi empat, yaitu:

- a. Media visual, merupakan media pembawa pesan yang tidak mengandung unsur suara dan mengandalkan indra penglihatan. Contoh: foto, gambar, poster, majalah, buku, dll.
- b. Media auditif, merupakan media yang mengandung pesan dalam bentuk suara, hanya dapat didengar, mengandalkan indra telinga atau pendengaran. Contoh: rekaman suara, siaran radio, dll.
- c. Media audio visual, merupakan kombinasi dari media audio dan visual, sehingga media tersebut bisa didengar dan dilihat secara bersamaan. Contoh: drama, pementasan, video, dll.
- d. Multimedia, merupakan rangkuman dari seluruh jenis media yang ada (teks, gambar, suara, animasi, dan video). Contoh: internet, dll.

5. Media Edukasi Kesehatan

Dalam proses pendidikan/edukasi kesehatan, untuk memperoleh hasil yang efektif, diperlukan media edukasi atau alat bantu untuk menyampaikan informasi atau pesan-pesan tentang kesehatan (Notoatmodjo, S., 2011). Media edukasi kesehatan merupakan sarana untuk menyampaikan informasi oleh komunikator kepada sasaran, sehingga sasaran tersebut dapat meningkatkan pengetahuannya dan diharapkan berubah perilakunya ke arah

positif terhadap kesehatan. Terdapat dua jenis media yang paling sering digunakan oleh petugas kesehatan dalam menyampaikan edukasi kesehatan (Pakpahan, M., dkk., 2021):

a. Media Cetak

- 1) Booklet; media dalam bentuk buku berisi pesan tulisan, gambar, atau keduanya
- 2) Leaflet; media berbentuk lembar yang dilipat, berisi pesan berupa tulisan, gambar, atau keduanya
- 3) Flyer; media berbentuk selebaran, seperti leaflet tapi tidak dalam bentuk lipatan
- 4) Flip chart; media berbentuk lembar balik, biasanya berisi gambar peragaan dan dibaliknya berisi kalimat informasi terkait gambar tersebut
- 5) Rubrik/tulisan-tulisan; biasanya terdapat di surat kabar atau majalah dengan topik yang berupa hal-hal berkaitan dengan kesehatan
- 6) Poster; media cetak yang berisi informasi/pesan kesehatan yang umumnya ditempel di tembok-tembok, tempat, dan kendaraan umum
- 7) Foto; digunakan untuk mengungkap informasi kesehatan

b. Media Eletronik

- 1) Televisi; dapat berupa forum diskusi/tanya jawab, quiz, dsb.
- 2) Radio; dapat berupa obrolan, tanya jawab, pesan suara berisi informasi kesehatan
- 3) Video; tayangan gambar yang bergerak dan disertai dengan suara

B. Tinjauan Umum Video Edukasi

1. Pengertian Video

Istilah video berasal dari kata *vi* dan *deo* dalam bahasa Inggris yang dijabarkan menjadi visual yang berarti gambar dan audio yang berarti suara. Sehingga pengertian dari video yaitu, sebuah media yang menampilkan gambar dan suara secara bersamaan (Asmoro, S.W., 2019). Video merupakan salah satu media audio visual yang banyak dikembangkan untuk keperluan pembelajaran/edukasi karena dapat meningkatkan hasil pembelajaran (Hardianti, & Asri, W. K., 2017). Dalam penggunaannya sebagai suatu media, video berfungsi untuk menyajikan informasi, dimana informasi tersebut dapat membuat stimulus pada seseorang untuk menyimak lebih dalam. Apabila dirancang dengan baik, video dapat menjadi media efektif untuk menyampaikan informasi dan pengetahuan kepada audiens/sasaran (Asmoro, S.W., 2019; Khairani, M., dkk., 2019).

2. Penggunaan Video sebagai Media Edukasi

Video merupakan media audio visual yang dapat menyajikan gambar dan suara secara bersamaan. Pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang diterima melalui panca indra. Menurut penelitian para ahli, hal yang esensial untuk mentransmisikan pemahaman ke dalam otak adalah indra penglihatan. Sekitar 75% - 87% pengetahuan manusia diperoleh melalui indra penglihatan, 13% melalui indra pendengaran, dan 12% melalui indra lainnya. Seiring dengan perkembangan teknologi yang sangat pesat,

pembuatan dan penggunaan media audio visual tidak lagi mahal. Baik di desa maupun perkotaan, fasilitas audio visual mudah dijangkau. Karena itu, pendidikan atau edukasi menggunakan media audio visual perlu dikembangkan, salah satunya dalam bidang kesehatan, dengan cara memberikan penyuluhan kepada masyarakat, serta berfokus pada peningkatan pengetahuan (Alsada, L. H., et al., 2005 dalam Lanipi, N. P., et al., 2021).

Video juga disebut sebagai media yang menarik, efektif, dan efisien yang memudahkan seseorang memahami informasi yang diberikan. Penelitian yang dilakukan oleh Sutrio dan Yuniarto, A. E. (2021) pada dua kelompok sampel, yakni kelompok intervensi dan kelompok kontrol, dimana kelompok intervensi diberikan edukasi menggunakan video, sedangkan kelompok kontrol diberikan edukasi menggunakan power point (media visual). Hasil penelitian menunjukkan kelompok intervensi yang diberikan video menunjukkan skor pengetahuan dan sikap yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang menggunakan power point.

Penelitian dengan topik judul efektivitas video animasi untuk meningkatkan pengetahuan gizi remaja yang dilakukan oleh Masitah, R., dkk. (2020) menunjukkan bahwa edukasi gizi menggunakan video animasi dapat meningkatkan pengetahuan gizi remaja karena video merupakan media edukasi yang menarik, efektif, dan efisien. Pada penelitian yang dilakukan oleh Waryana, dkk. (2019) pada dua kelompok sampel, yakni kelompok intervensi dan kelompok kontrol, dimana kelompok intervensi

diberikan edukasi menggunakan video, sedangkan kelompok kontrol diberikan edukasi menggunakan *food model* (media visual). Hasil penelitian menunjukkan kelompok intervensi yang diberikan video menunjukkan skor pengetahuan dan sikap yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang menggunakan *food model*. Hasil dari beberapa penelitian tersebut, diketahui bahwa media audio visual berupa video lebih baik dan efektif dalam memberikan informasi kepada responden.

3. Karakteristik Video Edukasi

Terdapat beberapa karakteristik atau kriteria video edukasi yang mampu meningkatkan motivasi belajar bagi sasaran, yaitu (Riyana, C., 2007 dalam Khairani, M., dkk., 2019):

a. *Clarity of Massage* (kejelasan pesan)

Paparan informasi melalui video yang menampilkan pesan secara jelas membuat sasaran dapat memahami informasi/pesan yang disampaikan secara lebih bermakna dan dapat diterima keseluruhan. Sehingga melalui media tersebut, dengan sendirinya informasi yang diberikan akan bersifat retensi.

b. *Stand Alone* (berdiri sendiri)

Video yang dikembangkan tidak bergantung atau tidak harus digunakan bersamaan dengan bahan ajar lain.

c. *User Friendly* (akrab dengan pemakainya)

Informasi dalam video menggunakan bahasa yang sederhana, umum, dan mudah dimengerti. Paparan informasi bersifat membantu dan tidak asing bagi audiens.

d. Representasi Isi

Materi bersifat representatif, misalnya materi simulasi atau demonstrasi. Materi pelajaran baik dalam bidang sosial maupun sains ataupun informasi dengan topik tertentu dapat disampaikan melalui media video.

e. Visualisasi dengan media

Materi disajikan secara multimedia, terdiri dari teks, animasi, suara, dan video sesuai dengan materi. Materi-materi yang akan ditampilkan bersifat aplikatif, berproses, sulit/berbahaya jika secara langsung dipraktikkan, dan memiliki tingkat keakurasian tinggi.

f. Menggunakan kualitas resolusi yang tinggi

Tampilan grafis video dibuat dengan resolusi tinggi, namun tetap sesuai dengan setiap spesifikasi perangkat.

g. Dapat digunakan secara klasikal atau individual

Video dapat digunakan oleh audiens secara individual, artinya audiens dapat mengakses video tersebut tidak hanya dalam lingkungan tertentu, misal di sekolah, tetapi juga dapat diakses dirumah. Selain itu, video juga dapat digunakan secara klasikal dengan jumlah audiens yang banyak.

4. Unsur-Unsur Video

Video yang merupakan media audio visual terdiri dari beberapa unsur-unsur, yaitu (Limbong, T., & Simartama, J., 2020):

a. Teks

Teks merupakan elemen dasar pada video yang berfungsi untuk menyampaikan informasi. Terdapat berbagai pilihan jenis dan bentuk teks yang dapat memberi daya tarik dalam penyampaian informasi.

b. Grafis

Grafis merupakan elemen penting pada video yang berfungsi memberikan penekanan secara visual terhadap informasi yang dipresentasikan. Grafis membantu menyajikan informasi lebih berkesan dan menarik.

c. Audio

Audio merupakan elemen pada video yang membantu untuk menyampaikan informasi dengan lebih efektif (penggunaan suara latar atau audio khusus). Audio membantu meningkatkan daya tarik terhadap informasi yang disampaikan.

d. Animasi

Animasi merupakan elemen pada video yang berperan sebagai daya tarik dan sangat membantu dalam menjelaskan suatu konsep yang kompleks dengan mudah dan berbentuk simulasi.

5. Kelebihan Video

Sebagai media edukasi, video memiliki karakteristik tersendiri dibandingkan dengan media yang lain. Kelebihan video sebagai berikut (Wisada, dkk., 2019):

- a. Dapat menyajikan unsur warna, bunyi, gerakan, dan suatu proses dengan baik dan jelas
- b. Dapat mencakup penggunaan berbagai media yang lain dengan baik seperti film, foto, slide, dan gambar
- c. Dapat menyampaikan pesan yang diterima secara lebih merata oleh sasaran
- d. Lebih realistis, dapat diulang dan dihentikan sesuai dengan kebutuhan
- e. Memberikan kesan yang mendalam yang dapat mempengaruhi sikap siswa

6. Kekurangan Video

Selain memiliki kelebihan, video juga memiliki kelemahan yakni (Vioreza, N., dkk., 2020):

- a. Tidak dapat menampilkan obyek dengan ukuran yang sebenarnya. Sebaiknya menghindari pembuatan naskah yang mendetail dan ada obyek pendamping atau keterangan untuk mendukung penampilan yang dilakukan
- b. Gambar dalam video berbentuk dua dimensi
- c. Video yang kurang tepat dapat membuat audiens ragu dalam menafsirkan gambar yang dilihat

- d. Membutuhkan biaya yang tidak sedikit

C. Tinjauan Umum tentang Anemia

1. Definisi

Anemia merupakan kondisi dimana jumlah atau kualitas sel darah merah (pembawa oksigen) tidak mencukupi pemenuhan kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis setiap orang berbeda berdasarkan usia, jenis kelamin, ketinggian lokasi tempat tinggal, kondisi kesehatan, dan fase kehamilan (WHO, 2011 dikutip dalam Ernawati, F., dkk., 2018).

2. Diagnosis dan Gejala

Indikator yang digunakan untuk menunjukkan kejadian anemia dapat dilihat dari kadar Hb seseorang. Anemia ringan ditunjukkan dengan kadar Hb 10-14 g/dL yang umumnya tidak menunjukkan gejala. Namun gejala akan muncul seiring dengan peningkatan keparahannya. Anemia sedang ditunjukkan dengan kadar Hb 6-10 g/dL dengan gejala yang dapat berupa *dyspnea*, *palpitasi*, *diaforesis* saat aktivitas, dan kelemahan kronis. Dan anemia berat ditunjukkan dengan kadar Hb < 6 g/dL yang dapat terjadi asimtomatik karena berkembang secara bertahap, namun dapat menunjukkan manifestasi klinis yang signifikan di berbagai organ tubuh (Nurbadriyah, W. D., 2019).

3. Penyebab

Beberapa hal yang menjadi penyebab dari kejadian anemia, yaitu (Nurbadriyah, W. D., 2019):

- a. Peningkatan Kebutuhan secara fisiologis

Ada beberapa periode kehidupan yang membutuhkan zat besi dalam jumlah yang lebih banyak, diantaranya yaitu pada periode kehamilan, masa balita, anak usia sekolah, dan masa remaja, dimana zat besi dibutuhkan untuk proses tumbuh kembang. Pertumbuhan cepat di umur satu tahun pertama dan periode remaja menyebabkan kebutuhan terhadap zat besi meningkat sehingga kejadian anemia zat besi sering terjadi, terutama ketika remaja tersebut tidak menjaga pola makan yang baik, yang mengakibatkan kebutuhan asupan zat besi hariannya tidak terpenuhi untuk membantu proses pembentukan sel darah merah. Selain zat besi, vitamin A, asam folat, dan vitamin B12 juga merupakan zat gizi yang esensial untuk proses pembentukan sel darah merah dalam tubuh.

b. Rendahnya Penyerapan Zat Besi

Rendahnya penyerapan zat besi dapat terjadi karena asupan zat besi yang diperoleh dari makanan tidak adekuat, terutama apabila berada pada periode kehidupan yang membutuhkan zat besi dalam jumlah yang lebih banyak. Terdapat dua jenis zat besi dari makanan, yaitu zat besi *heme* dan *non heme*. Zat besi *heme* merupakan makanan yang berasal dari produk hewani. Sedangkan zat besi *non heme* berasal dari produk nabati. Zat besi *heme* memiliki tingkat penyerapan yang tinggi (jumlah serapan sekitar 20-30%) dibanding zat besi *non heme*. Rendahnya penyerapan zat besi juga dapat disebabkan oleh jenis makanan tertentu yang dapat menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh, seperti kafein, tanin, oksalat, dan fitat. Senyawa-senyawa tersebut dapat

menghambat penyerapan zat besi karena akan mengikat zat besi dalam makanan secara kuat (Taufiq, Z., Ekawidyani, K. R., & Sari, T. P., 2020).

c. Perdarahan

Kehilangan darah dapat menjadi penyebab terjadinya anemia defisiensi besi dengan mempengaruhi keseimbangan status besi di dalam tubuh. Kehilangan sebanyak 1 ml darah akan mengakibatkan kehilangan zat besi sebanyak 0,5 mg, sehingga kehilangan darah sebanyak 3-4 ml/hari (1,5 – 2 mg besi) dapat menyebabkan keseimbangan negatif besi. Anemia yang disebabkan perdarahan akut berkaitan dengan komplikasi berkurangnya volume intraseluler dan ekstraseluler (Oehadian, A., 2012).

d. Penyakit Infeksi

Di Indonesia, penyakit infeksi, salah satunya adalah kecacingan masih merupakan salah satu penyebab dari kasus anemia gizi besi. Kecacingan tersebut dapat mengakibatkan anemia ketika infeksi yang terjadi memiliki intensitas yang sedang hingga berat. Karena diperkirakan cacing menghisap darah 2-100 cc setiap harinya. Infeksi kecacingan banyak ditemukan di daerah yang memiliki sanitasi dan higienitas yang buruk, air yang terkontaminasi, lingkungan padat penduduk, serta cuaca yang panas dan lembab (Khaidir M., 2007; Puteri, P., Nuryanto, N., Candra, A., 2019).

4. Pencegahan

Anemia bukan merupakan suatu penyakit, namun kondisi patologis yang disebabkan oleh masalah kesehatan tertentu. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui terlebih dahulu penyebab anemia yang terjadi sebelum memutuskan cara mengatasinya. (WHO, 2017 dikutip dalam Ernawati, F., dkk., 2018). Berikut beberapa cara pencegahan anemia (Maita, L., dkk., 2019):

- a. Mengonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi dari pangan hewani dan nabati
- b. Mengonsumsi makanan sumber vitamin C yang bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi
- c. Minum TTD, khususnya saat sedang menstruasi
- d. Bila merasakan tanda dan gejala anemia, segera konsultasi ke dokter untuk mengetahui penyebab dan diberikan pengobatan yang sesuai

D. Tinjauan Umum tentang Anemia Remaja Putri

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang diawali dengan pubertas yakni timbulnya perubahan-perubahan yang berkaitan dengan kematangan fisik, khususnya kematangan secara seksual dan berakhir bersamaan dengan berakhirnya pertumbuhan dan perubahan-perubahan tersebut (Siahaan, M., 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Novayanti, N., dan Sundari, S. W. (2020) dengan tujuan mengkaji status anemia remaja putri usia SMA di Kota Tasikmalaya memperoleh hasil 74,1 % dari 58 siswi mengalami anemia.

Penelitian yang dilakukan Hasyim, A. N., dkk. (2018) menyebutkan bahwa usia memiliki keeratan hubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Karena pada usia remaja, khususnya remaja putri biasanya cenderung melakukan diet karena ingin mendapatkan *body goals* yakni berbadan langsing, sementara di usia tersebut juga para remaja khususnya perempuan mengalami menstruasi setiap bulan yang menjadi penyebab peluang terjadinya anemia lebih besar. Selain itu, pada penelitian yang sama, ditemukan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan resiko anemia dengan kategori kurang (61,1%). Hasil penelitian oleh Nasution, Z., dkk. (2020) menunjukkan hasil yang serupa, yakni rendahnya pengetahuan gizi remaja yang kemudian berdampak pada rendahnya tindakan dalam memilih makanan yang merupakan sumber zat besi ataupun bahan makanan yang banyak mengandung senyawa seperti vitamin C, vitamin B12, dan asam folat yang dapat meningkatkan absorpsi zat besi yang terkandung dalam bahan makanan yang dikonsumsi.

Dari beberapa penelitian tersebut, disimpulkan bahwa perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan kesehatan terutama pengetahuan tentang risiko anemia dan perilaku pencegahan anemia melalui edukasi pada remaja putri, agar mereka dapat memahami kebutuhan gizi yang harus dipenuhi serta mampu memilih berbagai bahan makanan yang dapat menyumbangkan zat gizi sesuai kebutuhan sehingga dapat mengurangi risiko kejadian anemia.

E. Tinjauan Umum tentang Variabel yang diteliti

1. Tinjauan Umum tentang Pengetahuan

a. Definisi

Pengetahuan atau kognitif merupakan hasil “tahu” yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan dilakukan dapat melalui indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga. Diketahui bahwa pengetahuan merupakan domain yang sangat berperan dalam terbentuknya tindakan seseorang. Pengukuran tingkat pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau kuesioner yang berisi pertanyaan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek/responden penelitian (Notoatmodjo, S., 2011).

Sebelum seseorang mengadopsi perilaku baru, dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan, namun perubahan perilaku tersebut tidak selalu melewati tahap yang sama. Apabila adopsi perilaku melalui suatu proses yang didasari oleh pengetahuan, kesadaran, dan sikap positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*long lasting*). Proses adopsi perilaku yang dimaksud, yaitu (Notoatmodjo, S., 2011):

- 1) *Awareness* (kesadaran), orang tersebut/subjek menyadari/mengetahui terhadap stimulus (objek)
- 2) *Interest* (merasa tertarik), subjek merasa tertarik terhadap objek. Sikap dari subjek mulai muncul

- 3) *Evaluation* (menimbang-nimbang), subjek menimbang terhadap baik tidaknya stimulus yang diterima. Hal ini berarti sikap subjek sudah lebih baik lagi
 - 4) *Trial*, subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus
 - 5) *Adoption*, subjek telah mengadopsi perilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikap terhadap stimulus
- b. Cakupan pengetahuan dalam dominan kognitif

Terdapat enam tingkat pengetahuan yang dicakup di dalam domain kognitif (Notoatmodjo, S., 2011):

1) Tahu

Tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah dan diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Pengetahuan pada tingkat ini adalah mengingat kembali sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan/informasi yang telah dipelajari/diterima. Kata kerja yang menunjukkan bahwa seseorang tahu tentang apa yang telah dipelajari yaitu: menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dsb.

2) Memahami

Memahami merupakan kemampuan menjelaskan tentang objek (materi) yang diketahui dan menginterpretasi materi tersebut dengan benar. Seseorang yang telah paham tentang suatu materi, dapat

menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, dsb. terkait materi tersebut.

3) Aplikasi

Aplikasi merupakan kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi yang sebenarnya.

4) Analisis

Analisis diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjabarkan materi ke dalam komponen-komponen yang masih berkaitan satu sama lain. Dalam kata kerja, kemampuan analisis dapat dilihat dari kemampuan untuk menggambarkan/membuat bagan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dsb.

5) Sintesis

Sintesis merupakan suatu kemampuan untuk meletakkan atau menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6) Evaluasi

Evaluasi merupakan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi. Penilaian tersebut dilakukan berdasarkan kriteria yang ditentukan sendiri atau kriteria yang telah ada.

Tabel 2.1 Sintesa Penelitian Pengetahuan

No	Peneliti (Tahun) dan Sumber Jurnal	Judul dan Nama Jurnal	Desain Penelitian	Sampel	Temuan
1	Ravi Masitah, Eti Poncorini	<i>The Effectiveness of Animation Video to</i>	<i>Quasi eksperimental</i> dengan desain	84 remaja yang terdiri dari 42 siswa	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan gizi melalui

	Pamungkasari, Suminah (2020) https://e-journal.unair.ac.id/MGI/article/view/14913	<i>Increase Adolescents' Nutritional Knowledge</i> <i>National Nutrition Journal</i>	kelompok kontrol yang tidak setara	dalam kelompok kontrol (SMAN 1 Lendah) dan 42 siswa dalam kelompok intervensi (SMAN 1 Girimulyo)	video animasi dapat meningkatkan pengetahuan gizi remaja. Peningkatan pengetahuan gizi dapat dilakukan melalui pemberian edukasi dengan media yang menarik, efektif dan efisien.
2	Dhita Noverina, Lintang Purwara Dewanti, Laras Sitoayu (2020) https://ejournal.unida.gontor.ac.id/index.php/nutrition/article/view/4048	Pengaruh <i>Explanation Video</i> Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah di SMPN 65 Jakarta Utara <i>Darussalam Nutrition Journal</i>	<i>Quasi eksperimental</i> pre-test post-test dengan kelompok kontrol	Total populasi 380 siswi, dengan sampel 215 siswi.	Terdapat pengaruh media <i>explanation</i> video dalam pencegahan anemia remaja putri terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi TTD di SMPN 65 Jakarta Utara.

2. Tinjauan Umum tentang Sikap

a. Definisi

Sikap merupakan respons, reaksi, atau tanggapan seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau perilaku, melainkan prediktor dari perilaku yang merupakan respons atau reaksi emosional seseorang ketika menerima stimulus dari lingkungan. Manifestasi dari sikap ditafsirkan dari perilaku yang tertutup. Pengukuran sikap dapat

dilakukan secara langsung bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek (Notoatmodjo, S., 2011).

b. Komponen sikap

Sikap mempunyai komponen pokok yang membentuk sikap yang utuh. Dalam penentuan sikap yang utuh, hal yang berperan penting yaitu, pengetahuan, berpikir, keyakinan, dan emosi. Komponen pokok dari sikap, yaitu (Notoatmodjo, S., 2011):

- 1) Kepercayaan, merupakan ide dan konsep terhadap suatu objek
- 2) Kehidupan emosional atau evaluasi emosional terhadap suatu objek
- 3) Kecenderungan untuk bertindak

c. Tingkatan sikap

Sikap yang merupakan reaksi emosional terhadap stimulus suatu objek terbagi menjadi beberapa tingkatan (Nurmala, I., dkk., 2020):

- 1) Menerima, terjadi jika individu memiliki kemauan untuk memperhatikan stimulus yang diterima
- 2) Merespons, terjadi jika individu memberikan reaksi yang tampak pada perilaku terhadap stimulus yang diterima
- 3) Menghargai, terjadi jika individu memberikan penghargaan pada stimulus yang diterima dan meneruskan/mengajak kepada orang lain
- 4) Bertanggung jawab, terjadi jika individu menerima segala konsekuensi atas pilihannya dan bersedia untuk bertanggung jawab terhadap sikapnya

Tabel 2.2 Sintesa Penelitian Sikap

No	Peneliti (Tahun) dan Sumber Jurnal	Judul dan Nama Jurnal	Desain Penelitian	Sampel	Temuan
1	Shafira Dwiana Fitriani, Rizza Umamah, Dadang Rosmana, Mamat Rahmat, Gurid Pramintarto Eko Mulyo (2019) https://www.juriskes.com/index.php/jr/article/view/686	Penyuluhan Anemia Gizi dengan Media <i>Motion Video</i> Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung	<i>Quasi experimental</i> dengan satu kelompok <i>pre-test post-test</i>	Siswi SMA Bina Muda Cicalengka sebanyak 21 orang	Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh penyuluhan anemia gizi dengan media <i>motion video</i> terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMA Bina Muda Cicalengka.
2	Wahyuningsih Triana Nugraheni, Binti Yunariah, Supandi (2018) http://journal.poltekkesdepkes-sby.ac.id/index.php/KEP/article/view/1442/806	Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Pencegahan Anemia di SMPN 1 Purwosari Kabupaten Bojonegoro Jurnal Keperawatan	Deskriptif	Total populasi 448 remaja putri, dengan sampel 211.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sebesar 66% remaja (14) berpengetahuan cukup, 2. Sebesar 70% remaja yang pernah memperoleh informasi pencegahan anemia berpengetahuan cukup, 3. Sebesar 88% remaja yang memperoleh informasi tentang pencegahan anemia dari guru berpengetahuan cukup, 4. Sebesar 56% remaja (15) bersikap positif, 5. Sebesar 72% remaja yang tidak pernah memperoleh informasi tentang pencegahan

					anemia bersikap negatif, 6. Sebesar 82% remaja yang pernah memperoleh informasi tentang pencegahan anemia dari guru bersikap positif.
--	--	--	--	--	--

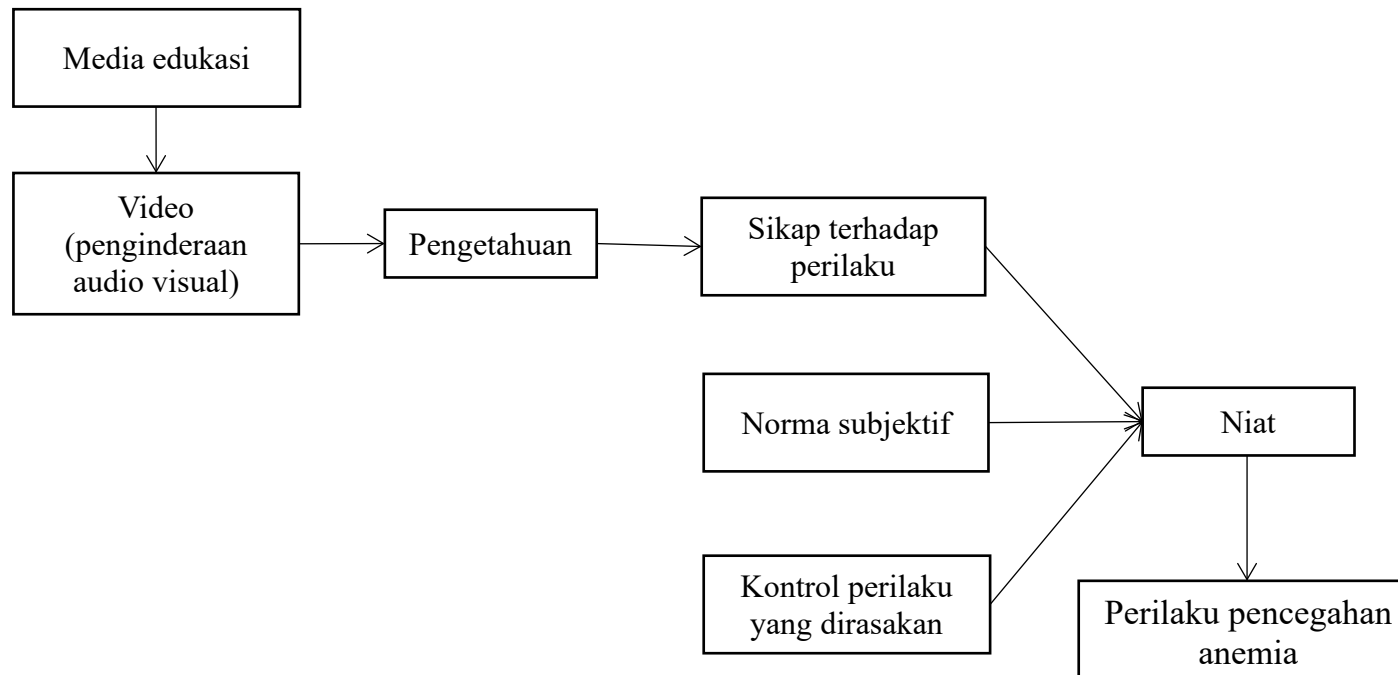
3. Tinjauan Umum tentang Niat

Niat diartikan sebagai suatu tujuan dan keinginan untuk melakukan suatu tindakan yang akan dikerjakan pada masa yang akan datang (Al-Asyqar, U. S., 2005). Niat merupakan salah satu faktor yang berperan dalam munculnya perilaku. *Theory of Planned Behavior* menjelaskan bahwa seseorang dapat bertindak berdasarkan intensi atau niat jika memiliki kontrol terhadap perilaku. Niat atau tekad dapat mendorong seseorang untuk melakukan suatu tindakan ketika mendapat stimulus untuk situasi tertentu. Niat tidak bersifat statis dan dapat berubah seiring dengan berjalannya waktu, karena itu semakin lebar interval waktu, semakin memperbesar kemungkinan terjadinya perubahan-perubahan pada niat (Ajzen, I., 2002). Dengan stimulus berupa edukasi, diharapkan terjadi perubahan niat positif pada remaja putri dan memunculkan perilaku untuk mencegah anemia.

Tabel 2.3 Sintesa Penelitian Niat

No	Peneliti (Tahun) dan Sumber	Judul dan Nama	Desain Penelitian	Sampel	Temuan
1	Trine Mørk, Liisa Lähteenmäk, Klaus G. Grunert	<i>Determinants of intention to reduce salt intake and</i>	Eksperimen	1030 peserta	Norma pribadi dan sosial memberikan pengaruh terkuat terhadap niat untuk mengubah kebiasaan diet,

	(2019) https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0195666318317513	<i>willingness to purchase salt-reduced food products: Evidence from a web survey</i> <i>Appetite</i>			sedangkan norma pribadi, pengetahuan, dan kesadaran akan konsekuensi kesehatan memberikan pengaruh terkuat pada keinginan untuk membeli produk makanan yang dikurangi garam.
2	Puspita Sari http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/2904/	Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Menggunakan Media <i>Cups Games</i> di Kecamatan Kajuara Kabupaten Bone Skripsi	<i>Quasi experimental</i> dengan rancangan <i>non-equivalent control group</i>	50 remaja putri	Terjadi peningkatan niat, pengetahuan, sikap, dan motivasi pada kedua kelompok sampel. Hasil analisis uji statistik antarkelompok menunjukkan bahwa media <i>cups games</i> lebih berpengaruh dalam meningkatkan niat dan motivasi sedangkan untuk media leaflet lebih berpengaruh meningkatkan sikap. Untuk variabel pengetahuan tidak ada perbedaan diantara kedua media.

F. Kerangka Teori

Gambar 2.1
Kerangka Teori

Sumber: Dimodifikasi dari Notoadmodjo, S., 2011;
Ajzen, I., 2006