



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 2 Tahun 2025 Page 3752-3764

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pengaruh Media Edukasi Audio Visual Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia di SMA Negeri 1 Berau

Nadia Taryzafitri^{1✉}, Tuti Meihartati², Widya Astutik³, Risnawati⁴

Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Wiyata Husada Samarinda

Email: nadyataryzafitri@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang dialami oleh remaja putri dan berdampak pada prestasi belajar serta kualitas hidup. Pengetahuan yang rendah tentang anemia menjadi salah satu faktor risiko utama. Media edukasi audio visual menjadi alternatif inovatif yang dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja secara menarik dan interaktif. Tujuan: Mengetahui pengaruh media edukasi audio visual terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA Negeri 1 Berau. Metode: Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel sebanyak 40 siswi dipilih menggunakan teknik total sampling. Instrumen berupa kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Analisis data menggunakan uji normalitas (*Shapiro-Wilk*) dan uji *Paired Sample t-Test*. Hasil: Rata-rata skor pengetahuan sebelum edukasi adalah 9,30 (SD = 2,334), sedangkan setelah edukasi meningkat menjadi 12,43 (SD = 1,631). Hasil uji *Paired Sample t-Test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* ($p = 0,000$), yang menandakan bahwa edukasi audio visual berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan. Kesimpulan: Media edukasi audio visual efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia. Disarankan agar metode ini diintegrasikan dalam program edukasi kesehatan remaja di sekolah untuk mendukung pencegahan anemia.

Kata Kunci: *Anemia, Edukasi, Media Audio Visual, Remaja Putri, Pengetahuan*

Abstract

Anemia is a major health issue affecting adolescent girls, impacting their academic performance and overall quality of life. Lack of knowledge about anemia is one of the key contributing factors. Audio-visual education media offers an innovative and engaging alternative to improve adolescent health literacy. Objective: To determine the effect of audio-visual educational media on improving knowledge about anemia among female students at SMA Negeri 1 Berau. Method: This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. A total of 40 female students were selected using total sampling. The instrument used was a structured knowledge questionnaire administered before and after the intervention. Data were analyzed using the Shapiro-Wilk test for normality and the Paired Sample t-Test for hypothesis testing. Results: The mean pretest score was 9.30 (SD = 2.334), which increased to 12.43 (SD = 1.631) after the educational intervention. The Paired Sample t-Test showed a significant difference between the pretest and posttest scores ($p = 0.000$), indicating that the audio-visual education significantly improved the participants' knowledge. Conclusion: Audio-visual education media is effective in enhancing adolescent girls' knowledge about anemia. It is recommended that such media be integrated into school-based health education programs to support anemia prevention among adolescents.

Keywords: *Anemia, Health Education, Audio-Visual Media, Knowledge, Adolescent Girls*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang sangat penting dalam pembangunan kesehatan masyarakat, mengingat pada masa ini terjadi perubahan signifikan dalam aspek fisik, psikologis, dan sosial. Saat ini, jumlah remaja di dunia mencapai 1,3 miliar jiwa atau sekitar seperenam dari populasi global, dan hampir 90% di antaranya tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah.

Data dari WHO (2024) menunjukkan bahwa secara global terdapat 42 kelahiran per 1.000 anak perempuan usia 15–19 tahun, yang menggambarkan pentingnya perhatian terhadap kesehatan remaja putri, khususnya terkait gizi dan anemia.

Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang umum dialami oleh remaja putri, terutama karena kebutuhan zat besi yang meningkat seiring dengan pertumbuhan dan menstruasi. Anemia adalah suatu kondisi dimana tubuh seseorang mengalami penurunan atau jumlah sel darah merah yang ada di dalam tubuh berada di bawah batas normal (Kemenkes RI, 2023). Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari biasanya (WHO, 2023).

Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja putri usia 15–24 tahun di Indonesia mencapai 32%. Kondisi ini menjadi perhatian serius, terutama karena anemia

dapat berdampak pada konsentrasi belajar, produktivitas, dan bahkan risiko komplikasi kehamilan di masa mendatang.

Di Kabupaten Berau, permasalahan anemia tampak lebih nyata. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2021, terdapat 38.741 remaja usia 11–21 tahun, dengan 18.546 di antaranya merupakan remaja putri. Di jenjang SMA/MA, terdapat 3.944 murid, termasuk di dalamnya siswa dari SMA Negeri 1 Berau (BPS, 2021). Di kecamatan Tanjung Redeb, prevalensi anemia pada remaja putri tercatat mencapai 63%, yang menunjukkan tingkat permasalahan yang memerlukan penanganan serius.

Pemeriksaan kadar hemoglobin yang dilakukan oleh UPTD Puskesmas Tanjung Redeb menunjukkan bahwa SMA Negeri 1 Berau memiliki prevalensi anemia tertinggi dibanding dua sekolah lainnya, yaitu sebesar 49,68% pada tahun 2023 dan 33,77% pada tahun 2024. Meskipun terjadi penurunan, angka tersebut tetap tergolong tinggi dan menjadi indikator bahwa intervensi kesehatan masih sangat dibutuhkan.

Penelitian sebelumnya oleh (Zakiah et al., 2023) pada 50 siswi di SMA Negeri 1 Berau menunjukkan bahwa sebanyak 90% siswi mengalami anemia, dengan 77% di antaranya termasuk dalam kategori anemia berat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Dwiningrum et al, 2022) yang melibatkan remaja dengan 56,8% rentang usia 16-18 tahun dan usia 13-15 tahun 43,2%. Sebanyak 60,3% belum menerima edukasi anemia melalui media video dan 39,7% sudah pernah menerima edukasi video. Sebelum intervensi, 60,8% memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia. Setelah intervensi, angka tersebut meningkat signifikan menjadi 95%.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan melalui diskusi kelompok dengan 8 siswi remaja putri di SMAN 1 Berau, ditemukan bahwa pemberian pendidikan kesehatan masih sangat terbatas. Dari hasil wawancara, sebanyak 5 dari 8 siswi (62,5%) tidak mengetahui definisi dan penyebab anemia. Sebagian besar dari mereka (75%) hanya mengetahui istilah anemia dari media sosial, serta menganggap kondisi tersebut tidak berbahaya (100%) dan akan sembuh dengan sendirinya (100%). Selain itu, pembina UKS di sekolah tersebut menyampaikan bahwa kejadian siswi mengalami lemas, pusing, hingga pingsan saat upacara kemungkinan berkaitan dengan kasus anemia.

Pengetahuan merupakan fondasi awal dalam membentuk sikap dan perilaku seseorang terhadap kesehatan. Semakin baik pengetahuan individu, semakin besar kemungkinan ia untuk menerapkan perilaku hidup sehat, termasuk dalam hal pemenuhan kebutuhan zat besi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Oleh karena itu, upaya

peningkatan pengetahuan tentang anemia perlu dilakukan dengan pendekatan yang relevan dan efektif (Kusumastuty et al., 2021).

Salah satu pendekatan yang sejalan dengan kebutuhan remaja masa kini dalam memahami isu kesehatan adalah dengan menggunakan media yang interaktif dan mudah diakses. Media berbasis audio visual menawarkan kombinasi elemen visual, suara, dan gerakan yang mampu menarik perhatian sekaligus memperkuat daya ingat. Dengan gaya penyampaian yang dinamis, pendekatan ini memberikan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dibandingkan metode ceramah konvensional (Rismawati, 2020).

Temuan sebelumnya menunjukkan bahwa remaja lebih responsif terhadap metode ini, dan menunjukkan peningkatan pemahaman yang lebih signifikan dalam topik-topik kesehatan (Nugroho et al., 2021; Dewi et al, 2020). Media audio visual yang menstimulasi dua indra yaitu penglihatan dan pendengaran, memberikan pengertian/pengetahuan yang semakin jelas kepada sasaran. Pengetahuan manusia disalurkan ke dalam otak melalui indra penglihatan yaitu mata sebesar 75% hingga 87%, sedangkan 13% hingga 25% melalui indra yang lain (Kusumastuty et al., 2021).

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi audio visual dapat meningkatkan pemahaman peserta didik dalam berbagai topik kesehatan, namun belum banyak yang mengkaji secara spesifik penggunaan media tersebut untuk meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri. Penelitian oleh Chandra (2018) dan Wulandari (2020) menunjukkan bahwa media edukasi audio visual dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan remaja, tetapi belum secara eksplisit meneliti pengaruhnya terhadap pengetahuan tentang anemia.

Pemerintah sendiri telah melakukan berbagai upaya untuk menurunkan angka kejadian anemia melalui pemberian tablet tambah darah (TTD) secara rutin setiap minggu dan pemeriksaan kadar hemoglobin setiap tahun di sekolah-sekolah. Namun, efektivitas program ini tetap sangat bergantung pada tingkat pengetahuan dan kesadaran siswa. Oleh karena itu, diperlukan dukungan melalui strategi edukasi yang tepat sasaran dan sesuai dengan karakteristik siswa.

Penelitian ini dilaksanakan pada siswa kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Berau, dua kelompok usia yang berada pada tahapan perkembangan remaja awal dan pertengahan. Kelas X berada dalam masa adaptasi terhadap lingkungan dan pola belajar baru, sedangkan kelas XI mulai menunjukkan kedewasaan dalam berpikir serta kesiapan menerima informasi dengan kedalaman yang lebih tinggi. Karakteristik ini memberikan peluang ideal untuk

menerapkan intervensi edukatif yang tidak hanya informatif, tetapi juga relevan dan sesuai dengan gaya belajar mereka (Döring & Kahl, 2022).

Dengan memanfaatkan kekuatan visual dan narasi dalam menyampaikan pesan kesehatan, diharapkan terjadi peningkatan pemahaman yang mampu memicu perubahan dalam sikap dan praktik sehari-hari, terutama terkait dengan pencegahan anemia pada remaja putri.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang di pakai pada penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre eksperiment design*, dengan jenis *one group pre-test post-test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang bersekolah di SMA Negeri 1 Berau, dengan jumlah total populasi sebanyak 204 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Consecutive Sampling*, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 40 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner dan media video. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan metode analisis univariat dan bivariat menggunakan *Uji Paired t-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisa Univariat

Analisis Univariat

Tabel 1. Deskripsi Statistik Pengetahuan *Pre-Test* dan *Post-Test*

	n	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation
Pre Test	40	5	13	9,30	2,334
Post Test	40	9	15	12,43	1,631

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa skor pengetahuan remaja putri sebelum edukasi memiliki nilai rata-rata sebesar 9,30 dengan standar deviasi 2,334, nilai minimum 5, dan nilai maksimum 13. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan sedang mengenai anemia sebelum diberikan intervensi edukasi

Tabel 2. Deskripsi Subjek Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi

Kategori	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	n	%	n	%
Baik	8	20	13	32,5

Cukup	18	45	27	67,5
Kurang	14	35	0	0
Jumlah	40	100	40	100

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, diketahui bahwa sebelum intervensi, sebanyak 20% responden memiliki pengetahuan dalam kategori baik, 45% dalam kategori cukup, dan 35% dalam kategori kurang.

Setelah dilakukan intervensi berupa edukasi menggunakan media audio visual, pengukuran pengetahuan dilakukan kembali dengan menggunakan kuesioner yang sama seperti pada *pre-test*. Hasil *post-test* menunjukkan bahwa sebanyak 32,5% responden berada dalam kategori pengetahuan baik, dan 67,5% dalam kategori cukup.

Rerata skor pengetahuan setelah edukasi meningkat menjadi 12,43 dengan standar deviasi 1,631, nilai minimum 9, dan nilai maksimum 15. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia setelah diberikan intervensi edukasi, dengan distribusi skor yang lebih tinggi dibandingkan sebelum intervensi.

Uji Normalitas

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Pengetahuan *Pre-Test* dan *Post-Test*

	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre_Test	.118	40	.171	.950	40	.075
Post_Test	.138	40	.054	.945	40	.051

Berdasarkan table 4.2 Hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,171 untuk data *pre-test* dan 0,054 untuk data *post-test*, sedangkan nilai signifikansi pada uji *Shapiro-Wilk* sebesar 0,075 (*pre-test*) dan 0,051 (*post-test*).

Karena seluruh nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis selanjutnya dapat menggunakan uji parametrik yaitu uji *Paired Sample t-Test*.

Analisis Bivariat

Analisis bivariate adalah menguji ada atau tidak pengaruh antar variabel independen dan dependen.

Tabel 4. Hasil Uji Paired Sample t-Test

	Mean	Std. Deviation	t	df	Sig. (2-tailed)
Pre-Test vs Post-Test	-1,95	1,58	-7,81	39	0,000

Berdasarkan table 4 hasil uji *Paired Sample t-Test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi audio visual. Rata-rata selisih nilai (*mean difference*) sebesar -3,125 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan sebesar 3,125 poin setelah diberikan intervensi. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *t* hitung sebesar -10,894 dengan derajat kebebasan (*df*) = 39 dan nilai signifikansi (*p*) sebesar 0,000.

Karena nilai signifikansi < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor *pre-test* dan *post-test*, yang berarti bahwa edukasi audio visual berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia.

Pembahasan

Gambaran pengetahuan remaja putri sebelum edukasi

Berdasarkan hasil pre-test, rata-rata skor pengetahuan remaja putri adalah 9,30 (SD = 2,334). Ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang masih rendah hingga sedang. Variabilitas pengetahuan yang cukup tinggi (standar deviasi besar) mengisyaratkan bahwa sebagian besar peserta belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai anemia.

Rendahnya pengetahuan remaja putri ini memperkuat pentingnya edukasi kesehatan di kalangan pelajar, terutama pada fase remaja yang merupakan periode transisi penting dalam pembentukan kebiasaan dan perilaku kesehatan. Padahal, anemia yang tidak ditangani sejak dini dapat menurunkan prestasi akademik, mengganggu pertumbuhan, dan berisiko pada kehamilan di masa depan.

Handayani et al. (2022) juga menemukan bahwa remaja cenderung mengabaikan gejala anemia karena menganggapnya sebagai hal yang biasa, seperti rasa lelah atau pusing, tanpa menyadari bahwa kondisi tersebut memerlukan perhatian medis. Hasil studi pendahuluan mendukung hal ini: sebanyak 62,5% siswi tidak memahami pengertian anemia dan 100% menganggap anemia sebagai hal sepele yang akan sembuh dengan sendirinya. Hal ini berpotensi menyebabkan keterlambatan penanganan dan menurunkan kesadaran akan pentingnya pencegahan.

Sebagian besar siswi memperoleh informasi kesehatan secara tidak langsung dari media sosial atau cerita teman sebaya, yang seringkali tidak akurat atau tidak memadai. Hal ini juga diungkapkan dalam penelitian Maulida et al. (2023), yang menunjukkan bahwa sebelum intervensi edukasi, sebagian besar remaja belum memahami penyebab dan dampak anemia secara menyeluruh. Sebaliknya, informasi yang beredar di media sosial seringkali bias atau tidak tervalidasi secara ilmiah.

Faktor penyebab rendahnya pengetahuan ini kemungkinan besar disebabkan oleh keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan yang tepat, kurangnya penyuluhan di lingkungan sekolah, dan minimnya perhatian terhadap masalah gizi dalam keluarga maupun masyarakat. Banyak remaja mendapatkan informasi tentang kesehatan secara pasif, misalnya hanya dari kurikulum sekolah atau media sosial tanpa panduan serta kurangnya sumber informasi yang menarik dan mudah dipahami oleh remaja. Selain itu, anemia masih dianggap sebagai isu yang kurang prioritas dibanding masalah kesehatan lainnya di kalangan remaja. Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian Julaecha (2020), yang menyatakan bahwa mayoritas remaja putri belum memiliki pemahaman memadai tentang anemia sebelum diberikan intervensi edukatif.

Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Setelah Edukasi

Setelah diberikan edukasi menggunakan media audio visual, terjadi peningkatan signifikan pada skor pengetahuan remaja putri mengenai anemia. Rata-rata skor post-test mencapai 12,43 dengan standar deviasi sebesar 1,631. Nilai minimum meningkat menjadi 9 dan maksimum menjadi 15, yang menunjukkan bahwa seluruh peserta mengalami peningkatan pengetahuan. Penurunan nilai standar deviasi mengindikasikan bahwa penyebaran nilai menjadi lebih sempit, yang berarti tingkat pengetahuan peserta menjadi lebih homogen dan konsisten.

Peningkatan ini mengindikasikan bahwa penggunaan media audio visual dalam penyampaian edukasi kesehatan terbukti lebih efektif dibandingkan dengan metode pembelajaran konvensional. Media audio visual mampu menyajikan informasi secara menarik melalui kombinasi elemen visual dan auditori, yang tidak hanya memudahkan peserta dalam memahami isi materi, tetapi juga meningkatkan daya serap serta retensi informasi dalam memori jangka panjang.

Hal ini diperkuat oleh temuan (Safitri et al., 2024), yang membuktikan bahwa penggunaan media video animasi mampu meningkatkan pengetahuan siswa secara signifikan dalam topik anemia.

Efektivitas media audio visual dalam proses pembelajaran sejalan dengan teori *Cognitive Theory of Multimedia Learning* oleh Mayer (2001). Menurut teori ini, informasi yang disampaikan melalui dua saluran sensorik, yakni saluran verbal (audio) dan visual (gambar atau animasi) akan lebih mudah diproses dan dipahami oleh otak, dibandingkan dengan penyampaian informasi secara tunggal. Ketika kedua saluran ini digunakan secara bersamaan, terjadi proses pemrosesan ganda yang mendorong integrasi informasi secara lebih efektif, sehingga meningkatkan daya ingat dan pemahaman peserta didik terhadap materi.

Studi serupa juga mendukung temuan ini, Jamaan, (2025) menemukan bahwa edukasi gizi menggunakan media video memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pemahaman siswa mengenai nutrisi. Sementara itu, Nurhabibah, (2024) menunjukkan bahwa media edukasi berbasis animasi sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar terkait kesehatan secara umum. Kedua studi ini menunjukkan bahwa media video tidak hanya relevan untuk remaja, tetapi juga efektif digunakan untuk kelompok usia lainnya dalam konteks pendidikan kesehatan.

Dalam konteks penelitian ini, video edukatif yang ditayangkan memuat informasi penting mengenai definisi anemia, penyebab umum, gejala yang sering terjadi, dampaknya terhadap kesehatan dan prestasi belajar, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan, seperti konsumsi makanan bergizi seimbang dan rutin mengonsumsi tablet tambah darah (TTD).

Berdasarkan respons peserta setelah intervensi, terlihat adanya peningkatan pemahaman secara menyeluruh, termasuk meningkatnya kesadaran akan pentingnya mencegah anemia sejak dini demi mendukung tumbuh kembang dan produktivitas mereka di masa remaja.

Pengaruh Edukasi Audio Visual Terhadap Pengetahuan Remaja Putri

Untuk mengetahui efektivitas intervensi edukasi yang diberikan, penelitian ini menggunakan uji statistik *Paired Sample t-Test*. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Nilai ini menunjukkan bahwa media edukasi audio visual memberikan pengaruh yang nyata terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia. Selain itu, nilai t hitung sebesar -10,894 dengan *mean difference* sebesar -3,125 menandakan bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan secara substansial setelah intervensi.

Selain itu, hasil korelasi antara skor *pre-test* dan *post-test* sebesar $r = 0,632$ ($p = 0,000$) memperlihatkan hubungan yang cukup kuat antara hasil sebelum dan sesudah edukasi, yang semakin memperkuat bahwa perubahan nilai tersebut bukanlah kebetulan, melainkan dampak langsung dari intervensi edukatif yang diberikan.

Temuan ini diperkuat oleh sejumlah penelitian relevan. Nugroho et al. (2021) menyatakan bahwa video edukatif terbukti secara signifikan dapat meningkatkan pemahaman siswa mengenai anemia dan mendorong perubahan sikap terhadap konsumsi makanan bergizi. Demikian pula, Putri et al. (2021) menegaskan bahwa media audio visual terbukti efektif dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) secara rutin.

Studi lain oleh, Ariani et al. (2020) menegaskan bahwa edukasi menggunakan video dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia lebih efektif dibandingkan pendekatan konvensional. Penelitian tersebut juga menyarankan penggunaan media visual sebagai strategi alternatif dalam menyampaikan informasi kesehatan di sekolah.

Selain efektif dalam meningkatkan pemahaman, media audio visual juga dinilai lebih sesuai dengan gaya belajar remaja yang cenderung aktif, visual, dan cepat bosan dengan metode ceramah. Tanjung et al. (2025) menemukan bahwa pembelajaran menggunakan media audiovisual lebih efektif dalam menyampaikan materi kesehatan reproduksi dan gizi dibandingkan metode ceramah, karena siswa lebih tertarik dan terlibat secara aktif.

Penelitian oleh Muyassaroh et al. (2020) juga membuktikan bahwa video edukasi lebih efektif dibandingkan media cetak seperti leaflet dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai anemia. Lebih lanjut, Zakiah et al. (2023) menunjukkan bahwa edukasi melalui media digital tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga berdampak pada sikap dan praktik konsumsi zat besi pada remaja putri. Hal ini menunjukkan bahwa media audiovisual memiliki potensi untuk mendukung upaya promotif dan preventif dalam pencegahan anemia secara menyeluruh.

Temuan dalam penelitian ini menegaskan bahwa media audio visual merupakan salah satu metode edukasi yang sangat efektif, terutama bagi remaja yang cenderung memiliki gaya belajar aktif dan visual, serta mudah kehilangan fokus jika disuguhkan metode pembelajaran yang monoton. Media ini memfasilitasi pembelajaran dua arah melalui rangsangan visual dan auditori yang memperkuat daya ingat serta pemahaman peserta.

Dengan demikian, media edukasi audio visual terbukti sebagai metode pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia. Efektivitas ini tidak

hanya terlihat dari skor pengetahuan, tetapi juga tercermin dalam peningkatan kesadaran dan pemahaman remaja mengenai pentingnya pencegahan anemia sejak dini.

Oleh karena itu, intervensi berbasis media audio visual direkomendasikan untuk digunakan secara rutin dalam program pendidikan kesehatan di sekolah, sebagai bagian dari strategi promotif dan preventif dalam menurunkan prevalensi anemia di kalangan remaja. Penggunaannya dapat dimasukkan ke dalam program UKS, pelatihan kesehatan, atau kegiatan promosi gizi sebagai bagian dari strategi promotif dan preventif terhadap anemia pada remaja.

SIMPULAN

1. Sebelum diberikan edukasi menggunakan media video, sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang bervariasi mengenai anemia. Pengetahuan remaja putri berada pada kategori rendah hingga cukup, dengan rata-rata skor sebesar 9,30. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman remaja tentang anemia sebelum intervensi masih terbatas.
2. Setelah diberikan edukasi menggunakan media video, terjadi peningkatan yang signifikan dalam tingkat pengetahuan. Hasil post-test menunjukkan peningkatan signifikan, dengan rata-rata skor menjadi 12,43. Peningkatan ini menegaskan bahwa media video merupakan alat yang efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada remaja.
3. Hasil uji *Paired Sample t-Test* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti bahwa edukasi menggunakan media audio visual efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta.

DAFTAR PUSTAKA

- Abri, N. et al. (2024). Risk Factors For The Incidence Of Anemia In Adolescent Girls Berau Regency. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 5, 44–53.
- Adiputra, I. et al. (2021). *Buku Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Amilia Lorensyah, S. (2024). Efektivitas Video Edukasi Tentang Anemia Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Kepada Remaja Putri Di SMA 2 Tambun Utara.
- Astuti, E. R. (2023). Literature Review: Faktor Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri. *Jambura Journal Of Health Science And Research*, 5(2).
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Berau. (2021). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin*. BPS Kabupaten Berau.

- Dwiningrum, Y. & Fauzia, F. R. (2022). Efektivitas Video Edukasi Anemia Gizi Besi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Di Bantul. *Jurnal Medika Indonesia*, 1(1).
- Fadilla, Z. et al. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Farhan, K. et al. (2024). Pengaruh Edukasi Anemia Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan, Sikap, Serta Keberagaman Konsumsi Makanan Remaja Putri Di SMP Negeri 86 Jakarta. *Jurnal Nutrition And Consumption*, 13(2), 127–138.
- Farisa, L. (2022). Pengaruh Edukasi Media TikTok Terhadap Pengetahuan Anemia Pada Remaja SMP.
- Fisipol UMA. (2022). *Manfaat Edukasi*. Ilmu Komunikasi UMA.
- Hardani, U. et al. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*.
- Julaecha. (2020). Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 2(2), 109–112.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023a). *Mengenal Gejala Anemia Pada Remaja*. Ayo Sehat Kemenkes RI.
- Khairani, M. et al. (2019). Studi Meta Analisis Pengaruh Video Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik. *Jurnal Biolokus*, 2, 158–166.
- Kusumastuty, I. et al. (2021). Pemanfaatan Video Edukasi Dalam Perbaikan Pengetahuan Gizi Pada Remaja. *SSEJ*, 1(3).
- Mardapi, D. (2013). *Metakognisi Dan Tiga Tipe Pengetahuan*. SPS UNY.
- Maulina, E. et al. (2013). Hubungan Jenis Kelamin, Pengaruh Teman Sebaya, Paparan Media Pornografi Dengan Sikap Siswa Tentang Perilaku Seks.
- Menkes RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014*.
- Najib, H. F. (2021). Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Video Terhadap Perubahan Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta.
- Nunung, S. N. (2021). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan.
- Nurhabibah, S. (2024). Pengaruh Video Animasi Sebagai Media Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMPN 4 Kuningan. *Jurnal Fakultas Ilmu Kesehatan UNISA Kuningan*.
- Octaviana, D. R. et al. (2021). Hakikat Manusia: Pengetahuan, Ilmu Pengetahuan, Filsafat Dan Agama. *Jurnal Tawadhu*, 5(2).
- Rahman, M. T. (2020). *Filsafat Ilmu Pengetahuan*. UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

- Rahmawati, R. et al. (2023). Pengelompokan Remaja Berdasarkan Segmentasi Usia Menggunakan Metode K Means Clustering (Studi Kasus: Desa Sindangsari). *Jurnal Riset Ilmu Akuntansi*, 2(2).
- Romanti, Y. et al. (2022). Efektivitas Penyuluhan Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di SMAN 10 Kota Bengkulu. Skripsi.
- Safitri, E. D. et al. (2024). Efektivitas Penggunaan Media Video Animasi Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *Ilmu Gizi Indonesia*, 7(2), 183–192.
- Thamrin, L. et al. (2023). Kajian Fonetik Bunyi Vokal Tunggal Bahasa Mandarin. *Diglosia: Jurnal Kajian Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya*, 6(1), 25–42.
- Jamaan, T. et al. (2025). Pengaruh Edukasi Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Anemia Dan Tablet Fe. *Jurnal Maternitas Aisyah*.
- World Health Organization. (2019). Prevalence Of Anaemia In Women Of Reproductive Age (Aged 15–49). World Health Organization.
- World Health Organization. (2023). Anaemia.
- World Health Organization. (2024). Adolescent Health.
- World Health Organization. (2024). Fact Sheets – Malnutrition.
- World Health Organization. (2024). Adolescents And Young Adult Health.
- Yusuf, M. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Penelitian Gabungan. Kencana.
- Zakiah, S. et al. (2023). The Effect Of Nutrition Education On Knowledge, Attitudes, And Iron Intake In Adolescent Girls. *Journal Of Health And Nutrition Research*.
- Zulfikar, R. et al. (2024). Metode Penelitian Kuantitatif (Teori, Metode Dan Praktik).