

## Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Instagram Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan Remaja di Sman 1 Pandeglang di Sman 1 Pandeglang Tahun 2023

Kankan Ramadan Agung, Dinda Nur Fajri Hidayati Bunga, dan Rotua Surianny Simamora

Program Studi S1 Keperawatan STIKes Medistra Indonesia

[Kankanramadan321@gmail.com](mailto:Kankanramadan321@gmail.com)

### Abstrak

**Latar belakang:** Banyak sekali remaja memiliki gaya hidup menyimpang dari kesehatan yang remaja banyak jadikan kebiasaan pada saat ini, sehingga beresiko terkena anemia khususnya remaja putri karena setiap bulan remaja akan mengalami menstruasi. Anemia merupakan masalah kesehatan yang dialami oleh masyarakat dan banyak ditemukan di seluruh dunia, salah satunya negara berkembang seperti Indonesia. Menurut WHO, kejadian remaja putri yang menderita anemia di Negara-negara berkembang sekitar 40-88%. Pendidikan kesehatan merupakan cara yang dapat digunakan untuk menambah pemahaman dan pengetahuan mengenai anemia. Pendidikan kesehatan yang akan dilakukan peneliti dalam peningkatan pengetahuan tentang anemia adalah melalui media Instagram. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan remaja tentang anemia sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media Instagram SMAN 1 Pandeglang Tahun 2023. **Metode:** Penelitian ini merupakan *Pre-Eksperimen*, atau penelitian yang memiliki perlakuan dengan menggunakan *one group pretest-posttest design*. Peneliti ini untuk mengetahui apakah variable independent dapat memengaruhi variable dependen. Populasi penelitian merupakan remaja putri di SMAN 1 Pandeglang menggunakan sampel *Purposive sampling*. Analisa yang digunakan Uji-normalitas dan *Uji-Paired T-test*. **Hasil Penelitian:** Hasil penelitian menggunakan *Uji Paired T-Test* sebelum diberikan pendidikan tingkat pengetahuan remaja dalam kategori kurang, sebanyak 11 responden dengan mean 7.46. Sedangkan sesudah diberikan tingkat pengetahuan remaja dalam kategori baik, 13 responden dengan mean 10.21 dan *p value* sebesar 0,00 (*p value* < 0,05).

**Kata kunci:** Anemia, Pendidikan Kesehatan, Remaja

### Abstract

**Background:** Many teenagers have lifestyles that deviate from health which many teenagers have become a habit of nowadays, so they are at risk of developing anemia, especially young women because every month teenagers will experience menstruation. Anemia is a health problem experienced by many people and is found throughout the world, one of which is developing countries such as Indonesia. According to WHO, the incidence of adolescent girls suffering from anemia in developing countries is around 40-88%. Health education is a way that can be used to increase understanding and knowledge about anemia. The health education that researchers will carry out to increase knowledge about anemia is through Instagram media. **Objective:** To determine the effect of adolescent health education about anemia before and after being given health education using Instagram media at SMAN 1 Pandeglang in 2023. **Method:** This research is a pre-experiment, or research that has treatment using a one group pretest-posttest design. This researcher is to find out whether the independent variable can influence the dependent variable. The research population was female teenagers at SMAN 1 Pandeglang using purposive sampling. The analysis used normality test and paired t-test. **Research Results:** The results of the research using the Paired T-Test before being given education, the level of knowledge among teenagers was in the poor category, as many as 11 respondents with a mean of 7.46. Meanwhile, after being given the level of

<http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/kesehatan>

Article History :

Submitted 13 Februari 2024, Accepted 30 September 2024, Published 30 September 2024

knowledge of teenagers in the good category, 13 respondents had a mean of 10.21 and a p value of 0.00 (p value < 0.05).

**Keywords** : Anemia, Health Education, Adolescents

## **PENDAHULUAN**

Perubahan yang terjadi pada masa pubertas secara alami yang dialami remaja seperti fisik dan psikologis akan berpengaruh terhadap status kesehatan dan status gizi remaja salah satunya adalah anemia. Remaja beresiko terkena anemia khususnya remaja putri karena menstruasi yang dialami setiap bulan.

Remaja yang terkena anemia akan berdampak buruk bagi kesehatan mereka, dampak yang terjadi jika remaja mengalami anemia adalah penurunan berbagai sistem tubuh seperti kesehatan reproduksi, terhambatnya kecerdasan, mental, perkembangan motorik, prestasi belajar menurun, menurunnya tingkat kebugaran, dan tinggi badan tidak tercapai dengan maksimal. Asian Development Bank melakukan penelitian bahwa anak yang terkena anemia beresiko kehilangan kecerdasan intelektual 6-7 poin, setiap bertambahnya 1gr% kadar hemoglobin akan meningkatkan intelektual dan kecerdasan anak mencapai 6-7 poin [1].

Laporan tahun 2013 data Riskesdas remaja putri yang menderita anemia yaitu 37,1%, dan pada data Riskesdes tahun 2018 mengalami peningkatan mencapai 48,9%, dengan kelompok anemia ada dalam kelompok umur 15 - 24 tahun dan 25 - 34

tahun. Menurut survei kesehatan nasional kejadian anemia lebih tinggi berada pinggiran kota dari pada di perkotaan [2].

Penelitian yang dilakukan [3], remaja putri yang memiliki skor pengetahuan rata-rata baik, mengenai anemia yang sebelumnya 7 mengalami peningkatan menjadi 17 setelah dilakukan pendidikan kesehatan menggunakan video sebagai media. Terdapat peningkatan pengetahuan remaja sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan sesudah di berikan melalui video.

Media yang digunakan untuk Pendidikan kesehatan dapat menyesuaikan dengan sasaran kelompok yang nantinya, diberikan pendidikan salah satunya Instagram. Beberapa hal yang membuat Instagram dapat mempermudah dalam memberikan edukasi kesehatan misalnya, memiliki tampilan dan fitur-fitur yang sangat menarik, mudah di akses, dapat mencapai target sasaran dalam jumlah yang lebih banyak serta penggunaannya sangat populer di golongan remaja [4].

Studi pendahuluan dilakukan pada 11 remaja putri di SMAN 1 Pandeglang diketahui bahwa sebelumnya belum ada penyuluhan mengenai anemia baik dari puskesmas maupun sekolah, dan hasil wawancara diketahui bahwa 10 orang dari mereka tahu

definisi apa itu anemia dan 1 orang tidak tahu. Ketika diberikan pertanyaan apa yang menjadi penyebab anemia tidak satupun yang mengetahuinya, serta ketika diberi pertanyaan mengenai tanda-tanda anemia hanya 1 orang yang tahu.

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh pendidikan Kesehatan Melalui Instagram Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan Remaja di SMAN 1 Pandeglang Tahun 2023.

#### METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Pre-Eksperimen*, atau memiliki perlakuan juga menggunakan *one group pretest-posttest design*. Penelitian ini menggunakan populasi remaja putri kelas X di SMAN 1 Pandeglang berjumlah 24 orang. *Purposive sampling* adalah Teknik pengambilan sampel yang digunakan, atau pemilihan berdasarkan maksud dan tujuan tertentu yang peneliti tentukan. Instrumen penelitian yang digunakan ialah kuesioner dengan jenis *multiple choice*.

Penelitian dilakukan secara langsung sebanyak tiga kali pertemuan dengan waktu satu minggu satu kali. Pertemuan pertama peneliti membagikan *informed consent* dan pemberian *pre-test* kepada responden dilanjutkan penyampaian materi dengan Instagram sebagai medianya. Pertemuan kedua peneliti mengulas kembali pertemuan sebelumnya dan dilanjutkan dengan penyampaian materi. Pertemuan ketiga setelah mengulas dan

penyampaian materi peneliti membagikan bahan evaluasi berupa *post-test*.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang Anemia Sebelum Dilakukan Pendidikan Kesehatan

Kategori	Frekuensi	Presebtase (%)
Baik	5	20,83
Cukup	8	33,33
Kurang	11	45,83
Total	24	100

Berdasarkan table tersebut dapat dipahami bahwa pengetahuan tentang anemia sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dengan metode instagram pada remaja berjumlah 24 responden. Dari tiga kategori yang memiliki persentase terbanyak adalah kategori pengetahuan anemia kurang sebanyak 11 responden (45,83%).

Tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja yang terdapat SMAN 1 Pandeglang, dimana para remaja yang kurang mengetahui tentang anemia dikarenakan sebelumnya belum ada informasi mengenai anemia baik dari pihak puskesmas maupun sekolah tentang anemia. Selain itu, program tablet tambah darah yang biasanya berjalan kurang konsisten di lakukan oleh pihak terkait. Rendahnya pengetahuan remaja tentang anemia tentunya akan berdampak pada penurunan prestasi belajar para remaja karena kesulitan

berkonsentrasi pada saat berlangsungnya pembelajaran karena dampak dari anemia.

Edukasi kesehatan merupakan cara yang dapat digunakan oleh tenaga kesehatan untuk meningkatkan derajat kesehatan individu maupun kelompok. Karena dengan tingkat pendidikan dan pengetahuan seseorang yang rendah maka semakin rendah pula peningkatan kesehatannya yang berarti semakin tinggi tahap Pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula kemampuan peningkatan beserta pemeliharaan kesehatan seseorang [5].

Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan [6], dengan hasil penelitian terhadap 32 responden menunjukkan sebelum dilakukan edukasi kesehatan mengenai anemia dan tablet tambah darah mayoritas pengetahuan remaja putri masih kurang yaitu 18 responden (56.2%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang Anemia Setelah Dilakukan Pendidikan Kesehatan

Kategori	Frekuensi	Presebtase (%)
Baik	13	52,16
Cukup	10	41,66
Kurang	1	4,16
Total	24	100

Berdasarkan tabel tersebut dapat dipahami bahwa pengetahuan mengenai anemia sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode instagram pada remaja

berjumlah 24 responden. Dari tiga kategori yang memiliki persentase terbanyak adalah kategori pengetahuan anemia baik sebanyak 13 responden (54,16%).

Tujuan Pendidikan kesehatan adalah meningkatkan pengetahuan serta pemahaman individu maupun kelompok tentang anemia, dengan meningkatnya pengetahuan, para remaja dapat mencegah anemia pada diri mereka sehingga penurunan prestasi belajar dapat dihindari akibat dari anemia.

Tabel 3. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Anemia

Variabel	Mean	n	Std. Deviation	P Value
Pre-test	7.46	24	3.152	0.000
Post-test	10.21	24		

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil yaitu pengetahuan tentang anemia sebelum diberikan Pendidikan kesehatan dengan jumlah 24 responden (n=24) nilai *mean* 7.46 dan *standar deviasi* 31.52. Pengetahuan tentang anemia sesudah diberikan Pendidikan kesehatan didapatkan nilai *mean* 10.21 dan *standar deviasi* 31.52. Hasil Analisis data dengan menggunakan *paired samples T-test* diperoleh hasil nilai *P value* (0.000) < nilai *alpha* (0,05).

Media instagram dapat dimanfaatkan menjadi media untuk menyalurkan ide kreatif melalui foto maupun video sebagai media yang

digunakan untuk informasi dan promosi kesehatan. Beberapa penelitian menunjukkan orang-orang mengunjungi Instagram 45% penggunaannya lebih lama dibandingkan Twitter dan Facebook. Sudah banyak penelitian sudah dilakukan terkait penggunaan Instagram sebagai media yang digunakan untuk promosi kesehatan [7].

### KESIMPULAN

Pemberian edukasi kesehatan melalui media instagram efektif untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan remaja, dibuktikan dengan peningkatan nilai skor rata-rata 7.46 menjadi 10.21 serta nilai *P value* (0.000) < nilai *alpha* (0,05), yang berarti terdapat pengaruh Pendidikan kesehatan tentang anemia terhadap pengetahuan remaja di SMAN 1 Pandeglang.

Tenaga kesehatan maupun pihak sekolah duharapkan meningkatkan pengetahuan remaja terutama remaja putri dengan memberikan Pendidikan kesehatan yang dapat membuat remaja tertarik untuk mengetahui penyakit anemia. Selain itu, diharapkan dapat menjalin kerjasama dengan instansi baik pemerintah maupun swasta dalam mengadakan Pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan remaja sehingga tidak terjadi penurunan prestasi belajar yang diakibatkan anemia.

### DAFTAR PUSTAKA

- [1] A. Kebidanan and G. A. Palu, "Penyuluhan tentang Dampak Anemia pada Remaja di SMKN 6 Palu Ayu Sunarti," *JMAS J. Pengabd. Masy. eISSN*, vol. 1, no. 2, pp. 77–084, 2022,[Online]. Available: <http://melatijournal.com/index.php/JMAS>
- [2] H. Nasruddin, R. Faisal Syamsu, and D. Permatasari, "Angka Kejadian Anemia Pada Remaja di Indonesia," *Cerdika J. Ilm. Indones.*, vol. 1, no. 4, pp. 357–364, 2021, doi: 10.59141/cerdika.v1i4.66.
- [3] F. Anifah, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Vidio Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri," *J. Keperawatan Muhammadiyah*, vol. 5, no. 1, pp. 296–300, 2020, doi: 10.30651/jkm.v5i1.6335.
- [4] R. Masitah, E. P. Pamungkasari, and Suminah, "Instagram, Facebook dan Pengetahuan Gizi Remaja," *Semin. Ilm. Nas. Teknol. Sains, dan Sos. Hum.*, vol. 1, no. November, pp. 573–578, 2018.
- [5] Y. Indrawatiningsih, S. A. Hamid, E. P. Sari, and H. Listiono, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri," *J. Ilm. Univ. Batanghari Jambi*, vol. 21, no. 1, p. 331, 2021, doi: 10.33087/jiubj.v21i1.1116.

- [6] F. Marlia, S. Wathaniah, and R. Asri, "Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Anemia dan Tablet Tambah Darah pada Remaja Tentang Anemia dan Tablet Tambah Darah Putri," *Wellness Heal. Mag.*, vol. 1, no. 2, pp. 123–129, 2019, [Online]. Available: <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/v1i216wh>
- [7] H. N. Husna, "Penggunaan Instagram Stories sebagai Media Promosi Kesehatan Mata Penggunaan Instagram Stories sebagai Media Promosi Kesehatan Mata," no. November, 2021, doi: 10.31284/j.jpp-iptek.2021.v5i2.1891.