

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN EDUKASI MELALUI REELS INSTAGRAM  
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI MENGENAI  
ANEMIA DI SMP N 3 TANJUNGSARI**

Nisa Ainun Syapaat<sup>1</sup>, Kurniaty Ulfah<sup>2</sup>, Yulidar Yanti<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung

Email: [nisaainun0912@gmail.com](mailto:nisaainun0912@gmail.com)<sup>1</sup>, [uul14@yahoo.com](mailto:uul14@yahoo.com)<sup>2</sup>, [yantiyulidar@gmail.com](mailto:yantiyulidar@gmail.com)<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

Remaja putri saat ini mengalami tiga masalah gizi salah satunya masalah anemia. Di Kecamatan Tanjungsari remaja putri yang mengalami anemia sebesar 20,1% dari 848 remaja putri yang dilakukan pemeriksaan anemia. faktor penyebab remaja putri mengalami anemia disebabkan karena kurangnya pengetahuan mengenai anemia. Oleh karena itu untuk menanggulangi masalah anemia dapat dilakukan dengan memberikan edukasi kepada remaja putri menggunakan *reels* instagram untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia. Tujuan penelitian ini mengetahui efektivitas pemberian pendidikan kesehatan mengenai anemia terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di SMPN 3 Tanjungsari Sumedang menggunakan video *reels* instagram dan metode ceramah. Jenis penelitian ini menggunakan *Randomized Controlled Trial* (RCT). Kelompok intervensi diberikan edukasi melalui *reels* intagram dan kelompok kontrol diberikan edukasi metode ceramah. Sampel penelitian sebanyak 76 siswi SMPN 3 Tanjungsari. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *wilcoxon* dan uji *mann-whitney*. Hasil uji statistik mengenai perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum dan setelah intervensi pada kedua kelompok diperoleh nilai  $P < 0,05$  dengan peningkatan median kelompok perlakuan sebesar 95,0 dan kontrol sebesar 75,0. Hasil uji statistik mengenai perbedaan peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia setelah intervensi antara kedua kelompok diperoleh nilai  $P < 0,05$  dengan selisih median kelompok perlakuan sebesar 65.0 dan kontrol sebesar 30.0. Pemberian edukasi melalui *reels* instagram sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia.

**Kata Kunci:** Remaja Putri, *Reels* Instagram, Pengetahuan Anemia

**ABSTRACT**

*Young women currently experience three nutritional problems, one of which is anemia. In Tanjungsari District, 20.1% of the 848 teenage girls who experienced anemia were diagnosed with anemia. The factor that causes young*

*women to experience anemia is due to a lack of knowledge about anemia. Therefore, to overcome the problem of anemia, it can be done by providing education to young women using Instagram reels to increase young women's knowledge about anemia. The aim of this research is to determine the effectiveness of providing health education regarding anemia in increasing the knowledge of young women at SMPN 3 Tanjungsari Sumedang using Instagram video reels and the lecture method. This type of research uses a Randomized Controlled Trial (RCT). The intervention group was given education via Instagram reels and the control group was given education using the lecture method. The research sample was 76 female students at SMPN 3 Tanjungsari. The data collection instrument uses a questionnaire. Data analysis used the Wilcoxon test and Mann-Whitney test. The results of statistical tests regarding differences in the level of knowledge of female adolescents about anemia before and after intervention in the two groups obtained a P value  $<0.05$  with an increase in the median of the treatment group of 95.0 and the control group of 75.0. The results of statistical tests regarding the difference in the increase in knowledge of adolescent girls regarding anemia after the intervention between the two groups obtained a P value  $<0.05$  with a median difference between the treatment group of 65.0 and the control group of 30.0. Providing education through Instagram reels is very effective in increasing young women's knowledge about anemia.*

**Keywords:** *Young Women, Instagram Reels, Anemia Knowledge*

## **PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Berbagai perubahan, termasuk perubahan hormonal, fisik, psikologis dan sosial terjadi selama ini. Perubahan ini terjadi dengan cepat dan mungkin tidak terduga. Usia remaja berkisar antara 10 hingga 18 tahun, menurut Kementerian Kesehatan Indonesia. Masa remaja adalah masa pertumbuhan dan perkembangan fisik, emosional, dan intelektual yang signifikan, akibatnya banyak sekali masalah kesehatan yang dialami oleh remaja.

Populasi remaja di Indonesia cukup besar, menurut Badan Pusat Statistik Nasional 2021, populasi remaja usia 10-19 tahun berkisar 16,3% dari total 272.68 juta. Menurut Badan Pusat Statistik 2021 16,3% dari 48.220 juta remaja putri Jawa Barat berusia antara 10 dan 19 tahun. Sementara itu menurut Badan Pusat Statistik 2021 jumlah remaja putri di Kecamatan Tanjungsari sebesar 8,33% dari total penduduk 85.615 jiwa.

Masa remaja adalah suatu hal yang penting untuk mengembangkan perilaku kesehatan dan asupan nutrisi yang baik. Apabila hal ini tidak ditangani saat ini, masalah gizi pada remaja dapat menimbulkan penyakit kronis di kemudian hari. Remaja Indonesia saat ini mengalami tiga masalah gizi yang ditandai dengan kurang gizi, obesitas dan kekurangan mikronutrien yang dapat menyebabkan anemia.

Anemia merupakan salah satu masalah yang dapat diakibatkan oleh gangguan gizi ketika kondisi tubuh dalam hal kadar haemoglobin darah (Hb) lebih rendah dari normal.

Ketika kadar hemoglobin darah remaja putri  $<12$  g/dL mereka mengalami anemia. Angka kejadian anemia pada remaja putri sampai saat ini masih tinggi. Organisasi kesehatan dunia (WHO) 2009 memperkirakan bahwa kejadian anemia di seluruh dunia mencapai 40-88% dan angka kejadian anemia pada remaja putri di negara berkembang sebesar 53,7%. Berdasarkan hasil Riskesdas 2013, di Indonesia angka kejadian anemia secara umum sebesar 21,7%, sekitar 18,4% anemia dialami oleh remaja laki-laki berumur 15-24 tahun, sedangkan remaja putri yang mengalami anemia sebesar 37,1%. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan terjadi peningkatan kasus anemia pada kelompok remaja putri berumur 15-24 tahun menjadi 48,9%. Menurut data SSGI (Survei Status Gizi Indonesia) 2021 menunjukkan prevalensi anemia di wilayah Jawa Barat pada remaja putri sebesar 41,93%. Di Kecamatan Tanjungsari kejadian anemia pada remaja putri sebesar 20,1% dari 848 remaja putri yang dilakukan pemeriksaan anemia. Sementara itu remaja putri yang mengalami anemia di SMPN 3 Tanjungsari sebesar 18,4% dari total 38 siswi yang dilakukan pemeriksaan anemia.

Penyebab anemia pada remaja sangat beragam, sebagaimana yang dilaporkan dari beberapa penelitian. Penelitian Akma Listiana (2016) melaporkan bahwa faktor penyebab anemia yang paling signifikan dari hasil penelitian tersebut adalah faktor indeks masa tubuh (IMT) dengan nilai  $OR=2,329$  (nilai  $p<0,005$ ) sehingga remaja putri dengan IMT tidak normal memiliki risiko 2,329 kali terkena anemia. Menurut penelitian Mahmut Jaelani (2017), faktor penyebab anemia pada remaja yaitu status gizi  $p<0,05$  dengan nilai  $OR=5,301$  sehingga remaja putri yang status gizinya buruk memiliki risiko 5,301 kali terkena anemia. Terdapat penelitian Zhonghai Zhu (2021) di negara Cina, menyatakan bahwa penyebab anemia pada remaja yaitu asupan gizi yang kurang atau remaja yang kurang mengkonsumsi telur dan daging  $p<0,05$ . Berdasarkan laporan dari beberapa penelitian tersebut di atas, faktor gizi menjadi salah satu penyebab anemia paling banyak.

Selain faktor gizi atau IMT, faktor penyebab anemia yang paling signifikan adalah pengetahuan, terbukti dari hasil penelitian Akma Listiana (2016) diperoleh  $P<0,05$  artinya pengetahuan berdampak signifikan terhadap kejadian anemia pada remaja, dengan nilai  $OR=2,298$  sehingga remaja putri yang pengetahuannya kurang memiliki risiko 2,298 kali mengalami anemia. Menurut penelitian Atika (2018) faktor penyebab anemia dapat disebabkan karena pengetahuan remaja putri yang kurang mengenai anemia, penelitian tersebut menunjukkan remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang sebagian besar menderita anemia. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p<0,05$  hal ini menyatakan terdapat hubungan bermakna yaitu pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri. Menurut penelitian Budianto 2016 menunjukkan kurangnya pengetahuan remaja putri mengenai anemia dapat mempengaruhi kejadian anemia pada remaja tersebut. Hasil uji statistik didapatkan  $p<0,05$  sehingga terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian remaja putri yang mengalami anemia.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di UPTD puskesmas Tanjungsari mengenai anemia remaja putri, sudah diadakan program pemberian TTD kepada remaja putri sejak tahun 2019, biasanya dilakukan pemberian tablet Fe dua bulan sekali satu tablet, program ini berfokus kepada remaja putri di SMP dan SMA usia 10 sampai 19 tahun. UPTD

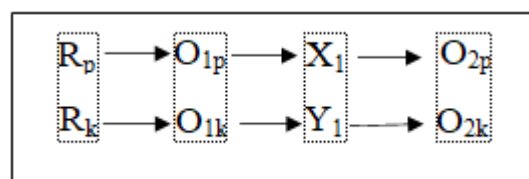
Puskesmas Tanjungsari melakukan penyuluhan anemia kepada remaja putri secara kondisional dan jarang dilakukan rutin, sehingga hanya diberikan edukasi dalam sekali pertemuan, untuk pemberian penyuluhannya menggunakan media berupa lembar balik dan brosur yang diberikan langsung saat pertemuan pertama. UPTD puskesmas Tanjungsari sampai saat ini belum menggunakan media sosial sebagai sarana edukasi kepada remaja putri mengenai anemia, selain dari itu tidak ada evaluasi pengetahuan remaja putri mengenai anemia meskipun sudah ada program penanganan anemia terhadap remaja putri. Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan survei langsung ke lokasi untuk menilai pengetahuan remaja putri di SMPN 3 Tanjungsari dan melakukan pendataan seberapa banyak remaja putri di SMPN 3 Tanjungsari yang berjumlah 108 siswi menggunakan sosial media instagram. Didapatkan remaja putri yang berjumlah 108 (100%) semuanya memiliki akun media sosial instagram. Saat dilakukan test pengetahuan anemia kepada remaja putri SMPN 3 Tanjungsari didapatkan pengetahuan anemia cukup sebesar 31,5% dari 40 siswi, dan remaja putri dengan pengetahuan kurang sebesar 68,4% dari 40 siswi. Dari 40 siswi yang dilakukan penilaian pengetahuan mengenai anemia, belum ada yang mencapai pengetahuan baik mengenai anemia pada remaja.

Dari hasil penelitian dan studi pendahuluan tersebut disimpulkan bahwa pengetahuan remaja mempunyai pengaruh yang bermakna terhadap kejadian anemia. Maka dari itu, untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai anemia, remaja perlu diberikan edukasi menggunakan pemanfaatan media sosial melalui instagram dengan video *motion graphics* yang merupakan potongan-potongan media visual berupa film dan desain grafis yakni menggabungkan beberapa bagian serupa dengan animasi dua dimensi, video, film, tifografi, ilustrasi dan musik. Berdasarkan penelitian Luthfiana (2018) mengenai pengaruh edukasi menggunakan media sosial instagram melalui postingan foto slide didapatkan hasil uji statistik  $p < 0,05$  sehingga penggunaan media sosial instagram sangatlah bermanfaat dalam proses pendidikan kesehatan karena media sosial semakin berkembang dan sangat lazim digunakan pada kalangan remaja saat ini.

## METODE PENELITIAN

### Jenis dan desain penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah *Randomized Controlled Trial* sederhana. Desain penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dengan pendekatan pretest and posttest untuk menilai apakah terdapat efektivitas sebelum dan setelah diberikan perlakuan.



### Keterangan

Rp/Rk = Alokasi subjek ke dalam kelompok perlakuan dan kontrol dilakukan randomisasi.

O1p = Pretest pada kelompok eskperimen sebelum diberi perlakuan  
X1 = Perlakuan kelompok eksperimen edukasi reels Instagram  
O2p = Posttest kelompok eksperiment setelah diberi perlakuan  
O1k = Pretest pada kelompok kontrol sebelum diberikan perlakuan  
Y1 = Perlakuan kelompok kontrol edukasi konvensional ceramah  
O2k = Posttest pada kelompok kontrol setelah diberi perlakuan

## **Populasi dan sampel**

### **Populasi**

Menurut Arikunto S 2014 menyatakan populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Populasi target  
Populasi target penelitian ini adalah remaja putri di Kabupaten Sumedang
- 2) Populasi terjangkau  
Populasi terjangkau penelitian ini adalah remaja putri yang berada di SMPN 3 Tanjungsari Kabupaten Sumedang.

### **Sampel**

Menurut Arikunto 2014 sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sampel penelitian ini adalah remaja putri di SMPN 3 Tanjungsari Kabupaten Sumedang yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak termasuk ke dalam kriteria eksklusi

- 1) Kriteria sampel
  - (1) Kriteria inklusi  
Menurut Notoatmodjo 2012 kriteria inklusi adalah kriteria yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :
    - a. Bersedia menjadi responden
    - b. Usia 10-19 tahun
    - c. Mempunyai gadget
    - d. Kooperatif dapat mengikuti arahan peneliti
  - (2) Kriteria eksklusi  
Menurut Notoatmodjo 2012 kriteria eksklusi adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel. Kriteria enklusi dalam penelitian ini adalah :
    - a. Responden yang sakit
    - b. Responden yang tidak masuk sekolah saat penelitian berlangsung
    - c. Responden dengan keterbatasan
  - (3) Kriteria *drop out*:
    - a. Mengundurkan diri di tengah-tengah intervensi
    - b. Tidak menyimak video edukasi atau ceramah dengan tuntas

c. Tidak mengikuti evaluasi penelitian

2) Teknik pengambilan sampel

Penelitian ini menggunakan teknik *stratified random sampling*. Pengambilan sampel dilakukan dengan menetapkan anggota populasi dalam bentuk strata yang didasarkan pada karakteristik umum dari anggota populasi yang berbeda berdasarkan kelas. Setiap anggota mempunyai karakteristik umum yang sama dan dikelompokkan pada satu strata kemudian diambil sampel yang mewakili di SMPN 3 Tanjungsari dari 3 tingkat mulai dari kelas 7, 8 dan 9 dengan total keseluruhan terdapat 9 kelas, dari 9 kelas tersebut dilakukan randomisasi menggunakan aplikasi acak online sampai tercapainya jumlah sampel yang telah ditentukan yaitu 76 sampel. Jumlah remaja putri SMPN 3 Tanjungsari adalah 108 siswi, dari 108 siswi ini adalah gabungan kelas 7a, 7b, 7c, 8a, 8b, 8c, 9a, 9b, 9c. Dalam pengambilan sampel yang dilakukan acak online, masing-masing kelas akan diambil 6 sampai 10 siswi SMPN 3 Tanjungsari.

3) Alokasi

Pada penelitian ini dari 76 sampel dikelompokkan ke dalam kelompok perlakuan dan kontrol dengan pembagian masing-masing kelompok berjumlah 38 sampel. Pada pembagian kelompok perlakuan dan kontrol dilakukan secara randomized, pengacakan tersebut dilakukan menggunakan undian, untuk pembagiannya dibuatkan kode yaitu untuk perlakuan diberi kode R<sub>1</sub>-R<sub>38</sub> dan untuk kelompok kontrol diberi kode K<sub>1</sub>-K<sub>38</sub>, undian tersebut di tempatkan pada satu tempat sehingga pada saat pembagiannya dari 76 siswi SMPN 3 Tanjungsari diberikan kebebasan untuk mengambil satu undian. Pemberian intervensi pada kelompok perlakuan dan kontrol mulai dari *pretest* dan *posttest* dengan dilakukan pada jadwal pelaksanaan yang berbeda karena penelitian ini memakai jam pembelajaran sekolah, sehingga meskipun responden sudah mendapat perizinan mengikuti penelitian ini, responden tidak akan tertinggal mendapatkan pembelajaran di sekolah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Penelitian berlangsung di SMPN 3 Tanjungsari. Pada Maret 2023, penelitian ini dilakukan secara langsung. Sekolah menengah pertama bernama SMPN 3 Tanjungsari dapat ditemukan di desa Kadakajaya, kecamatan Tanjungsari, kabupaten Sumedang, Jawa Barat. Total 108 siswa SMPN 3 Tanjungsari adalah remaja putri. Minimnya angkutan umum, kawasan SMPN 3 Tanjungsari memiliki akses kendaraan yang terbatas. SMPN 3 Tanjungsari merupakan sekolah yang mendapat akreditasi A. Sebagian besar siswa SMPN 3 Tanjungsari berasal dari lingkungan sekitar.

Responden yang mengikuti penelitian dari awal hingga akhir berjumlah 76 siswi, pemilihan responden dilakukan secara acak. Responden yang bersedia mengikuti penelitian dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kontrol, pembagian tersebut dilakukan dengan cara responden diberikan hak untuk memilih undian dan diundang ke dalam *wa group* khusus penelitian. Pada penelitian ini terdapat 2 kelompok yaitu kelompok yang

diberikan perlakuan dan kelompok kontrol. Penelitian dilakukan selama tiga hari. Pada hari pertama peneliti mendatangi sekolah untuk pengenalan dan pemilihan responden. Pada hari kedua dilakukan penelitian kepada kelompok kontrol dan pada hari ketiga dilakukan penelitian kepada kelompok perlakuan. Selama penelitian berlangsung tidak ada responden yang keluar dari penelitian.

### **Perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum dan setelah intervensi pada kedua kelompok**

**Tabel 1 Perbedaan pengetahuan antara kedua kelompok**

<b>Variabel</b>	<b>Kelompok Perlakuan (n=38)</b>	<b>Kelompok Kontrol (n=38)</b>	<b>Nilai P</b>
<b>Pengetahuan (Skor 1-100)</b>			
Sebelum Intervensi	35,0(20,0-65,0)	45,0(20,0-75,0)	0,01 <sup>a</sup>
Setelah intervensi	95,0(85,0-100)	75,0(55,0-95,0)	
Nilai P	0,01 <sup>b</sup>	0,01 <sup>b</sup>	

a. Uji Mann-Whitney

b. Uji Wilcoxon

Berdasarkan perolehan median sebelum intervensi diperoleh hasil dari kelompok perlakuan sebesar 35,0 dan pada kontrol 45,0 dari perolehan tersebut median tingkat pengetahuan kelompok kontrol lebih besar dibandingkan pada kelompok perlakuan. Setelah dilakukan uji statistik diperoleh nilai  $P=0,01(<0,05)$ , dari hasil tersebut menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri mengenai anemia sebelum diberikan intervensi antara kelompok perlakuan dan kontrol.

Berdasarkan perolehan nilai setelah intervensi diperoleh median kelompok perlakuan 95,0 dan pada kontrol 75,0 dari perolehan tersebut hasil tingkat pengetahuan remaja putri pada kelompok perlakuan lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Hasil uji statistik pada kelompok perlakuan memperoleh peningkatan pengetahuan dari 38 responden dari 35,0 menjadi 95,0. Berdasarkan hasil uji statistik 36 responden kelompok kontrol mengalami peningkatan dari 45,0 menjadi 75,0, dan terdapat 2 responden yang mengalami penurunan. Dari kedua kelompok tersebut diperoleh hasil uji statistik yang sama yaitu nilai  $P=0,01(<0,05)$  sehingga hasil menunjukkan terdapat perbandingan peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia sebelum dan sesudah diberikan edukasi.

### **Perbedaan peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia setelah intervensi antara kedua kelompok**

**Tabel 2 Perbedaan peningkatan pengetahuan setelah intervensi antara kedua kelompok**

<b>Variabel</b>	<b>Kelompok Perlakuan (n=38)</b>	<b>Kelompok Kontrol (n=38)</b>	<b>Nilai P</b>
-----------------	----------------------------------	--------------------------------	----------------

Peningkatan Pengetahuan remaja			
Putri mengenai anemia	65,0(30,0-80,0)	30,0(-5-60,0)	0,01 <sup>a</sup>

<sup>a</sup> Uji Mann-Whitney

Berdasarkan hasil uji statistik pada tabel 4.2 diperoleh nilai median dari selisih kelompok perlakuan sebesar 65,0 sedangkan kelompok kontrol 30,0. Hasil tersebut menunjukkan kelompok perlakuan yang diberikan edukasi anemia melalui *reels* instagram memperoleh median peningkatan pengetahuan kelompok perlakuan lebih besar dibandingkan kelompok kontrol yang diberikan edukasi melalui ceramah. Sehingga pemberian edukasi melalui *reels* instagram memberikan pengaruh yang lebih baik dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia dibandingkan pemberian edukasi melalui ceramah. Dari kedua kelompok didapatkan nilai  $P=0,001(<0,05)$  data tersebut menunjukkan adanya perbedaan peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia yang diberikan edukasi melalui *reels* instagram.

## **Pembahasan**

### **Perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia antara kedua kelompok setelah intervensi.**

Terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan salah satunya adalah pendidikan. Berdasarkan penelitian Daryanto 2017 Pendidikan dapat mempengaruhi proses berpikir dan pengambilan keputusan. Peningkatan pengetahuan tidak hanya diperoleh dalam pendidikan formal, tetapi dapat diperoleh juga dalam pendidikan informal salah satunya pengalaman dan lingkungan. Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman pribadi atau pengalaman orang lain, sedangkan lingkungan dapat mempengaruhi proses dimana informasi dapat diberikan kepada orang-orang di lingkungan tersebut, sehingga terjadi interaksi dua arah yang ditanggapi sebagai informasi dan pengetahuan. Menurut Daryanto 2017 sumber pengetahuan juga bisa didapatkan dari pengalaman indera mencakup semua objek yang ada di luar tubuh manusia. Pada penelitian ini remaja putri diberikan edukasi melalui reels instagram dan metode ceramah untuk melatih panca indera mata dalam proses berpikir. Dalam penelitian ini dilakukan pretest posttest dengan sekali uji dan pada hari yang sama. Menurut Tritjahjo 2013 sesaat setelah responden menerima pengetahuan maka presentase yang diingat lebih tinggi disbanding dengan presentase kelupaan pada waktu berikutnya.

Berdasarkan hasil uji statistik perolehan median sebelum intervensi diperoleh hasil dari kelompok perlakuan sebesar 35,0 dan pada kontrol 45,0 dari perolehan tersebut median tingkat pengetahuan kelompok kontrol lebih besar dibandingkan pada kelompok perlakuan. Setelah dilakukan uji statistik diperoleh nilai  $P=0,01(<0,05)$ , dari hasil tersebut menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri mengenai anemia sebelum diberikan intervensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Luthfiana (2018) terjadi perbedaan sebelum dan sesudah diberikan intervensi melalui instagram rata-rata pengetahuan tertinggi pada kelompok pre-test terdapat pada kelompok kontrol sebesar 34,83 lalu untuk post- test diperoleh rata-rata tertinggi terdapat pada kelompok perlakuan sebesar 44,59. Hasil uji statistik didapatkan  $P=0,001(>0,05)$ . Penggunaan media sosial sangatlah bermanfaat dalam proses penyuluhan



pendidikan kesehatan dikarenakan media sosial semakin berkembang dan sangat lazim pada kalangan remaja untuk saat ini. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa media sosial bisa digunakan sebagai sarana pendidikan kesehatan untuk remaja.

Hasil uji statistik pada kelompok perlakuan didapatkan nilai  $P=0,001$  ( $<0,05$ ), dengan nilai minimum 85,0 dan maksimum 100,0. Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai minimum 55,0 dan maksimum 95,0. Dapat disimpulkan bahwa perbedaan peningkatan pengetahuan mengenai anemia sesudah diberikan intervensi pada kelompok perlakuan lebih baik dibandingkan kelompok kontrol karena tidak terdapat penurunan. Pada kelompok kontrol didapatkan penurunan sebesar 2,00 hal ini dapat disebabkan karena penggunaan metode ceramah dalam edukasi memiliki kelemahan. Berdasarkan penelitian Sulandari 2020 kelemahan metode pembelajaran melalui ceramah dapat menyebabkan responden menjadi pasif, proses edukasi dapat membuat bosan sehingga menyebabkan responden mudah mengantuk, dan responden dengan gaya belajar secara visual akan mudah bosan sehingga tidak dapat menerima informasi atau pengetahuan dengan baik, selain itu evaluasi proses edukasi sulit dikendalikan karena tidak ada titik pencapaian yang jelas. Pada kelompok perlakuan memperoleh peningkatan lebih baik karena diberikan edukasi melalui *reels* instagram yang terdapat perpaduan audio dan visual sehingga kelompok perlakuan dapat mendapatkan pengetahuan dengan baik dibanding kelompok kontrol menggunakan ceramah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Fitriani 2019 mengenai pengetahuan remaja terhadap anemia dan gizi, dari penelitian tersebut didapat peningkatan skor rata-rata pengetahuan anemia gizi dari 5,10 menjadi 8,71 setelah diberikan intervensi, diperoleh  $P=0,001$  ( $<0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh penyuluhan anemia dan gizi melalui media *motion* video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri. Alat bantu audio visual adalah perangkat visual dan auditori yang membantu merangsang indra visual (penglihatan) dan telinga saat menerima pesan. Media visual yang meliputi misalnya penggunaan alat suara atau AVA adalah televisi, video dan film. Media audio visual bisa menjadi media sarana pendidikan kesehatan terbukti dari penelitian Mifta 2017 menjelaskan mengenai efektivitas edukasi dengan media audiovisual terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang, dari hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor pengetahuan sebesar 12,6 pada kelompok perlakuan sesudah diberikan perlakuan, dengan menggunakan uji *T Independent* diperoleh  $P=0,001$  ( $<0,05$ ) hasil ini menunjukkan ada pengaruh edukasi media audiovisual terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang.

### **Perbedaan peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia setelah intervensi antara kedua kelompok**

Hasil uji statistik didapatkan nilai  $P=0,001$  ( $<0,05$ ). Dapat diartikan bahwa adanya pengaruh pemberian edukasi melalui *reels* intagram dengan pengetahuan remaja putri SMPN 3 Tanjungsari mengenai anemia. diperoleh nilai median dari selisih kelompok perlakuan sebesar 65.0 sedangkan kelompok kontrol 30.0. Hasil tersebut menunjukkan kelompok perlakuan yang diberikan edukasi anemia melalui *reels* instagram memperoleh hasil peningkatan pengetahuan lebih besar dibandingkan kelompok kontrol yang diberikan edukasi

melalui ceramah. Dari kedua kelompok didapatkan nilai  $P=0,000(<0,05)$  data tersebut menunjukkan adanya pengaruh peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia yang diberikan edukasi melalui *reels* instagram dan metode ceramah. Dari penelitian Widodo 2016 tujuan pendidikan kesehatan adalah mengubah perilaku dari perilaku yang membahayakan kesehatan atau yang melanggar standar kesehatan menjadi perilaku meningkatkan kesehatan atau sejalan dengan kesehatan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Luthfiana 2018 terjadi perbedaan sebelum dan sesudah diberikan intervensi melalui instagram rata-rata pengetahuan tertinggi pada kelompok *pre-test* terdapat pada kelompok kontrol sebesar 34,83 lalu untuk. *post- test* diperoleh rata-rata tertinggi terdapat pada kelompok perlakuan sebesar 44,59. Hasil uji statistik didapatkan  $P=0,001(<0,05)$ .

Penggunaan media sosial sangatlah bermanfaat dalam proses penyuluhan pendidikan kesehatan dikarenakan media sosial semakin berkembang dan sangat lazim pada kalangan remaja untuk saat ini. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Muhammad Arif 2020, untuk dapat mencapai tujuan pendidikan kesehatan, edukasi dapat diberikan melalui media yang dapat menggabungkan gambar dan suara lebih baik agar pengetahuan dapat diterima dengan baik. Dalam penelitian tersebut diperoleh hasil  $P=0,000(<0,05)$  sehingga pemanfaatan media sosial yang dapat memberikan informasi gambar dan suara memberikan pengaruh yang besar untuk peningkatan pengetahuan remaja. Dari hasil penelitian mengenai peningkatan pengetahuan dalam menggunakan media sosial berupa *reels* instagram diharapkan mampu mempengaruhi pola pikir dan pemahaman remaja putri mengenai anemia. Notoatmodjo menyatakan bahwa aspek pengetahuan merupakan hal yang penting untuk membentuk perilaku seseorang, semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang akan dapat mempengaruhi pola pikir dan sikap terhadap sesuatu termasuk dalam pengambilan keputusan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian mengenai efektivitas pemberian edukasi melalui *reels* instagram terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia maka dapat diambil kesimpulan:

1. Terdapat perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok, diperoleh nilai  $p<0,05$  dengan peningkatan median kelompok perlakuan sebesar 95,0 dan kelompok kontrol sebesar 75,0. Dari perolehan tersebut tingkat pengetahuan remaja putri setelah intervensi pada kelompok perlakuan lebih besar dibandingkan kelompok kontrol.
2. Terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia setelah intervensi antara kedua kelompok diperoleh nilai  $p<0,05$  dengan selisih median kelompok perlakuan sebesar 65,0 sedangkan kelompok kontrol sebesar 30,0. Hasil tersebut menunjukkan kelompok perlakuan yang diberikan edukasi anemia melalui *reels* instagram memperoleh peningkatan pengetahuan lebih besar dibandingkan kelompok kontrol yang diberikan edukasi melalui ceramah

### **Saran**

1. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai referensi terkait gambaran pengetahuan remaja putri tentang anemia dan efektivitas pemanfaatan media edukasi reels instagram terhadap pengetahuan remaja tentang anemia.
2. Diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam hal pilihan metode dan media edukasi yang efektif pada remaja.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahdiah A, Heriyani FF, Istiana. Hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia remaja putri di SMA PGRI 4 Banjarmasin. *Homeostasis*. 2018;1(1):9– 14.
- Ahmad W. Kamus Arab Indonesia. Yogyakarta. 1984.
- Arikunto S. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta. 2014.
- Available from: <http://digilib.unimed.ac.id/id/eprint/43369>
- Badan Pusat Statistik Jawa Barat. Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur Di Provinsi Jawa Barat. 2021. <https://opendata.jabarprov.go.id/id/dataset/jumlah-penduduk-berdasarkan-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-di-jawa-barat>. Diakses Pada 16 Agustus 2022 Pukul 21.00 WIB.
- Badan Pusat Statistik Nasional. Jumlah Penduduk Usia 15 Tahun Keatas Menurut Golongan Umur. 2022.. [https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view\\_data\\_pub/0000/api\\_pub/YW40a21pdTU1cnJxOGt6dm43ZEdoZz09/da\\_03/1](https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data_pub/0000/api_pub/YW40a21pdTU1cnJxOGt6dm43ZEdoZz09/da_03/1). Diakses Pada 16 Agustus 2022 Pukul 20.00 WIB.
- Badan Pusat Statistik. Kecamatan Tanjungsari Dalam Angka 2021. Badan Pusat Statistik Kabupaten Sumedang. 2021.
- Batubara JR. Adolescent Development. *Sari Pediatr*. 2016; 12 (1): 21.
- Budianto A. Anemia Pada Remaja Putri Dipengaruhi Oleh Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia. *J Ilm Kesehat*. 2016;5(10).
- Daryanto. Faktor Penghambat Pemahaman. Surabaya: Suka Maju. 2017.
- Fakultas Kedokteran UI. Masalah Gizi Pada Remaja Indonesia. 2021. <https://fk.ui.ac.id/berita/masalah-gizi-pada-remaja-di-indonesia-pelajaran-dan-langkah-ke-depan.html>. Diakses Pada 8 Agustus 2022 Pukul 22.00 WIB.
- Februhartanty J, dkk. Gizi Dan Kesehatan Remaja. 2019.
- Fitriani Dwiana S, dkk. Penyuluhan Gizi Dengan Media Motion Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*. 2019; 11: 97-104.
- Fitriany J, dkk. Anemia Defisiensi Besi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2018.
- Indonesia KK. Data Riset Kesehatan Dasar. Bakti Husada. 2013; 7 (5): 803-9.
- Indonesia KKR. Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur. *Kesehatan Remaja*. 2018.
- Indonesia KKR. Riset Kesehatan Dasar Indonesia. Kementrian Kesehatan RI. 2018.
- Jaelani M, dkk. Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*. 2017; 8 (3): 358.
- Kebung K. Filsafat Ilmu Pengetahuan. Jakarta: Prestasi Pustakarya. 2008.

- Kementrian Kesehatan RI. Infodatin Reproduksi Remaja. Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja. 2017. P. 1-8.
- Kementrian Kesehatan. Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. Kesehatan Remaja. 2018.
- Lake W.R, dkk. Hubungan Komponen Perilaku Merokok Pada Mahasiswa. Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan. 2017.
- Listiana A. Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Di SMKN 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah. Jurnal Kesehatan. 2016; 7 (3): 455.
- Mahmud M.R. Efektivitas Edukasi Dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri. Jurnal Kesehatan. 2017; 11:97-104.
- Martini. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Metro. Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai. 2015.
- Meidiana R, dkk. Pengaruh Edukasi Melalui Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Overweight. Jurnal Kesehatan. 2018. (Besar Sampel)
- Mubarak I. Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika. 2011.
- Muwakhidah, dkk. Efektifitas Pendidikan Dengan Media Booklet, Leaflet Dan Poster Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan. 2021.
- Ningtyas LN, dkk. Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Instagram Dengan Power Point Tentang Sayur Dan Buah Pada Siswa. Jurnal Dunia Gizi. 2018; 4(2): 83- 9.
- Notoatmodjo S. Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. 2014.
- Notoatmodjo S. Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. 2012
- Prijatni I. Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2016.
- RI MK. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014. Pedoman Gizi Seimbang. 2014.
- Sari AD. Pemanfaatan Media Pembelajaran Dengan Menggunakan Fitur “Reels Instagram” Pada Pembelajaran Bahasa Dan Sastra Indonesia Di Masa Pandemi Covid-19. Pros Semin Nas PBSI-IV Tahun 2021 [Internet]. 2021;1–
- Septian E.D.J. Pengembangan Media Promosi Kesehatan. Eriyani Khuzaimah SK. Buku ajar. Yogyakarta;2019.
- Soesilo, Trijahjo Danny. Psikologi Pendidikan. Salatiga: Griya Media. 2013.
- Sopiyyudin D. Statistik Kedokteran Dan Kesehatan. Jakarta: Epidemiologi Indonesia. 2014.
- Status Gizi Indonesia. Hasil Studi Status Gizi Indonesia Tingkat Nasional. Kementrian Kesehatan RI. 2021.
- Sulandari. Analisis Terhadap Metoda Pembelajaran Klasikal dan Metoda Pembelajaran E-Learning di Lingkungan Badiklat Kemhan. J Pendidik Indones. 2020;1(2):176–87.
- Sulistyaningsih. Metode Penelitian Kebidanan Kuantitatif Dan Kualitatif. Edisi Pertama. Yogyakarta : Graha Ilmu. 2011.
- Suratman Abdillah Fajar. Handbook Mikronutrien. 2019.

- Suryani L, dkk. Hubungan Pengetahuan Dan Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMK Negeri 6 Palu. *Jurnal Media Analisis Kesehatan*. 2020.
- Syatriani S, dkk. Konsumsi Makanan Dan Anemia Pada Siswi salah satu SMP Di kota Makassar. *Jurnal Gizi Kesehatan Masyarakat*. 2017.
- Tria N.H, dkk. Study Literature Review Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja Putri. *CHMK Midwifery Scientific Journal*. 2021;4.
- Utari M, Rummyeni R. Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Gaya Hidup Hedonis. *Jom Fisip*. 2017;4(2):1–22.
- Utari W.R, dkk. Hubungan Karakteristik Responden Dan Sumber Informasi Dengan Pengetahuan Anemia Defisiensi Zat Besi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*. 2020; 12.
- Wahyuningsih R. Pemberdayaan Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi Remaja Kelebihan Berat Badan. *Jurnal Gizi Prima*. 2020;5(2):125.
- Widodo B. Pendidikan Kesehatan Dan Aplikasi Di SD/MI. Madrasah. 2016; 7 (1): 12.
- Wojdyla D, dkk. Worldwide Prevalence Of Anaemia WHO Vitamin And Mineral Nutrition Information System. *Public Health Nutr*. 2009; 12 (4): 444- 54.
- World Health Organization. *Haemoglobin Concentrations For The Diagnosis Or Anaemia and Assesment Of Severity*. Geneva Switz World Health Organ. 2011; 1-6.
- Zhu Z, dkk. *Anaemia And Associated Factors Among Adolescent Girls And Boys at 10-14 Years in Rural Wstern China*. *BMC Public Health*. 2021; 21 (1): 1-14.