



Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan

Volume 8 No 1 (2024): 1-5

P-ISSN: 2615-2851 E-ISSN: 2622-7622

Published by Tadulako University

Journal homepage: <http://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/ghidza/index>

DOI: (Will be completed by admin)

PERBEDAAN PENGETAHUAN SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN VIDEO TENTANG ANEMIA GIZI BESI PADA REMAJA PUTRI KELAS XI-IPS DI SMA NEGERI 1 TUREN

DIFFERENCES IN KNOWLEDGE BEFORE AND AFTER THE PROVISION OF VIDEOS ABOUT IRON NUTRITIONAL ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS IN CLASS XI-IPS AT SMA NEGERI 1 TUREN

Lengga Poormayone Azellia¹, Hasan Aroni¹, Tapriadi¹, B. Doddy Riyadi¹

Correspondensi e-mail: lenggaazellia@gmail.com

¹Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Poltekkes Malang, Indonesia

ABSTRAK

Anemia merupakan suatu kondisi dimana sel darah merah atau kadar hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari biasanya, dikatakan anemia bila kadar Hb pada remaja putri menunjukkan <12 g/dL. Remaja pada umur 14-15 tahun meningkatnya kebutuhan asupan zat gizi, selain itu kebutuhan absorpsi zat besi meningkat, hal tersebutlah yang menjadikan remaja rentan terkena anemia. Pentingnya pengetahuan konsumsi zat besi, protein dan vitamin c untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja putri, salah satunya dengan kegiatan edukasi terhadap remaja putri. jenis analitik dengan menggunakan Pre Eksperimen Design dengan desain penelitian *One group pre-post test design*. hasil uji statistik didapatkan nilai signifikansi hasil $p= 0.00$ ($p<0,05$), hal ini menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media video. Kesimpulan pada penelitian ini menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pada ($\alpha=0,05$) rerata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media video.

ABSTRACT

Anemia is a condition in which red blood cells or hemoglobin levels in it are lower than normal, it is said to be anemia if the Hb level in adolescent girls shows <12 g/dL. Adolescents at the age of 14-15 years have an increased need for nutrient intake, in addition to the need for iron absorption increases, this is what makes adolescents vulnerable to anemia. The importance of knowledge of the consumption of iron, protein and vitamin c to prevent anemia in adolescent girls, one of which is educational activities for adolescent girls. type of analysis using Pre Experiment Design with One group pre-post test design. The results of the statistical test obtained a significance value of $p= 0.00$ ($p<0.05$), this shows that there is a difference in knowledge before and after counseling with video media. The conclusion of this study stated that there was a significant difference in ($\alpha=0.05$) in the average knowledge before and after counseling with video media.

Keywords: *Anemia, Counseling, Young Women, Videos*

INFO ARTIKEL

ORIGINAL RESEARCH

Submitted:

Accepted:

Kata Kunci:

Anemia, Penyuluhan, Remaja putri, Video

Copyright (c) 2024 Authors.

Akses artikel ini secara online



Quick Response Code



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu kondisi dimana sel darah merah atau kadar hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari biasanya. Anemia dapat terjadi sementara atau dalam jangka panjang, dengan tingkat keparahan yang bisa ringan sampai berat (Kemenkes, 2018). Penyakit ini sering menyerang remaja putri, dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulanya yang membuat kehilangan banyak darah, diet ketat juga menyebabkan terjadinya anemia karena diet ketat yang membuat kurangnya asupan zat gizi yang masuk dalam tubuh kurang dari kebutuhan, masa pertumbuhan dimana pada usia 14-15 tahun meningkatnya kebutuhan asupan zat gizi, selain itu kebutuhan absorpsi zat besi meningkat (Dieny, 2021).

Berdasarkan WHO, kejadian anemia pada remaja putri di Negara-negara berkembang kurang lebih 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena dalam kondisi stress, haid, atau terlambat makanan. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja putri di Indonesia yaitu 32%. Banyaknya jumlah tersebut yang menjadikan dampak anemia terhadap menurunnya konsentrasi belajar, menurunnya produktivitas kerja, mudah terserang penyakit karena daya imun yang menurun, dan menurunnya kebugaran. Berdasarkan data (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2020) 42% remaja putri di Jawa Timur mengalami anemia. Prevalensi anemia di daerah malang sendiri menunjukkan sebesar 20,28% (Riskesdas,2014). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas, Prevalensi anemia Kecamatan Turen sebanyak 10,7% mengalami anemia sedang dan ringan, sedangkan pada SMA N 1 Turen sendiri sebanyak 11 % mengalami anemia sedang dan 34% mengalami anemia ringan.

Faktor yang menyebabkan anemia adalah kurangnya mengkonsumsi zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin pada darah diantaranya: zat besi, vitamin C, vitamin B12 dan asam folat. Pentingnya mengkonsumsi zat besi dan Protein adalah sebagai pembentuk sel darah merah sedangkan Vitamin C membantu penyerapan zat besi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Chintiabadi pada tahun 2020 terdapat adanya hubungan asupan vitamin c dan zat besi dengan kadar hemoglobin. Pentingnya pengetahuan konsumsi zat besi, protein dan vitamin c untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja putri, salah satunya dengan kegiatan edukasi terhadap remaja putri mengenai anemia tentang betapa pentingnya konsumsi zat besi dan vitamin C untuk meningkatkan terbentuknya sel darah merah sehingga tidak kekurangan sel darah merah. Pengetahuan tersebut penting dalam memenuhi kebutuhan pada saat masa remaja pubertas seperti itu, untuk meningkatkan imun tubuh, dan juga membantu dalam kinerja agar optimal.

Adanya penyuluhan membantu siswi menambah wawasan dan informasi mengenai anemia gizi, maka perlu diadakan penyuluhan untuk menambahkan wawasan dan informasi siswi. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Putra et al., 2019) Putra pada tahun 2019 menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan setelah pemberian edukasi pada remaja putri yang anemia di SMP N 31 Semarang. Pemberian edukasi berupa video juga meningkatkan pengetahuan siswa, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Fadhilah et al., 2022) fadhilah pada tahun 2022 menunjukkan adanya perbedaan setelah diberikan edukasi dengan media video.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis analitik dengan menggunakan Pre Eksperimen Design dengan desain penelitian *One group pre-post test design*. Pada penelitian ini menggunakan satu subjek yang mana Siswi kelas 11 IPS menjadi subjeknya. Populasi pada peneliti ini adalah Siswi kelas 11 IPS berjumlah 69 orang, dengan teknik pengambilan data berupa Jenis sampling pada penelitian ini adalah total sampling dimana teknik penentuan sampel dilakukan bila anggota populasi digunakan semua sebagai sampel (Sugiyono, 2019 dalam Rahmawati, 2021) dan dilaksanakan di SMA N 1 Turen Kecamatan Turen, Kabupaten Malang.

KODE ETIK KESEHATAN

Penelitian dengan judul : Perbedaan Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Video Tentang Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kelas XI-IPS Di SMA Negeri 1 Turen telah dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016 serta dinyatakan lolos etik Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Poltekkes Malang dengan Surat Kelaikan Etik No. No.DP.04.03/F.XXI.31/01123/2024

HASIL

Perbedaan Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Video Tentang Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kelas XI-IPS Di SMA Negeri 1 Turen

Berikut disajikan pada Tabel 1 deskripsi statistika skor pengetahuan responden sebelum dan sesudah pemberian video tentang Anemia Gizi Besi pada remaja Putri di SMA Negeri 1 Turen.

Tabel 1. Statistik deskriptif Skor pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian video tentang anemia pada remaja putri

Variabel pengetahuan	Mean	Kategori	SD
Pre-Test	74,4	Cukup	9,12
Post-Test	87,8	Baik	8,19

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan skor rata-rata pengetahuan responden sebelum diberikan video tentang anemia gizi besi adalah $74,4 \pm 9,12$, rata-rata tersebut termasuk dalam kategori tingkat pengetahuan cukup. Setelah dilakukan penyuluhan, terjadi peningkatan skor dengan rata-rata pengetahuan responden menjadi $87,8 \pm 8,19$, hal tersebut juga merubah kategori pengetahuan responden yang awalnya termasuk dalam kategori tingkat pengetahuan cukup menjadi tingkat pengetahuan baik.

Berikut disajikan pada Tabel 2 distribusi responden berdasarkan kategori sebelum dan sesudah pemberian video tentang anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Turen.

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan kategori pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian video tentang anemia pada remaja putri

No	Tingkat pengetahuan	Jumlah Responden			
		Pretest		Posttest	
		n	%	n	%
1	Baik	10	15	53	77
2	Cukup	54	78	16	23
3	Kurang	5	7	0	0
Jumlah		69	100	69	100

Kategori pengetahuan responden sebelum diberikan penyuluhan dengan media video, sebanyak 10 responden (15%) berpengetahuan baik, 54 responden (78%) berpengetahuan cukup, dan 5 responden (7%) berpengetahuan kurang. Kemudian setelah diberikan penyuluhan dengan media video pengetahuan responden mengalami peningkatan dengan rincian 53 responden (77%) pengetahua baik, 16 responden (23%) pengetahuan cukup, dan responden pengetahuan kurang mengalami penurunan menjadi 0 responden (0%).

PEMBAHASAN

Pembahasan pada tabel 2 menunjukkan bahwa perbedaan pengetahuan dapat diketahui dari banyaknya responden (63,1%) menjawab salah pada soal yang membahas tentang “pencegahan anemia pada remaja putri” responden banyak yang menjawab “Tidur yang cukup, olahraga rutin, mengkonsumsi suplemen TTD”, dan soal yang membahas tentang “diet yang keliru yang dapat menyebabkan anemia” responden sebanyak (36,8%) menjawab karena mengurangi asupan karbohidrat. Berdasarkan hasil wawancara dengan siswi, diketahui bahwa siswi hanya mengetahui seputar pengertian anemia saja. Hal tersebut didukung juga oleh hasil wawancara dengan pihak UKS bahwa belum pernah dilakukanya kegiatan penyuluhan, edukasi, ataupun pendidikan kesehatan tentang anemia di SMA Negeri 1 Turen tersebut.

Setelah diberikan penyuluhan dengan media video sebanyak (70,1%) pada soal “pencegahan anemia pada remaja putri” responden menjawab benar pada pertanyaan “diet yang keliru yang dapat menyebabkan anemia” sebanyak (63,1%) responden menjawab benar. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Amrina et al., 2022) terdapat peningkatan pengetahuan terkait anemia pada santri pondok pesantren syamsul falah. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian (Nurani Asmara et al., 2022) terdapat peningkatan pengetahuan tentang anemia pada remaja dengan kegiatan penyuluhan kesehatan.

Terdapat 39 responden yang mengalami kenaikan pengetahuan pada awalnya cukup menjadi baik,

Perbedaan Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Video Tentang Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kelas XI-IPS Di SMA Negeri 1 Turen

terdapat 5 responden yang mengalami kenaikan yang awalnya kurang menjadi baik, pada pengetahuan dengan kategori yang awalnya cukup tidak mengalami kenaikan tetapi nilai dari pengetahuan tersebut mengalami kenaikan yang awalnya 70 menjadi 75 pada 5 responden tersebut, terdapat 1 responden yang tidak mengalami kenaikan nilai tetap yaitu 75. Pada kategori pengetahuan dengan nilai baik tetap baik tetapi terdapat perbedaan pada nilai tersebut terdapat 5 responden dengan kenaikan nilai yang awalnya 85 menjadi 90, dan terdapat 3 responden yang tetap dari kategori baik dengan perolehan nilai yaitu 100.

Kenaikan pada nilai tersebut dikarenakan terdapat respon positif antara responden dengan penyuluh, beberapa responden diantaranya bertanya dengan pertanyaan AE menanyakan perihal diet yang benar agar terhindar dari anemia, pertanyaan B menanyakan tentang mengapa dampak anemia menurunnya konsentrasi belajar, pertanyaan DE menanyakan mengapa bayam kurang di sarankan untuk anemia, pertanyaan YN menanyakan perihal apakah boleh minum tablet tambah darah dengan air jeruk, dengan jawaban AE sebagai berikut diet agar terhindar dari anemia gizi besi adalah konsumsi makanan kaya zat besi diantaranya adalah daging merah, ayam, ikan, kacang-kacangan, biji-bijian seperti buncis dan biji abu, serta tidak lupa sayur hijau seperti kangkung, brokoli, dan bayam, konsumsi makanan tinggi protein seperti produk susu seperti yogurt dan keju dan telur, makanan kaya vitamin C seperti buah-buahan seperti jeruk, kiwi, jambu biji, dan stroberi, sayur segar seperti paprika, tomat, dan brokoli.

Pada pertanyaan yang di ajukan oleh siswi dengan kode B, untuk Jawaban siswi kode B, dikarenakan kekurangan oksigen yang mana anemia merupakan kurangnya kadar hemoglobin yang mengakibatkan penurunan kapasitas darah untuk mengangkut oksigen keseluruh tubuh, termasuk otak, kekurangan oksigen dapat mengakibatkan kelelahan, kebingungan, dan kesulitan dalam berkonsentrasi, hal tersebut dapat berdampak pada kemampuan kognitif dan menurunkan daya ingat remaja yang berakibatkan menurunnya prestasi belajar. Jawaban DE Bayam memang mengandung zat besi, tetapi kandungan zat besi dalam bayam rendah, dikatakan rendah karena dalam 100g bayam hanya mengandung 2,1-3,5 mg zat besi, hal tersebut masih belum termasuk dalam kriteria makanan tinggi zat besi yang setidaknya makanan zat besi mengandung 4,2 mg per 100g bahan makanan. Kandungan Oksalat pada bayam tinggi sekitar 329,6-2350 mg dalam 100g ayam (Salgado et al., 2023). Asam Oksalat dapat mengikat mineral penting zat besi dan kalsium, sehingga terjadi penghambatan penyerapan nutrisi salah satunya zat besi yang ada pada tubuh manusia tepatnya pada bagian usus, hal ini menjadialah satu faktor resiko anemia gizi besi.

KESIMPULAN

Terdapat perbedaan yang bermakna pada ($\alpha=0,05$) rerata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media video.

SUMBER DANA PENELITIAN

Penelitian ini tidak menerima pendanaan eksternal

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan

DAFTAR PUSTAKA

- Amrina, S., Puspitasari, C. E., & Andanalusia, M. (2022). Penyuluhan Anemia Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan pada Santri Pondok Pesantren Syamsul Falah. *Jurnal Pengabdian Inovasi Masyarakat Indonesia*, 1(2), 94–97. <https://doi.org/10.29303/jpimi.v1i2.1816>
- Dieny, F. F. (2021). *Anemia Pada Remaja Putri*. In *Permasalahan Gizi pada Remaja Putri* (Issue 2). http://docpak.undip.ac.id/12690/1/Modul_Anemia.pdf
- Fadhilah, T. M., Qinthara, F. Z., Pramudiya, F., Nurrohmah, F. S., Nurlaelani, H. P., Maylina, N., & Alfiraizy, N. (2022). *Pengaruh Media Video Edukasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri*. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 5(1), 159. <https://doi.org/10.30595/jppm.v5i1.9823>
- Kemenkes. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Nurani Asmara, A., Zharfa Asmarani, A., Desry, & Mega Tresna Pamungkas, D. (2022). *Penyuluhan Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Anemia pada Remaja*. *Kolaborasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 254–261. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v2i3.72>

Perbedaan Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Video Tentang Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kelas XI-IPS Di SMA Negeri 1 Turen

- Putra, R. W. H., Supadi, J., & Wijaningsih, W. (2019). *The Effect Of Nutrition Education On Knowledge And Attitude About Anemia In Adolescent*. *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), 75–78.
- Rahmawati, K. O. (2021). *Kajian Konsumsi Protein Dan Zat Besi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Wanita Usia Subur (Wus) Di Desa Srimartani Kecamatan Piyungan Kabupaten Bantul*. *Convention Center Di Kota Tegal*, 4(80), 4.
- Salgado, N., Silva, M. A., Figueira, M. E., Costa, H. S., & Albuquerque, G. (2023). *Oxalate in Foods: Extraction Conditions, Analytical Methods, Occurrence, and Health Implications*. *Foods*. <https://doi.org/10.3390/foods12173201>