



KAJIAN TENTANG PENGARUH MEDIA VISUAL TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA REMAJA PUTRI

Redha Listya Dwiningrum, Widyana Lakshmi Puspita, Nopriantini
Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

Email: redhalistya@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Remaja adalah salah satu yang rawan terhadap masalah gizi salah satunya adalah defisiensi zat besi. Masalah gizi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius karena berdampak pada perkembangan fisik, psikis, perilaku, dan etos kerja seseorang. Upaya untuk meningkatkan pengetahuan anemia dapat dilakukan dengan media yang tepat, menarik dan mudah dipahami oleh remaja putri. Salah satunya dengan media visual. **Tujuan:** Penelitian kajian literatur ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media visual terhadap pengetahuan anemia pada remaja putri. **Metode:** Menggunakan *PICO framework*, yang terdiri dari *Population/problem* yaitu masalah remaja putri. *Intervention* yaitu penatalaksanaan terhadap pengetahuan anemia dengan media visual. *Outcome* yaitu hasil yang diperoleh adalah pengaruh media visual terhadap pengetahuan anemia. **Hasil:** Persentase selisih pengetahuan anemia tertinggi sebesar 69,88% dengan media visual *flash card*, sedangkan persentase selisih terendah yaitu sebesar 1,96% dengan media visual *booklet*. Rata-rata persentase selisih kenaikan pengetahuan anemia sebesar 20,07%. **Kesimpulan :** Terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan anemia remaja putri sebelum dan sesudah diberikan menggunakan media visual.

Kata Kunci: Media Visual, Pengetahuan Anemia, Remaja Putri

ABSTRACT

Background: Teenagers are one of those who are prone to nutritional problems, one of which is iron deficiency. Nutritional problems are serious public health problems because they have an impact on a person's physical, psychological, behavioral, and work ethic development. Efforts to increase knowledge of anemia can be done with appropriate, attractive and easily understood media for young women. One of them is with visual media. **Objective :** This literature review research aims to determine the effect of visual media on knowledge of anemia in adolescent girls. **Methods:** Using the *PICO framework*, which consists of *population / problem*, namely the problem of young women. *Intervention* is the management of knowledge of anemia using visual media. *Outcome*, namely the result obtained is the effect of visual media on knowledge of anemia. **Results:** The highest percentage difference in knowledge of anemia was 69.88% with visual flash card media, while the lowest percentage difference was 1.96% with visual booklet media. The average percentage difference in the increase in knowledge of anemia was 20.07%. **Conclusion :** There is a difference in increasing knowledge of anemia in adolescent girls before and after being given using visual media.

Keywords: Visual Media, Anemia Knowledge, Adolescent girls



PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan, baik secara fisik, mental, dan aktivitas sehingga, kebutuhan makanan yang mengandung zat-zat gizi menjadi cukup besar (Malahayati, 2010). Masa perkembangan remaja adalah periode dalam perkembangan individu yang merupakan masa mencapai kematangan mental, emosional, sosial, fisik, dan pola peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa (Fitri, Zola & Ifdil, 2018).

Remaja adalah salah satu yang rawan terhadap masalah gizi salah satunya adalah defisiensi zat besi. Masalah gizi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius karena berdampak pada perkembangan fisik, psikis, perilaku, dan etos kerja seseorang. Remaja putri beresiko menderita anemia lebih tinggi daripada remaja putra, karena setiap bulannya remaja putri mengalami menstruasi. Remaja putri banyak mengalami kekurangan zat-zat gizi dalam konsumsi makanan sehari-harinya. Salah satunya ialah kekurangan zat besi dianggap penyebab paling umum dari anemia secara global, tetapi beberapa lainnya kekurangan gizi (termasuk folat, vitamin B12 dan vitamin A), akut dan peradangan kronis, parasit infeksi dapat menyebabkan anemia (Fajriyah & Fitriyanto, 2016).

Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut *World Health Organization (WHO)* (2013), prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88%. Hasil Riskesdas Indonesia tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi anemia sebanyak 23,9% pada perempuan dan 18,4% pada umur 15-24 tahun. Badan kesehatan dunia mengatakan apabila prevalensi anemia >40% termasuk kategori anemia berat (*WHO*, 2013).

Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut *World Health Organization (WHO)* (2013), prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88%. Hasil Riskesdas Indonesia tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi anemia sebanyak 23,9% pada perempuan dan 18,4% pada umur 15-24 tahun. Badan kesehatan dunia mengatakan apabila prevalensi anemia >40% termasuk kategori anemia berat (*WHO*, 2013).

Berdasarkan Surat Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 736a/Menkes/XI/1989 batas kadar hemoglobin normal untuk masing-masing kelompok umur dan jenis kelamin diantaranya adalah 11 gram/dl untuk kelompok anak usia 6 bulan sampai dengan 6 tahun, 12 gram/dl untuk anak usia 6 sampai dengan 14

tahun, 13 gram/dl untuk kelompok pria dewasa, 12 gram/dl untuk kelompok wanita dewasa, 11 gram/dl untuk kelompok ibu hamil, dan 12 gram/dl untuk kelompok ibu menyusui lebih dari 3 bulan (Aulia et al., 2017).

Hasil Penelitian yang dilakukan (Putri, Simanjuntak & Kusdalina, 2017), menyatakan bahwa sebesar 92,3% remaja putri yang menjadi responden mengalami anemia, hal ini dikarenakan remaja putri tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah. Salah satu faktor yang mempengaruhinya yaitu pengetahuan, pengetahuan tersebut juga akan mempengaruhi pemahaman gizi seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Budianto & Fadhilah, 2016), yang menyatakan bahwa dari 27 remaja putri yang menjadi responden dengan tingkat pengetahuan rendah, terdapat 74,07% mengalami anemia.

Pengetahuan memegang peranan penting dalam kejadian anemia, dengan pengetahuan tentang anemia yang rendah maka kejadian anemia pada remaja putri akan meningkat hal ini sesuai dengan penelitian (Nurbaiti, 2013) pada remaja putri menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kejadian anemia. Hasil penelitian tersebut menunjukkan 84,4% remaja putri yang berpengetahuan rendah mengalami anemia.

Anemia juga mempengaruhi prestasi belajar karena remaja putri yang mengalami anemia akan berdampak pada menurunnya konsentrasi sesuai dengan penelitian (Istiqomah et al., 2013) juga menunjukkan bahwa remaja putri yang menderita anemia memiliki prestasi belajar kurang baik yaitu sebesar 34,4%.

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan seseorang mengenai gizi yaitu melalui penyuluhan gizi dengan alat bantu atau media yang dapat membantu menyampaikan pesan-pesan menjadi lebih menarik, sehingga sasaran dapat memutuskan untuk mengadopsi perilaku yang positif (Notoatmojo, 2010).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada skripsi ini adalah kajian literatur. Metode pengumpulan data :

1. Sumber basis data. Data yang digunakan dalam penelitian data sekunder yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu. Sumber data yang didapat berupa artikel jurnal nasional maupun internasional dengan judul yang telah ditentukan.



2. Waktu Publikasi. Jurnal yang digunakan pada penelitian ini adalah jurnal yang terbit mulai dari 10 tahun terakhir, yaitu 2010-2020.

3. Kriteria Inklusi dan Eksklusi. Strategi yang digunakan untuk mencari artikel atau jurnal menggunakan *PICO framework*, yang terdiri dari :

a. *Population* yaitu populasi yang akan dianalisis adalah anak sekolah.

b. *Intervention* yaitu suatu tindakan penatalaksanaan terhadap pengetahuan dengan media visual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kajian Literatur Berdasarkan Metode Penelitian

Berdasarkan tabel 1, hasil kajian dari 20 jurnal yang sudah didapatkan untuk metode penelitian lebih banyak menggunakan metode *Quasy Experiment* yaitu sebesar 55% dengan jumlah 11 jurnal.

Tabel 1. Distribusi Jurnal Menurut Metode Penelitian

No.	Metode Penelitian		%	Authors
	Quasy Experiment	11	55	Silalahio (2016), Imanuna (2020), Vahedian (2014), Rohim (2016), Savita (2013), Waluyo (2018), Pakhri (2018), Sari (2017), Sajian (2011), Putri (2020), Nurhayani (2019)
	Pre Experiment	7	35	Sulistyowati (2019), Fauziah (2019), Maelafitri (2013), Rini (2010), Sugiarti (2019), Hapsari (2019), Sartika (2019)
	True Experiment	2	10	Sari (2018), Putra (2019)
	Total	20		100

1. Kajian Literatur Berdasarkan Rancangan Penelitian

Berdasarkan tabel 2, yang menggunakan

rancangan penelitian yang paling tinggi yaitu pada rancangan penelitian *Pre-test Post-test control group* sebesar 65% dengan jumlah 13 jurnal.

Tabel 2. Distribusi Jurnal Menurut Rancangan Penelitian Pada Jurnal Tentang Pengetahuan Anemia Remaja Putri

No.	Rancangan penelitian	n	%	Authors
1.	Pre-test Post-test control group	13	65	Imanuna (2020), Rini (2010), Vahedian (2014), Sari (2018), Rohim (2016), Savita (2013), Waluyo (2018), Pakhri (2018), Sari (2017), Putra (2019), Sajian (2011), Putri (2020), Nurhayani (2019)
2.	One group pre-post-test	7	35	Silalahio (2016), Sulistyowati (2019), Fauziah (2019), Maelafitri (2013), Sugiarti (2019), Hapsari (2019), Sartika (2019)
	Total	20		100

2. Kajian Literatur Berdasarkan Jumlah Sampel

Berdasarkan tabel 3, terdapat 8 jurnal

yang menggunakan sampel <30 orang dan terdapat 12 jurnal yang menggunakan sampel >30 orang.



Tabel 3. Distribusi Jurnal Menurut Jumlah Sampel Pada Jurnal Tentang Pengetahuan Anemia Remaja Putri

No.	Jumlah Sampel	n	%	Authors
1.	<30 orang	1	5	Imanuna (2020)
2.	>30 orang	19	95	Sulistiyowati (2019), Silalahio (2016), Fauziah (2019), Maelafitri (2013), Rini (2010), Vahedian (2014), Sari (2018), Rohim (2016), Savita (2013), Sugiarti (2019), Waluyo (2018), Pakhri (2018), Sari (2017), Putra (2019), Hapsari (2019), Sajian (2011), Putri (2020), Sartika (2019), Nurhayani (2019)
Total		20		100

3. *Kajian Literatur Berdasarkan Jenis Media*
Berdasarkan tabel 4, yang menggunakan media paling tinggi yaitu pada media booklet sebesar 30% dengan jumlah 6 jurnal.

Tabel 4. Distribusi Jurnal Menurut Jenis Media Pada Jurnal Tentang Pengetahuan Anemia Remaja Putri

Media	n	%	Authors
Poster	2	10	Sulistiyowati (2019), Sajian (2011)
Buku saku	1	5	Sari (2017)
Sampul buku	1	5	Fauziah (2019)
Explosion box	1	5	Maelafitri (2013)
Booklet	6	30	Silalahio (2016), Imanuna (2020), Vahedian (2014), Sari (2018), Sartika (2019), Nurhayani (2019)
Buku cerita	1	5	Rohim (2016)
Leaflet	4	20	Sugiarti (2019), Waluyo (2018), Pakhri (2018), Putra (2019)
Modul	1	5	Hapsari (2019)
Flash card	1	5	Savita (2013)
PPT	2	10	Rini (2010), Putri (2020)
Total	20		100

Rata-Rata Perubahan Pengetahuan Anemia Sebelum dan Sesudah Intervensi Menggunakan Media Visual

Berdasarkan tabel 5, hasil % selisih yang paling tinggi yaitu pada penelitian yang dilakukan oleh Savita (2013) dengan menggunakan metode *Quasy Experiment* dan media *flash card* sebesar 69,88%, dengan *p value* 0,001 artinya ada perbedaan yang signifikan skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media *flash card*. Berdasarkan tabel dibawah, rata-rata % selisih pengetahuan anemia sesudah diberikan media visual sebesar 20,07%.



Tabel 5. Rata-rata Perubahan Pengetahuan Anemia Sebelum Dan Sesudah Intervensi Menggunakan Media Visual

Authors/Media	Sebelum (%)	Sesudah (%)	P value	Selisih (%)
Vahedian (2014)/Booklet	8,51	10,47	0,000	1,96
Rohim (2016)/Buku Cerita	65,38	86,41	0,000	21,03
Pakhri (2018)/Leaflet	7,9	11,2	0,000	3,3
Sari (2017)/Buku Saku	51,5	89,8	0,000	38,3
Sajian (2011)/Poster	13,70	24,43	0,001	10,73
Putri (2020)/PPT	9,37	14,05	0,000	4,68
Sulistyowati (2019)/Poster	17,00	24,00	0,000	7,00
Fauziah (2019)/Sampul Buku	12,00	18,00	0,000	6,00
Maelafitri(2013)/Explosion Box	71,43	85,71	0,001	14,28
Sari (2018)/Booklet	16,03	20,09	0,000	4,06
Silalahio (2016)/Booklet	62,39	72,31	0,001	9,92
Imanuna (2020)/Booklet	66,41	94,16	0,002	27,75
Rini (2010)/PPT	25,4	39,6	0,000	14,2
Savita (2013)/Flash Card	27,56	97,44	0,001	69,88
Waluyo(2018)/Leaflet	58,3	91,7	0,000	33,4
Nurhayani (2019)/Booklet	16,3	38,5	0,000	22,2
Sugiarti (2019)/Leaflet	58,06	74,19	0,000	16,13
Hapsari (2019)/Modul	56,9	66,7	0,004	9,8
Sartika (2019)/Booklet	54	100	0,001	46
Putra (2019)/Leaflet	35,74	76,56	0,000	40,82
Rata-rata % selisih				20,07

EMBAHASAN

Berdasarkan dari 20 jurnal yang sudah dikaji metode yang paling banyak digunakan yaitu metode penelitian Quasy Experiment sebesar 55% dengan jumlah 11 jurnal dan rancangan penelitian yang paling banyak digunakan yaitu *Pre-test Post-test control group* sebesar 65% dengan jumlah 13 jurnal. Didapatkan bahwa rata-rata pengetahuan anemia remaja putri terjadi perubahan sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan menggunakan media visual. Penggunaan media visual terbanyak pada media booklet yaitu sebanyak 30% dengan jumlah 6 jurnal.

Pengetahuan Anemia

Anemia gizi besi adalah anemia yang timbul karena kekurangan zat besi sehingga pembentukan sel-sel darah merah dan fungsi lain dalam tubuh terganggu, menurut Adriani dan Wjatmadi (2012) dalam (Zidni *et al.* 2018). Remaja putri beresiko menderita anemia lebih tinggi daripada remaja putra, Karena setiap bulannya remaja putri mengalami menstruasi. Remaja putribanyak mengalami kekurangan zat-zat gizi dalam konsumsi makanan sehari-harinya. Salah satunya ialah kekurangan zat besi dianggap penyebab paling umum dari anemia secara global, tetapi beberapa lainnya kekurangan gizi (termasuk folat, vitamin B12 dan vitamin A), akut dan peradangan kronis, parasit infeksi dapat menyebabkan anemia (Fajriyah & Fitriyanto, 2016).

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan, baik secara fisik, mental, dan aktivitas sehingga, kebutuhan makanan yang mengandung zat-zat gizi menjadi cukup besar (Malahayati, 2010). Masa remaja merupakan salah satu masa yang dilewati dalam setiap perkembangan individu. Masa perkembangan remaja adalah periode dalam perkembangan individu yang merupakan masa mencapai kematangan mental, emosional, sosial, fisik, dan pola peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa (Fitri, Zola & Ifdil, 2018).

Salah satu masalah dalam pertumbuhan di masa remaja yang dapat mengganggu kualitas penduduk adalah anemia. Pengetahuan remaja yang kurang tentang anemia merupakan salah satu alasan kelompok remaja menjadi kelompok rawan menderita anemia. Anemia dapat didefinisikan sebagai kondisi dengan kadar Hb berada di bawah normal yaitu ≤ 12 gr% untuk anak yang berusia 12-13 tahun, ≤ 13 gr% untuk dewasa laki-laki dan < 12 gr% untuk dewasa perempuan.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek dapat terjadi karena adanya pancaindera manusia yang meliputi penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat



dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra penglihatan (mata) dan pendengaran (telinga) (Notoatmodjo, 2012).

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu informasi. Informasi ini penting karena informasi itu mampu mempengaruhi pengetahuan seseorang. Jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, berbeda dengan seseorang yang tidak sering menerima informasi sehingga pengetahuan dan wawasannya tidak akan bertambah (Budianto & Riyanto, 2013). Informasi tidak hanya didapat dari pendidikan formal.

Kesadaran remaja terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja menstulasi tidak lepas dari informasi dan pengetahuan, hal ini dikarenakan pengetahuan merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi seseorang (Restuti & Susindra, 2016). Hal ini sejalan dengan penelitian Yuniarti dkk, yang menyatakan bahwa remaja putri perlu meningkatkan pengetahuan tentang anemia dan manfaat tablet besi agar anemia pada remaja putri dapat diatasi dengan baik (Yuniarti, Rumilawaty & Tunggal, 2013).

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan seseorang mengenai gizi yaitu melalui penyuluhan gizi dengan alat bantu atau media yang dapat membantu menyampaikan pesan-pesan menjadi lebih menarik, sehingga sasaran dapat memutuskan untuk mengadopsi perilaku yang positif (Notoatmodjo, 2010).

Cara pendekatan yang strategis diperlukan untuk dapat meningkatkan pengetahuan gizi tentang anemia pada remaja agar tercapai hasil yang maksimal secara efektif dan efisien. Oleh karena itu diperlukan metode yang tepat dalam penyampaian. Selain metode, faktor pendukung untuk mencapai hasil yang maksimal ialah dengan adanya media atau alat bantu pendidikan (Azizah, Siti & Yuli, 2016).

Media terbagi menjadi 3 bagian yaitu, media visual, media audio dan media audio visual. Menurut (Sanjaya, 2016) pengertian media visual yaitu media yang dapat dilihat saja dan tidak mengandung unsur suara. Media visual adalah media yang melibatkan indra penglihatan. Media ini hanya dapat menyampaikan pesan melalui indra penglihatan atau hanya dapat dilihat dengan mata saja, indra lain seperti telinga tidak dapat difungsikan untuk media visual ini.

Berdasarkan kajian literatur yang dianalisis, sebanyak 20 jurnal (100%) yang membahas tentang pengetahuan anemia. Semua jurnal tersebut menyatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan anemia setelah diberikan intervensi menggunakan media visual, seperti poster, buku saku, sampul buku, *explosion box*, *booklet*, buku cerita, *leaflet*, modul, *flash card*, dan *ppt*.

PENGETAHUAN ANEMIA BERDASARKAN BEBERAPA JENIS MEDIA

Pendidikan kesehatan tentang anemia sangat penting bagi para remaja putri, karena dengan diberikannya pendidikan kesehatan akan menambah informasi bagi para remaja putri agar dapat mencegah anemia. Media seringkali digunakan untuk melakukan penelitian, contohnya pengetahuan melalui media yang dibuat sedemikian rupa sehingga dapat meningkatkan skor pengetahuan responden yang diberikan intervensi. Kenaikan skor pada pengetahuan dengan media visual disebabkan karena bentuknya yang menarik responden menggunakan media tersebut untuk mendapatkan informasi mengenai anemia. Selain itu, informasi yang memuat informasi tentang visual lebih banyak menghasilkan pengetahuan yang lebih baik dalam pemahaman yang baik karena visual akan memudahkan kemampuan mengingat kembali (Maelafitri, Sitoayu & Novianti, 2013).

Berdasarkan hasil analisis dari 20 jurnal, didapatkan 20 (100%) jurnal menyatakan bahwa adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi melalui media visual pada remaja putri, dari analisis yang sudah dilakukan didapatkan hasil perbedaan % selisih pengetahuan anemia beberapa media visual yang digunakan terdapat hasil tertinggi pada media *flash card* sebesar 69,88%. Media *flash card* adalah kartu belajar yang efektif mempunyai dua sisi dengan salah satu sisi berisi gambar, teks atau tanda simbol dan sisi lainnya berisi definisi, keterangan gambar, jawaban atau uraian yang membantu mengingatkan atau mengarahkan siswa kepada sesuatu yang berhubungan dengan gambar yang ada pada kartu (Susilana & Riyana, 2009). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Savita, yang menyatakan bahwa media *flash card* bisa digunakan untuk meningkatkan pengetahuan anemia remaja putri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberi intervensi dengan media pengetahuan responden sebesar 27,56% dan setelah intervensi dengan menggunakan media *flash card* pengetahuan responden meningkat sebesar 97,44% (Savita, Nath & Sharan, 2015).

Penggunaan media *booklet* dalam kajian ini dapat meningkatkan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi hal itu dikarenakan, bahwa pengetahuan siswi pada penyuluhan dengan metode ceramah menggunakan media *booklet* memiliki hasil yang lebih besar disebabkan adanya penggunaan media yaitu *booklet* yang memiliki beberapa kelebihan yang memberikan informasi dan penjelasan yang berhubungan dengan pencegahan dan penanggulangan anemia gizi besi dengan pembahasan lebih lengkap, lebih terperinci, jelas dan edukatif serta penyusunan materi *booklet* dibuat sedemikian rupa agar menarik perhatian remaja putri (Imanuna, Aroni & Fajar, 2020).



Penelitian sejalan yang dilakukan oleh Silalahi, menyatakan bahwa peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan pendidikan gizi melalui booklet mengalami kenaikan dari $62,39 \pm 12,05$ sebelum intervensi menjadi $72,31 \pm 17,01$ sesudah intervensi. Kenaikan ini berbeda secara bermakna antara sebelum dengan sesudah intervensi ($p < 0,05$). Hal ini menandakan bahwa pendidikan gizi yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan gizi (Silalahi, Aritonang & Ashar, 2016).

Setelah responden mendapatkan stimulus/rangsangan maka akan memiliki sesuatu yang diingat dan dipahami demikian juga dengan adanya *booklet* akan memudahkan dalam mengadopsi suatu hal yang baru. Sejalan dengan teori Notoatmodjo (2012), yang menyatakan bahwa informasi yang diperoleh dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek, sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan.

Poster merupakan salah satu media grafis yang paling tampak kekuatannya sebagai media penyampai pesan. Media grafis adalah media visual yang menyajikan fakta, ide, dan gagasan melalui kata-kata, kalimat, angka-angka dan berbagai simbol atau gambar. Media grafis mengutamakan indra penglihatan dengan menuangkan pesan simbol komunikasi visual dan simbol pesan yang perlu dipahami (Megawati, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Jyoti menyatakan bahwa pendidikan gizi menggunakan media poster dapat meningkatkan pengetahuan anemia, hal ini dibuktikan dari perubahan skor pengetahuan yang diberikan media poster dalam waktu 3 bulan (Jyoti *et al.* 2011).

Penelitian sejalan yang dilakukan oleh Meidina menyatakan bahwa pendidikan diberikan khususnya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri untuk penanggulangan anemia. Poster diberikan dengan cara ditempel atau dipasang di tempat-tempat yang strategis dengan tujuan menarik perhatian remaja untuk membacanya. Dalam penelitian ini media yang dapat digunakan dalam edukasi adalah media Poster, yang berisikan materi mengenai Anemia dan cara pencegahannya dapat meningkatkan pengetahuan anemia remaja putri (Meidina, Zen & Apoina, 2019).

Peningkatan pengetahuan gizi pada kelompok perlakuan disebabkan oleh buku saku yang diberikan. Media buku saku merupakan media informasi yang mampu menyebarkan berbagai informasi khususnya informasi mengenai pencegahan gizi kurang yang lebih cepat dengan jangkauan yang lebih luas. Tampilan buku saku yang dikemas secara menarik membuat subjek tertarik untuk membaca sehingga secara tidak langsung dapat meningkatkan pengetahuan. Penelitian ini menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan dengan media buku saku terhadap pengetahuan remaja putri (Purnama sari, Nugraheni & Aruben, 2017).

Media sampul buku dapat meningkatkan

pengetahuan anemia. Penerapan pengetahuan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan media sampul buku. Penggunaan desain yang unik dan modern bertujuan untuk membuat siswi ingin mengetahui isi dan makna yang ada dalam desain sampul buku tersebut. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat peningkatan tingkat pengetahuan sebelum dilakukan edukasi sampul buku dan sesudah edukasi sampul buku. Tingkat pengetahuan kategori baik siswa sebelum intervensi sebesar 16,7% dan mengalami peningkatan yang cukup signifikan menjadi 94,6% setelah intervensi (Fauziah, Rahfiludin & Kartini, 2019).

Buku cerita juga dapat mencegah dan menanggulangi anemia serta bagaimana daya terima remaja putri terhadap media pendidikan yang diberikan. Daya terima ini dilihat dari segi materi yang disampaikan, cara penyampaian materi, alur cerita, isi cerita, variasi warna, ukuran tulisan dan gambar, dibuktikan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Rohim Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa setelah diberi pendidikan dengan media buku cerita lebih besar dibandingkan siswa yang diberi pendidikan tanpa media. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh media dalam pendidikan (Azizah, Siti & Yuli, 2016).

Leaflet adalah bahan cetak tertulis berupa lembaran yang dilipat. Agar terlihat menarik leaflet didesain secara cermat dilengkapi dengan ilustrasi dan menggunakan bahasa yang sederhana, singkat, serta mudah dipahami (Notoatmodjo, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Sugiarti, menyatakan bahwa pengetahuan siswi tentang anemia setelah diberikan media *leaflet* diukur dengan memberikan *posttest* yang dilakukan lima hari setelah penyuluhan. *Posttest* dilakukan menggunakan kuisioner yang sama dengan saat *pretest*. Pemilihan jeda lima hari dilakukan untuk mendapatkan pemahaman siswi tentang anemia yang sudah berada pada *long term memory*. Pada penelitian ini hasil analisis diperoleh nilai $p = 0,000$. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini adalah terdapat manfaat penyuluhan dengan media *leaflet* terhadap pengetahuan remaja putri tentang anemia (Nyoman, Komang & Made, 2019). Penelitian sejalan yang dilakukan oleh Waluyo, menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi dengan nilai $p \text{ value } 0,000 < 0,05$ ada perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan setelah diberikan intervensi pendidikan gizi anemia dengan media *leaflet* (Waluyo, Hidayanty & Arifin, 2018).

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Pakhri, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum intervensi dengan media sebesar 32,4% dan setelah intervensi dengan media sebesar 97,1% (Pakhri, Sukmawati & Nurhasanah, 2018). Peningkatan skor sikap siswi dengan di berikan edukasi gizi mengenai anemia terjadi peningkatan skor lebih baik dibanding dengan siswi yang tidak diberikan edukasi gizi, hal ini dapat disebabkan karena



siswi yang mendapatkan edukasi gizi mendapatkan tambahan gambaran mengenai gizi anemia yang tadinya tidak mengetahui menjadi lebih mengetahui. Selain itu bahasa yang digunakan dalam memberikan edukasi gizi mudah dipahami dengan pesan yang disampaikan secara singkat dan jelas sehingga siswi yang mendapat edukasi gizi lebih memahami mengenai gizi anemia (Putra, Supadi & Wijaningsih, 2019).

Modul merupakan bahan ajar yang disusun secara sistematis dengan bahasa yang mudah dipahami oleh siswa sesuai usia dan tingkat pengetahuan agar mereka dapat belajar secara mandiri dengan bimbingan minimal dari pendidik (Prastowo, 2012). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hapsari yang menggunakan media modul sebagai intervensi. Hasil penelitian menyatakan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri dipengaruhi oleh pemberian pendidikan gizi yang diperoleh selama masa belajar berlangsung dan pengaruh dari lingkungan sekitar remaja putri. Adanya kenaikan jumlah responden dengan kategori baik sesudah pendidikan gizi dikarenakan mereka telah mendapatkan pendidikan gizi dengan menggunakan modul IEC (informasi, pendidikan, dan komunikasi) yang disusun oleh tim peneliti (Hapsari *et al.* 2019).

Penggunaan model pendidikan kesehatan sebagai sarana untuk mengurangi resiko dari faktor perilaku dan fisiologis terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan. Menggunakan cara terfavorit yang sesuai dengan usianya dapat memberikan dampak positif pada peningkatan kesadaran, mengubah perilaku dan meningkatkan pengetahuan. Salah satu caranya yaitu dengan menggunakan media *ppt*. Penelitian yang dilakukan oleh Putri menyatakan bahwa didapatkan pengaruh yang bermakna terhadap pengetahuan pada kelompok intervensi yang diberi pendidikan kesehatan dengan *ppt* sebanyak 3 kali dengan nilai p pengetahuan 0,000 (Putri, Neherta & Fajria, 2020). Penelitian sejalan yang dilakukan oleh Rini dengan menggunakan media *ppt*, menyatakan bahwa hasil penelitian menyatakan adanya pengaruh yang signifikan atas pemberian penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan tentang anemia remaja putri (Rini & Yunia, 2010).

Berdasarkan hasil analisis 20 jurnal didapatkan bahwa persentase selisih pengetahuan anemia tertinggi sebesar 69,88% menggunakan media visual *flash card* dengan jenis penelitian *quasy experiment* dengan jumlah sampel sebanyak 156 remaja putri. Menurut Sugiono (2012), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Semakin besar sampel dari besarnya populasi yang ada semakin baik, akan tetapi ada jumlah batas minimal yang harus diambil oleh peneliti yaitu sebanyak 30 sampel menurut Cohen (2007). Sebagaimana dikemukakan oleh Baley dalam Mahmud (2011), yang menyatakan bahwa untuk penelitian yang menggunakan analisis

data statistik, ukuran sampel paling minimum adalah 30 sampel. Sedangkan persentase selisih terendah yaitu sebesar 1,96% dengan media visual *booklet*. Rata-rata persentase selisih kenaikan pengetahuan anemia sebesar 20,07%. Hal tersebut membuktikan bahwa intervensi yang diberikan dengan media berupa edukasi atau pendidikan kesehatan pengetahuan anemia efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri.

KESIMPULAN

1. Terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan anemia sebelum dan sesudah diberikan media visual.
2. Persentase selisih pengetahuan anemia tertinggi sebesar 69,88% dengan media visual *flash card*. Rata-rata persentase selisih kenaikan pengetahuan anemia sebesar 20,07%.

SARAN

1. Penggunaan media dalam upaya peningkatan pengetahuan anemia perlu dilakukan pemilihan sesuai dengan kelompok umur remaja putri. Media yang interaktif dapat menarik minat dan meningkatkan pengetahuan khususnya pengetahuan tentang anemia pada remaja putri.
2. Media visual *flash card* bisa dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya terkait peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih saya ucapkan kepada Bapak Didik Hariyadi, S.Gz, M.Si selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Pontianak. Ibu Nopriantini, SP,M.Pd selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak. Bapak Jurianto Gambir, S.SiT, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Pontianak. Terima kasih kepada Ibu Widyana Lakshmi P, SKM, MPH selaku pembimbing utama dan Ibu Nopriantini, SP,M.Pd selaku pembimbing pendamping yang telah membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, G. Y., Udiyono, A., Saraswati, L. D., & Adi, M. S. (2017). Gambaran Status Anemia Pada Remaja Putri di Wilayah Pegunungan dan Pesisir Pantai (Studi di SMP Negeri Kecamatan Getasan dan Semarang Barat). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(1), 193–200.



- Azizah, N. R., Siti, Z., & Yuli, K. (2016). Perbedaan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Setelah Diberi Pendidikan dengan Metode Ceramah Tanpa Media dan Ceramah dengan Media Buku Cerita. *Jurnal Kesehatan*, 790–794. <https://doi.org/10.16285/j.rsm.2008.03.032>
- Budianto, A., & Fadhilah, N. (2016). Anemia pada Remaja Putri Dipengaruhi oleh Tingkat Pengetahuan tentang Anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(10). <https://doi.org/10.35952/jik.v5i10.31>
- Fajriyah, N. N., & Fitriyanto, M. L. H. (2016). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(1), 1–6.
- Fauziah, D. I., Rahfiludin, M. Z., & Kartini, A. (2019). Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Media Sampul Buku terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia Remaja Putri (Studi pada Siswi Kelas VII di SMP Teuku Umar Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 7(4), 695–699.
- Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.29210/02017182>
- Hapsari, N., Puspasari, Di. A., Setyobudi, S. I., Supariasa, I. D. N., Kaswari, S. R. T., Rahman, N., & Fahmida, U. (2019). Pendidikan Gizi Sebagai Intervensi Spesifik Untuk Peningkatan Pengetahuan, Tingkat Konsumsi, Dan Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(1), 67–78. <https://doi.org/10.31290/jpk.v8i1.613>
- Imanuna, H., Aroni, H., & Fajar, I. (2020). Penyuluhan Anemia Gizi Besi Menggunakan Media Booklet untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Siswi SMAN 7 Malang. 1(1), 1–8.
- Istiqomah, Rinayati, Chusnul, Z., & Didik, W. (2013). Hubungan Antara Kadar Hemoglobin Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Program Studi Diii Kebidanan Stikes Widya Husada Semarang Tahun 2012. *Prosiding SNST Ke-4*, 15–18.
- Jyoti, S., Kasturiba, B., Naik, R. K., & Bharati, P. C. (2011). Impact of Child to Child Nutrition Education Intervention on Nutrition Knowledge Scores and Hemoglobin Status of Rural Adolescent Girls. *Karnataka Journal of Agricultural Sciences*, 24(4), 513–515.
- Kemendes RI. (2018). Laporan Provinsi Kalimantan Barat Riskesdas 2018. 493.
- Maelafitri, N., Sitoayu, L., & Novianti, A. (2013). Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Media Explosion Box terhadap Pengetahuan dan Sikap Mengenai Anemia pada Remaja Putri di SMAN 23 Jakarta Barat. *Journal of Petrology*, 369(1), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Malahayati, S. P. (2010). *Super Teens, Jadi Remaja Luar Biasa dengan 1 Kebiasaan Efektif* (1st ed.). Jogya Bangkit Publisher.
- Meidina, S., Zen, rahfiludin m, & Apoina, K. (2019). Pengaruh Penyuluhan Dan Media Poster Tentang Anemia terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap pada Santriwati (Studi di Pondok Pesantren Al-Bisyri Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 7(4), 700–707.
- Nyoman, sugiarti ni, Komang, lindayani i, & Made, mahayati ni. (2019). Manfaat Penyuluhan dengan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia.
- Pakhri, A., Sukmawati, S., & Nurhasanah, N. (2018). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi Dan Asupan Energi, Protein Dan Besi Pada Remaja. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 13(1), 39. <https://doi.org/10.32382/medkes.v13i1.97>
- Purnama sari, M. W., Nugraheni, S., & Aruben, R. (2017). Pengaruh Buku Saku terhadap Tingkat Kecukupan Gizi pada Remaja (Studi Di Sma Teuku Umar Semarang Tahun 2016). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(1), 283–290.
- Putra, R. W. H., Supadi, J., & Wijaningsih, W. (2019). Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), 75–78. <https://doi.org/10.31983/jrg.v7i2.5220>
- Putri, R. D., Simanjuntak, B. Y., & Kusdalina, K. (2017). Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 404. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i3.626>
- Putri, S. A., Neherta, M., & Fajria, L. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Mixed Media Education Intervention Program terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 6(3), 69–79.



- Restuti, A. N., & Susindra, Y. (2016). Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Relationship Between Intake Nutrition and Nutritional. *Ilmiah INOVASI ISSN 1411-5549*, 1(2).
- Rini, S., & Yunia, K. (2010). Pengaruh Pemberian Penyuluhan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Anemia Pada Siswi Di Madrasah Aliyah Ponpes Ali Maksum Krapyak Bantul Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keprawatan*, 03(1), 15–25. <https://doi.org/10.35960/vm.v3i1.180>
- Savita, S. M., Nath, K. G., & Sharan, S. (2015). Impact of Education Intervention on Nutrition Knowledge of Iron Deficiency Anaemia Among Post Adolescent Girls. *Asian Journal Of Dairy and Food Research*, 32(3), 214–219.
- Silalahio, V., Aritonang, E., & Ashar, T. (2016). Potensi Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Asupan Gizi Pada Remaja Putri Yang Anemia Di Kota Medan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 295. <https://doi.org/10.15294/kemas.v11i2.4113>
- Waluyo, D., Hidayanty, H., & Arifin, S. (2018). Pengaruh Pendidikan Gizi Anemia terhadap Peningkatan Pengetahuan pada Anak Remaja Sma Negeri 21 Makassar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 301–306.
- Yuniarti, Rumilawaty, & Tunggal, T. (2013). Hubungan Antara Kepatuhan Minum Tablet FE Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 2011–2016.
- Zidni, I., Waryana, W., Sitasari, A., Sitasari, A., & Aritonang, I. (2018). Media Aplikasi Mobile “Stop Anemia” Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Dan Sikap Dalam Mencegah Anemia Pada Remaja Putri Di 11–30. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/545/>