

EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG ANEMIA MELALUI MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MTS TARBIYYATUL ASSAS KABUPATEN BEKASI 2025

Sabrina Gusti Nova^{1*}, Rosi Kurnia Sugiharti², Neneng Julianti³, Ida Widaningsih⁴

Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Medika Suherman, Jawa Barat, Indonesia^{1,2,3,4}

*Corresponding Author : sabrinaaa.gn@gmail.com

ABSTRAK

Anemia merupakan permasalahan kesehatan yang masih banyak dialami oleh remaja putri dan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik, kebugaran, serta konsentrasi belajar. Tingginya prevalensi anemia pada remaja putri menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan mengenai anemia, meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta upaya pencegahan, masih tergolong rendah. Kondisi ini menunjukkan perlunya upaya pendidikan kesehatan yang efektif dan sesuai dengan karakteristik remaja, salah satunya melalui penggunaan media video. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pendidikan kesehatan tentang anemia melalui media video terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di MTs Tarbiyatul Assas Kabupaten Bekasi. Penelitian ini menggunakan metode pra-eksperimen dengan desain *one group pretest–posttest*. Populasi dan sampel penelitian berjumlah 62 remaja putri yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan tentang anemia yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi pendidikan kesehatan. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kurang (74,2%). Setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik (82,3%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 (<0,05), yang menandakan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan. Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan tentang anemia melalui media video efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri dan berpotensi menjadi strategi promotif dan preventif dalam upaya pencegahan anemia di lingkungan sekolah.

Kata kunci: Anemia, pendidikan kesehatan, pengetahuan, remaja putri, video

ABSTRACT

Anemia remains a prevalent health problem among adolescent girls and can negatively affect physical health, fitness, and learning concentration. The high prevalence of anemia among adolescent girls indicates that their level of knowledge regarding anemia, including its definition, causes, signs and symptoms, impacts, and prevention strategies, is still relatively low. This condition highlights the need for effective health education approaches that are appropriate to adolescents' characteristics, one of which is the use of video-based educational media. This study aimed to analyze the effectiveness of health education about anemia delivered through video media on the knowledge level of adolescent girls at MTs Tarbiyatul Assas, Bekasi Regency. This research employed a pre-experimental method with a one group pretest–posttest design. The population and sample consisted of 62 adolescent girls selected using a total sampling technique. Data were collected using a structured questionnaire to assess knowledge about anemia before and after the health education intervention. Data analysis was conducted using univariate and bivariate analysis with the Wilcoxon test. The results showed that before the intervention, most respondents had a low level of knowledge (74.2%). After receiving health education through video media, the majority of respondents demonstrated a good level of knowledge (82.3%). The Wilcoxon test result indicated a p-value of 0.000 (<0.05), which signifies a statistically significant improvement in knowledge after the intervention. In conclusion, health education about anemia delivered through video media is effective

in increasing the knowledge of adolescent girls and has the potential to serve as a promotive and preventive strategy for anemia prevention in school settings.

Keywords: *anemia, female adolescents, health education, video, knowledge*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang berada dalam rentang sepuluh hingga sembilan belas tahun. Masa remaja, yang juga dikenal sebagai masa adolesens, adalah tahap transisi dari masa anak-anak menuju usia dewasa, Fase ini ditandai oleh perubahan dalam aspek fisik, mental, emosional, dan sosial. Tahapan usia remaja terbagi menjadi dua, yaitu remaja tahap awal yang meliputi usia 10 hingga 14 tahun, serta remaja tahap akhir yang mencakup usia 15 hingga 19 tahun. Remaja pada tahap awal (usia 10-14 tahun) mengalami percepatan pertumbuhan fisik yang signifikan, disertai dengan perubahan hormon dan perkembangan otak yang cepat. Di fase ini, mereka mulai membentuk jati diri serta mengasah kemampuan berpikir dan bersosialisasi (WHO, 2022). Menurut kementerian kesehatan Republik Indonesia (2020), masa remaja terbagi menjadi tiga tahap, yakni remaja awal remaja (usia 10-13 tahun), remaja menengah (14-16 tahun) dan remaja akhir (17-19 tahun). Secara fisik, fase ini ditandai oleh perubahan pada karakteristik tubuh dan fungsi psikologis, terutama yang berkaitan dengan sistem reproduksi (Ica Auliya & Sulistiawati, 2025)

Salah satu masalah pada remaja putri adalah anemia. Sekitar 370 juta remaja putri dinegara-negara berkembang mengalami anemia akibat kekurangan zat besi. Di Indonesia sendiri, prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 72,3%, dimana 41% diantaranya terjadi pada remaja yang tidak sedang hamil dapat mengalami kekurangan zat besi, yang umumnya ditandai dengan gejala seperti kulit yang tampak pucat, tubuh lemas, mudah lelah, sering merasa pusing dan mengantuk, serta penurunan kemampuan konsentrasi dalam belajar (Widaningsih, 2023).

Anemia merupakan kondisi kadar hemoglobin yang sedikit dalam aliran darah dimana protein yang mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Apabila seseorang kekurangan sel darah merah atau memiliki kadar hemoglobin yang rendah, tubuhnya tidak mampu mendapat pasokan oksigen yang mencukupi sesuai kebutuhannya (Munir et al., 2022). Anemia lebih sering dialami oleh remaja putri karena adanya proses menstruasi. Pada masa ini, tubuh perempuan dapat kehilangan sekitar 30 mg zat besi (Adyani et al., 2024). Kehilangan darah selama menstruasi menjadi salah satu faktor pemicu terjadinya anemia. Gejala yang umum dirasakan mudah lelah, dan sering mengantuk, yang pada akhirnya mengganggu konsentrasi dalam kegiatan belajar (Helmyati et al., 2023).

Anemia memiliki kaitannya dengan lamanya durasi menstruasi pada remaja putri, kondisi ini dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh, berkurangnya konsentrasi saat belajar, serta memperlambat kemampuan menangkap informasi (Alfian et al., 2023). Perkembangan biologis pada remaja dengan kematangan fungsi tubuh secara biologis, salah satunya ditunjukkan melalui dimulainya siklus menstruasi (Firdawiyanti & Kurniasari, 2023). Kekurangan asupan zat besi pada remaja putri bisa disebabkan kurangnya pengetahuan mereka mengenai sumber makanan yang kaya akan zat besi serta peran pentingnya zat besi bagi kesehatan tubuh. Tingkat pengetahuan gizi yang dimiliki remaja putri berperan dalam membentuk sikap dan perilaku mereka dalam memilih makanan. Jika mereka memiliki pola makan dan kebiasaan yang tidak sehat, hal ini dapat menyebabkan defisiensi zat besi, yang berisiko menimbulkan anemia dan memberikan dampak negatif terhadap pertumbuhan serta perkembangan fisik mereka (Widaningsih et al., 2023)

Kurangnya pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri dapat menyebabkan dampak yang serius, mengingat mereka adalah calon ibu yang nantinya akan hamil dan melahirkan. Kekurangan zat besi dapat meningkatkan risiko komplikasi serius seperti

kematian ibu saat melahirkan, kelahiran prematur, berat badan bayi lahir rendah, kesulitan dalam kontraksi rahim atau proses melahirkan, serta pendarahan pasca persalinan yang berpotensi berujung kematian. Kemenkes RI (Gusfina & Olivia., 2022) Salah satu faktor penyebab tinggi angka kejadian anemia pada remaja adalah rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya seperti vitamin A, vitamin C, asam folat, dan B12. Selain itu, kesalahan dalam cara mengkonsumsi zat besi, seperti mengkonsumsinya bersamaan dengan zat lain yang dapat menghambat penyerapan zat besi. Seperti pendapat (Gusfina & Olivia., 2022) Beberapa faktor yang memengaruhi status anemia pada remaja putri antara lain adalah pengetahuan mereka tentang anemia dan pola makan yang diterapkan. Kurangnya pemahaman mengenai anemia yang membuat remaja rentan terhadap perilaku makan yang tidak sehat, sehingga menjadikan remaja putri sebagai salah satu kelompok yang paling berisiko mengalami anemia (Juliani et al., 2024).

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan adalah dengan dilakukannya pemberian pendidikan kesehatan. Metode pendidikan kesehatan yang digunakan adalah media video. Media visual ini memiliki kelebihan dalam menyajikan informasi dengan cara yang menarik, mudah dimengerti serta mampu meningkatkan pemahaman dan daya ingat siswa. Video menjadi salah satu media yang paling efektif dalam penyampaian pembelajaran dan pendidikan kesehatan, sebab media video menghadirkan kombinasi gambar, gerak, audio, serta efek visual yang menarik perhatian dan media ini dapat diputar kembali kapan saja jika diperlukan (Ranimah et al., 2025).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) dalam World Health Statistics tahun 2021 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di dunia berkisar sebanyak 29.9 % dan prevalensi anemia pada Wanita tidak hamil usia 15-49 tahun sebesar 29.6% yang mana kategori usia remaja termasuk didalamnya (WHO, 2021). Anemia di Indonesia pada wanita usia subur (15 - 24 tahun) meningkat dari 21,6% menjadi 22,3%. Proporsi anemia lebih tinggi pada perempuan (27,2%) bila dibandingkan laki-laki (20,3%) dan proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun adalah 32%. Di Jawa Barat, tingkat anemia pada remaja putri mencapai 40 persen, atau sekitar 1,7 juta orang. Menurut Prima Nurahmi, selaku Ketua Tim Kerja Kesehatan Keluarga dan Gizi Dinas Kesehatan Jawa Barat, anemia tidak hanya berdampak negatif pada kesehatan remaja itu sendiri tetapi juga dapat memengaruhi kesehatan generasi berikutnya. Hasil penelitian pada lima sekolah di Bekasi tahun 2020 menunjukkan sebanyak 30,90% remaja putri mengalami anemia, yang tergolong cukup tinggi (Maryusman et al., 2020). Temuan serupa juga diperoleh dalam studi tahun 2022 di Bekasi dengan prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 30,70% (Putri & Fauziyah, 2023).

Salah satu langkah yang ditempuh pemerintah untuk mengatasi anemia adalah melalui pemberian suplemen tablet Fe. Cara ini dianggap paling efektif karena tablet tersebut mengandung zat besi dalam jumlah tinggi serta diperkaya dengan asam (Anwar et al., 2024) . Sejak tahun 2014 program ini dikenal juga sebagai *Weekly Iron and Folic Acid Supplementation* (WIFAS/WIFS). Suplemen ini mengandung 60mg zat besi elemental dan 400 mikrogram asam folat, dan didistribusikan secara gratis melalui puskesmas, PUSTU (Puskesmas pembantu, serta sekolah. TTD juga dapat diperoleh secara mandiri di apotek. Pelaksanaan program ini didukung oleh sejumlah kebijakan, seperti Permenkes No. 88 tahun 2014 tentang standar TTD bagi Wanita Usia Subur dan Ibu Hamil, surat edaran No. HK.03.03/V/0595/2016 tentang pemberian TTD pada remaja putri dan wanita usia subur, serta Permenkes No. 51 Tahun 2016 mengenai standar produk Suplementasi Gizi (Helmyati et al., 2023) .

Berdasarkan data survei pendahuluan di sekolah MTs Tarbiyatul Assas yang didapatkan peneliti dari Ibu Hj. Eha Zulaiha S.Ag selaku kepala sekolah MTs Tarbiyatul Assas bahwa terdapat 18 siswi yang mengalami anemia dibuktikan dengan pengecekan rutin

yang bekerja sama dengan puskesmas setempat. Berdasarkan hasil wawancara pada 62 remaja putri bahwa 42 orang (68%) dari mereka kurang mengetahui tentang anemia sementara 20 orang (32%) siswi lainnya berpengetahuan baik tentang anemia. Berdasarkan tingginya prevalensi anemia pada remaja putri serta masih rendahnya tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia di MTs Tarbiyyatul Assas Kabupaten Bekasi, diperlukan upaya promotif dan preventif yang efektif melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video dipandang mampu meningkatkan pemahaman remaja putri karena menyajikan informasi secara menarik, mudah dipahami, dan sesuai dengan karakteristik remaja. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan tentang anemia melalui media video terhadap tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di MTs Tarbiyyatul Assas Kabupaten Bekasi tahun 2025, dengan melihat perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tersebut.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian pra-eksperimen dengan desain one group pretest–posttest. Penelitian dilaksanakan di MTs Tarbiyyatul Assas, Desa Karang Anyar, Kecamatan Karang Bahagia, Kabupaten Bekasi, Provinsi Jawa Barat pada tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang bersekolah di MTs Tarbiyyatul Assas Kabupaten Bekasi, dengan jumlah 62 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang anemia yang diberikan kepada responden sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan melalui media video. Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan menggunakan skor yang diperoleh dari jawaban kuesioner responden. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum dan sesudah intervensi pendidikan kesehatan. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan uji Wilcoxon. Penelitian ini telah mendapatkan izin penelitian dari pihak sekolah MTs Tarbiyyatul Assas dan responden diberikan penjelasan mengenai tujuan serta prosedur penelitian. Partisipasi responden bersifat sukarela dan kerahasiaan data responden dijaga selama proses penelitian berlangsung..

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Di Mts Tarbiyatul Assas Kabupaten Bekasi

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Sebelum		
Kurang	46	74,2
Cukup	16	25,8
Baik	0	0,0
Total	62	100,0
Sesudah		
Kurang	0	0,0
Cukup	11	17,7
Baik	51	82,3
Total	62	100,0

Pada tabel 1 dapat dijelaskan bahwa pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia dengan media video Sebagian besar adalah kurang yaitu sebanyak 46 responden (74,2%), pengetahuan responden setelah dilakukan pendidikan kesehatan menggunakan video menjadi sebagian besar memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 51 responden (82,3%).

Analisis Bivariat

Tabel 2. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia Dengan Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di Mts Tarbiyatul Assas Kabupaten Bekasi

Variabel	N	Mean	Median	Min-Max	p-value
Sebelum	62	47,90	45,00	35-65	0,000
Sesudah		83,00	80,00	60-95	

Tabel 2 menunjukkan hasil analisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa p. value (0,000) < 0,05. diketahui bahwa terdapat peningkatan skor pengetahuan tentang anemia pada remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video. Dapat disimpulkan bahwa media video efektif meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di MTs Tarbiyatul Assas Kabupaten Bekasi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa tingkat pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia melalui media video sebagian besar berada pada kategori kurang, yaitu sebanyak 46 responden (74,2%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di MTs Tarbiyatul Assas Kabupaten Bekasi belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai anemia. Kekurangan pengetahuan tersebut mencakup pemahaman tentang pengertian anemia, faktor penyebab terjadinya anemia, tanda dan gejala yang menyertai, dampak anemia terhadap kesehatan, serta upaya pencegahan yang dapat dilakukan sejak dini. Kondisi ini mengindikasikan bahwa anemia masih belum dipahami sebagai masalah kesehatan yang serius oleh sebagian besar remaja putri. Kondisi tersebut sejalan dengan hasil penelitian (M. Lestari et al., 2022) yang menyatakan bahwa remaja putri merupakan kelompok usia yang memiliki risiko tinggi mengalami anemia, namun sering kali belum memperoleh edukasi kesehatan yang memadai dan berkesinambungan. Lestari menegaskan bahwa keterbatasan informasi menyebabkan remaja tidak memahami pentingnya zat besi bagi tubuh, terutama pada masa pertumbuhan dan saat mengalami menstruasi. Akibatnya, remaja cenderung mengabaikan asupan gizi yang seimbang dan tidak menyadari dampak jangka panjang dari anemia.

Rendahnya tingkat pengetahuan remaja putri juga berdampak pada perilaku kesehatan sehari-hari. Remaja dengan pengetahuan yang kurang cenderung tidak memperhatikan pola makan, sering melewatkan sarapan, serta lebih memilih makanan cepat saji yang rendah kandungan zat besi. Kondisi ini memperbesar risiko terjadinya anemia yang dapat berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, mudah lelah, serta menurunnya kebugaran fisik. Dampak tersebut secara tidak langsung dapat memengaruhi prestasi akademik dan kualitas hidup remaja. Rendahnya pengetahuan awal remaja putri tidak terlepas dari peran sekolah sebagai institusi pendidikan formal. Sekolah seharusnya menjadi sumber utama informasi kesehatan bagi peserta didik. Namun, dalam praktiknya, pendidikan kesehatan di sekolah belum disampaikan secara optimal. Penelitian (Hasmyati et al., 2024) menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan di sekolah masih didominasi oleh metode ceramah yang bersifat satu arah dan minim penggunaan media pembelajaran inovatif. Penyampaian materi yang bersifat teoritis tanpa pendekatan kontekstual menyebabkan siswa sulit memahami konsep kesehatan

secara menyeluruh. Penelitian tersebut juga menekankan bahwa kurangnya variasi metode pembelajaran membuat siswa cepat merasa bosan dan tidak tertarik untuk mendalami materi yang disampaikan. Akibatnya, informasi tentang anemia hanya dipahami secara dangkal dan tidak tertanam kuat dalam ingatan siswa. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran kesehatan di sekolah perlu disesuaikan dengan karakteristik remaja yang lebih menyukai pembelajaran visual dan interaktif.

Selain faktor sekolah, lingkungan keluarga turut memengaruhi tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia. Penelitian oleh (Apriliani & Utami, 2021) menyatakan bahwa literasi kesehatan orang tua memiliki peran penting dalam membentuk pemahaman anak mengenai kesehatan dan gizi. Orang tua yang memiliki pengetahuan kesehatan terbatas cenderung tidak memberikan informasi yang memadai tentang pentingnya konsumsi zat besi dan pola makan seimbang kepada anaknya. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa kurangnya komunikasi antara orang tua dan anak terkait kesehatan menyebabkan remaja tidak memiliki kebiasaan menjaga kesehatan secara mandiri. Kondisi ini menjadi lebih berisiko pada remaja putri yang mengalami menstruasi setiap bulan dan membutuhkan asupan zat besi yang lebih tinggi. Tanpa pengetahuan yang cukup, remaja tidak mampu mengenali gejala anemia maupun melakukan pencegahan secara mandiri.

Di sisi lain, perkembangan teknologi dan media digital sebenarnya membuka peluang besar bagi remaja untuk mengakses informasi kesehatan. Namun, pemanfaatan media digital belum sepenuhnya optimal. Penelitian oleh (Marchamah & Jayadilaga, 2022) menyatakan bahwa sebagian besar remaja lebih tertarik mengakses konten hiburan dibandingkan konten edukasi kesehatan. Informasi kesehatan sering dianggap kurang menarik dan tidak relevan dengan kebutuhan remaja. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa konten kesehatan yang tersedia di media digital sering kali disajikan dengan bahasa yang terlalu ilmiah atau kurang visual, sehingga sulit dipahami oleh remaja. Hal ini menyebabkan informasi tentang anemia kurang mendapat perhatian, meskipun akses terhadap media digital sangat luas. Dengan demikian, permasalahan utama bukan terletak pada keterbatasan informasi, melainkan pada cara penyampaian informasi yang belum sesuai dengan karakteristik remaja.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu intervensi pendidikan kesehatan yang inovatif dan efektif. Salah satu pendekatan yang dinilai sesuai adalah penggunaan media video. Media video memiliki keunggulan dalam menyajikan informasi secara audio-visual, sehingga lebih menarik dan mudah dipahami oleh remaja. Video mampu menggabungkan gambar, animasi, suara, dan narasi yang dapat meningkatkan pemahaman serta daya ingat peserta didik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video, tingkat pengetahuan remaja putri mengalami peningkatan yang signifikan. Sebagian besar responden, yaitu sebanyak 51 orang (82,3%), berada pada kategori pengetahuan baik. Temuan ini menunjukkan bahwa media video efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang anemia. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Mustar et al., 2023) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan berbasis video mampu meningkatkan pengetahuan remaja secara signifikan dibandingkan metode konvensional.

Penelitian yang dilakukan oleh (Adhistry et al., 2025) juga menunjukkan adanya peningkatan rerata skor pengetahuan remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video. Ervianti menjelaskan bahwa media video membantu peserta didik memahami materi secara lebih konkret karena disertai visualisasi yang mendukung penjelasan materi. Hal ini menunjukkan bahwa media video tidak hanya meningkatkan kuantitas pengetahuan, tetapi juga kualitas pemahaman remaja.

Efektivitas media video dapat dijelaskan melalui teori pembelajaran multimedia. Juliani (2024) menyatakan bahwa media audiovisual mampu meningkatkan daya serap informasi karena melibatkan lebih dari satu indera dalam proses belajar. Informasi yang

diterima melalui penglihatan dan pendengaran secara bersamaan akan lebih mudah diproses dan disimpan dalam memori jangka panjang. Kondisi ini sangat sesuai dengan karakteristik remaja yang cenderung cepat kehilangan fokus apabila pembelajaran tidak menarik.

Selain itu, relevansi materi video dengan kehidupan sehari-hari remaja juga berperan penting dalam meningkatkan efektivitas pendidikan kesehatan. Adyani (2024) menjelaskan bahwa materi edukasi yang dikaitkan dengan pengalaman personal peserta didik akan meningkatkan motivasi belajar dan keterlibatan emosional. Video yang menggambarkan dampak anemia terhadap aktivitas belajar dan kebugaran fisik membuat remaja menyadari pentingnya topik tersebut dalam kehidupan mereka.

Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($<0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian (Nur et al., 2025) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media video berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh temuan (Maulina et al., 2023) yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri setelah diberikan pendidikan gizi melalui media video. Fadhilah menegaskan bahwa media video mampu menyampaikan informasi secara lebih sistematis dan menarik, sehingga meningkatkan pemahaman peserta didik.

Efektivitas media video dibandingkan metode ceramah juga dijelaskan oleh (Eka et al., 2024) yang menyatakan bahwa media video lebih mampu menarik perhatian dan mempertahankan fokus peserta didik. Sementara itu, (Ismawati et al., 2021) menjelaskan bahwa media video sangat efektif untuk menyampaikan materi kesehatan yang kompleks karena dapat menampilkan proses dan dampak secara visual.

Selain itu, (Maulina et al., 2023) menyebutkan bahwa keunggulan media video terletak pada fleksibilitasnya yang dapat diputar ulang sesuai kebutuhan peserta didik. Hal ini memungkinkan remaja untuk mengulang materi yang belum dipahami sehingga meningkatkan retensi informasi dalam jangka panjang.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan temuan (Fadhilah et al., 2021) yang menyatakan bahwa penggunaan media video dalam pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pemahaman remaja secara signifikan. Penelitian serupa juga dilaporkan oleh (Sari et al., 2024) yang menemukan bahwa media video efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan remaja di lingkungan sekolah.

Penelitian (Asfia & Ferial, 2023) menegaskan bahwa media video sangat sesuai dengan gaya belajar generasi remaja saat ini yang lebih menyukai konten visual dan interaktif. Temuan ini diperkuat oleh penelitian (S. Lestari & Putro, 2021) yang menyatakan bahwa media audiovisual mampu meningkatkan minat belajar dan pemahaman peserta didik.

Hasil yang serupa juga dilaporkan oleh Nugroho (2022) yang menemukan bahwa pendidikan kesehatan berbasis video memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja. Penelitian (Handayani et al., 2025) turut menyimpulkan bahwa penggunaan media video dapat menjadi strategi efektif dalam promosi kesehatan di sekolah.

Berdasarkan keseluruhan hasil pembahasan, peneliti berasumsi bahwa rendahnya pengetahuan remaja putri sebelum intervensi disebabkan oleh keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan yang menarik dan mudah dipahami. Media pembelajaran konvensional kurang sesuai dengan karakteristik belajar remaja. Oleh karena itu, penggunaan media video mampu menjembatani kesenjangan tersebut dengan menyajikan materi secara visual, kontekstual, dan relevan, sehingga meningkatkan pemahaman serta retensi informasi secara optimal.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video, sebagian besar remaja putri di MTs Tarbiyatul Assas Kabupaten Bekasi memiliki pengetahuan yang kurang tentang anemia. Setelah intervensi, terjadi peningkatan signifikan, di mana sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pendidikan kesehatan menggunakan media video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada MTs Tarbiyyatul Assas Kabupaten Bekasi yang telah memberikan izin serta dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih juga kepada responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi secara aktif, sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik. Tidak lupa, penghargaan kepada dosen pembimbing, rekan sejawat, serta semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam proses penyusunan hingga terselesaikannya penelitian ini. Semoga segala bantuan dan dukungan yang diberikan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhistry, W. A., Immawanti, & Dominggus, S. (2025). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN BERBASIS AUDIOVISUAL TENTANG PENCEGAHAN DINI STUNTING TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI The Effect of Audiovisual-based Health Education on Early Prevention of Stunting on the Knowledge Level of Female Adolescence. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 11(1).
- Adyani, K., Apriliana, S. D., & Susilowati, E. (2024). Pengaruh Media Edukasi terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia: Literature Review. *Faletahan Health Journal*, 11(2), 126–134.
- Alfian, Y., Malik, M. O., & Arfania, M. (2023). Penyebab Anemia Pada Remaja Puteri. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(6), 649–657.
- Anwar, R. S., Tajmiati, A., & Rismawati, S. (2024). PENGARUH PEMBERIAN TABLET Fe DENGAN PEMANFAATAN APLIKASI CERIA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HB PADA REMAJA PUTRI DI MTs NEGERI 4 TASIKMALAYA. *Asian Research Midwifery and Basic Science Journal PENGARUH*, 1(2), 22–29.
- Apriliani, S. R. A., & Utami, F. B. (2021). Peran Orang Tua dalam Menerapkan Kemampuan Literasi Kesehatan Anak Usia Dini pada Pandemi Covid-19 Dilingkungan Rt.04 Rw.26 Pekayon Jaya Bekasi Selatan Siti. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 3852–3862.
- Asfia, F., & Ferial, L. (2023). Analisis Perilaku Seksual Berisiko pada Mahasiswa Analysis of Risky Sexual Behaviors among Students. *Faletahan Health Journal*, 10(2), 159–168.
- Eka, Hadi, S. P. I., & Navelia, Z. I. (2024). PENGARUH EDUKASI MEDIA VIDEO ANEMIA TERHADAP PENGETAHUAN ANEMIA REMAJA PUTRI DI SMK TORSINA SANGGAU. *Jurnal Kebidanan*, 14(2).
- Fadhilah, T. M., Qinthara, F. Z., Pramudiya, F., Nurrohmah, F. S., Nurlaelani, H. P., Maylina, N., Alfiraizy, N., Pengasinan, J., Rw, J., & Raya, S. (2021). *Pengaruh Media Video Edukasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri*. 5(1). <https://doi.org/10.30595/jppm.v5i1.9823>
- Firdawiyanti, B. S., & Kurniasari, R. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Edukasi Video

- Tiktok dan Infografis Terhadap Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri. *MPPKI Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia The Indonesian Journal of Health Promotion*, 6(5), 925–930.
- Gusfina, & Olivia., R. (2022). Gambaran Pengetahuan tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), 165–171.
- Handayani, L., Yunita, L., & Kabuhung, E. I. (2025). Pengaruh Pemberian Edukasi Menggunakan Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia di Madrasah Aliyah Swasta Normal Islam Puteri Rakha Amuntai. *Health Research Journal of Indonesia (HRJI)*, 3(4), 249–256.
- Hasmyati, Anwar, N. I. A., Sutriawan, A., Ilyas, M. Bin, & Alimin. (2024). EDUKASI PENDIDIKAN KESEHATAN SEKOLAH PADA SISWA SISWI SMP KOTA MAKASSAR. *Communnity Development Journal*, 5(6), 11247–11251.
- Helmyati, S., Fauziah, L. A., Kadibyan, P., Sitorus, N. L., & Dilantika, C. (2023). Relationship between Anemia Status , Sleep Quality , and Cognitive Ability among Young Women Aged 15-24 Years in Indonesia (Analysis of Indonesian Family Life Survey (IFLS) 5). *Amerta Nutrition*, 7(3), 1–9. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3SP.2023.1-9>
- IcaAuliya, & Sulistiawati, Y. (2025). PENGARUH EDUKASI VIDEO ANIMASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMA NEGERI 01 AMBARAWA. *Jurnal Medika Malahayati*, 9(1), 114–122.
- Ismawati, N., Sustrami, D., Hastuti, P., & Syadiah, H. (2021). HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN PENERIMAAN DIRI DAN KEMANDIRIAN PADA LANSIA : LITERATUR REVIEW. *Jurnal Keperawatan Malang*, 6(1), 1–8.
- Juliani, W. R., Sains, U., Nyak, C., Langsa, D., Aceh, P., Cut, U., Dhien, N., & Langsa, D. (2024). Pengaruh Edukasi Digital Terhadap Tingkat Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri di SMA Unggul Cut Nyak Dhien Langsa. *Public Health Journal*, 1(3), 135–144.
- Lestari, M., Ramadhan, A., & Putri, D. (2022). Edukasi gizi pada remaja sebagai upaya pencegahan anemia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 16(3), 243–252. <https://doi.org/10.25077/jkma.16.3.245-252.2022>
- Lestari, S., & Putro, K. Z. (2021). Integrasi Ilmu Keislaman MI dalam Pembentukan Karakter Generasi Emas. *Jurnal Pendidikan Islam*, 12(1), 33–44. <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/jpi/article/view/7008>
- Marchamah, D. N. S., & Jayadilaga, F. R. (2022). PENGARUH SOCIAL MEDIA TERHADAP PERILAKU Pencarian Informasi Kesehatan Pada Remaja. *Journal JOUBAHS*, 02(2), 172–180.
- Maryusman, T., Mawapi, Y. P., & Syah, M. N. H. (2020). Apakah Citra Tubuh dan Risiko Gangguan Makan Berisiko Anemia? Studi Kasus Pada Siswa Putri. *GHIDZA : JURNAL GIZI DAN KESEHATAN*, 4(1), 22–31.
- Maulina, W., Maryuni, S., & Sari, E. K. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 4(1), 52–60.
- Munir, R., Sari, A., & Hidayat, D. F. (2022). Pendidikan Kesehatan : Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 1(2), 83–93. <https://doi.org/10.34305/jppk.v1i02.432>
- Mustar, Hasnidar, Abbas, H. H., & Safitri, N. N. (2023). Efektifitas Video Sebagai Media Edukasi Kesehatan Terhadap Sikap Remaja Mengenai Infeksi Menular Seksual (IMS) pada Remaja. *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, 6(2), 179–189.
- Nur, T., Lukman, E., Randani, A. I., & Tangkas, I. M. (2025). Perbandingan Efektifitas

- Leaflet dan Video dalam Peningkatan Pengetahuan Anemia Remaja Putri. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 6(1), 144–154. <https://doi.org/10.62870/jgkp.v6i1.33085>
- Putri, H. P., & Fauziah, A. (2023). Pengetahuan tentang Anemia dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(2), 260–266.
- Ranimah, Silvianty, A., & Budiarti, L. W. (2025). Analisis Kualitas PMPV-IG Berbahasa Ibu untuk Menganalisis Kemampuan Pemecahan Masalah Siswa pada Konsep Gerak Parabola. *Jurnal Pembelajaran IPA Dan Aplikasinya (QUANTUM)*, 5(2), 87–96.
- Sari, E., Sarumi, R., & Aifu, D. K. (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Video terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia untuk Cegah Stunting. *Jurnal Riset Sains Dan Kesehatan Indonesia*, 1(1), 24–29.
- WHO. (2022). *Maternal mental health and child health development*.
- Widaningsih, I. (2023). Peningkatan kemampuan remaja dalam pencegahan anemia pada remaja putri di kabupaten bekasi. *SELAPARANG. Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(1), 723–726.