

**SKRIPSI**

**EFEKTIVITAS MEDIA EDUKASI ANEMIA GIZI TERHADAP TINGKAT  
PENGETAHUAN REMAJA DALAM PENCEGAHAN ANEMIA:  
*LITERATURE REVIEW***



**DISUSUN OLEH**

**AZZAHRA NUR FADHILAH**  
**NIM: P0 5130217 007**

**POLTEKKES KEMENKES BENGKULU  
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
JURUSAN GIZI  
2021**

**SKRIPSI**

**EFEKTIVITAS MEDIA EDUKASI ANEMIA GIZI TERHADAP TINGKAT  
PENGETAHUAN REMAJA DALAM PENCEGAHAN ANEMIA:  
*LITERATURE REVIEW***

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
Poltekkes Kemenkes Bengkulu**



**DISUSUN OLEH**

**AZZAHRA NUR FADHILAH**

**NIM: P0 5130217 007**

**POLTEKKES KEMENKES BENGKULU  
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
JURUSAN GIZI  
2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN  
SKRIPSI**

**EFEKTIVITAS MEDIA EDUKASI ANEMIA GIZI TERHADAP TINGKAT  
PENGETAHUAN REMAJA DALAM PENCEGAHAN ANEMIA:  
*LITERATURE REVIEW***

**Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh**

**AZZAHRA NUR FADHILAH**  
**NIM: P05130217007**

**Skripsi Ini Telah Diperiksa dan Disetujui  
Untuk Dipresentasikan Di hadapan Tim Penguji  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu Jurusan Gizi**

**Mengetahui,  
Pembimbing Skripsi**

**Pembimbing I**



**Dr. Betty Yosephin, SKM., MKM**  
**NIP. 197309261997022001**

**Pembimbing II**



**Miratul Haya, SKM., M. Gizi**  
**NIP. 197308041997032003**

HALAMAN PENGESAHAN  
SKRIPSI

EFEKTIVITAS MEDIA EDUKASI ANEMIA GIZI TERHADAP TINGKAT  
PENGETAHUAN REMAJA DALAM PENCEGAHAN ANEMIA:  
*LITERATURE REVIEW*

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh :

AZZAHRA NUR FADHILAH  
NIM: P0 5130217 007

Skripsi Ini Telah Diuji dan Dipertahankan Di Hadapan Tim Penguji  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu Jurusan Gizi  
Pada Tanggal 24 April 2021  
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima  
Tim Penguji

Ketua Dewan Penguji

Yenni Okfrianti, STP., MP  
NIP. 197910072009122001

Penguji II

Desri Suryani, SKM., M. Kes  
NIP. 197312051996022001

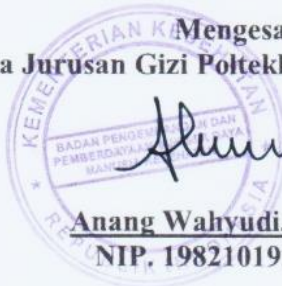
Penguji III

Miratul Hava, SKM., M. Gizi  
NIP. 197308041997032003

Penguji IV

Dr. Betty Yosephin, SKM., MKM  
NIP. 197309261997022001

Mengesahkan  
Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu



Anang Wahyudi, S. Gz., MPH  
NIP. 198210192006041002

## RIWAYAT PENULIS



- Nama : Azzahra Nur Fadhilah
- Tempat, Tanggal Lahir : Palembang, 29 Februari 2000
- Jenis Kelamin : Perempuan
- Agama : Islam
- Alamat : Jl. Permai 06, Kota Lubuklinggau, Sumatera Selatan
- No. Hp : 082282149747
- Email : [azzahranf29@gmail.com](mailto:azzahranf29@gmail.com)
- Pendidikan Formal :
- Tahun 2011 SDN 50 Kota Lubuklinggau
  - Tahun 2014 SMP Al-Ikhlas Kota Lubuklinggau
  - Tahun 2017 MAN 1 (Model) Kota Lubuklinggau
  - Tahun 2021 Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes  
Kemenkes Bengkulu

**Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes  
Bengkulu  
Skripsi, 2021**

**Azzahra Nur Fadhilah**

**EFEKTIVITAS MEDIA EDUKASI GIZI TERHADAP TINGKAT  
PENGETAHUAN REMAJA DALAM PENCEGAHAN ANEMIA:  
*LITERATURE REVIEW***

**xii + 54 halaman, 3 tabel, 3 bagan, 3 lampiran**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Peningkatan kebutuhan zat gizi pada masa remaja akibat adanya pertumbuhan dan menstruasi yang dialami remaja putri menyebabkan remaja putri rentan terkena anemia. Anemia merupakan keadaan di mana kadar hemoglobin dalam darah kurang dari nilai normal. adapun salah satu faktor terjadinya anemia adalah kurangnya pengetahuan remaja tentang anemia. Ada banyak jenis media yang dapat digunakan dalam menyampaikan edukasi tentang anemia baik media visual maupun audiovisual.

**Tujuan:** Diketahui efektivitas media edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan remaja dalam pencegahan anemia.

**Metode:** Pada penelitian ini menggunakan desain *literature review*. Studi *literature review* adalah cara yang dipakai untuk mengumpulkan data atau sumber yang berhubungan pada sebuah topik tertentu yang bisa didapat dari berbagai sumber seperti artikel penelitian.

**Hasil:** Dari artikel yang telah direview terdapat 5 artikel yang menunjukkan bahwa terjadinya peningkatan skor rata-rata pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media visual. Terdapat 1 artikel yang menunjukkan terjadinya peningkatan skor rata-rata pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media audiovisual. Dan 3 artikel yang menunjukkan bahwa terjadinya peningkatan skor rata-rata pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media visual dan audiovisual.

**Kesimpulan:** Media visual dan audiovisual efektif digunakan secara bersamaan untuk membantu meningkatkan pengetahuan remaja dalam pemberian edukasi gizi tentang anemia

**Saran:** Dalam penyampaian edukasi gizi mengenai anemia pada remaja disarankan untuk menggunakan media visual dan audiovisual secara bersamaan untuk mendapatkan hasil yang efektif.

Kata kunci: Efektivitas media, pengetahuan, Anemia, remaja

58 Daftar Pustaka, 2012-2020

**Applied Undergraduate Study Program in Nutrition and Dietetics, Poltekkes  
Kemenkes Bengkulu  
Thesis, 2021**

**Azzahra Nur Fadhilah**

**THE EFFECTIVENESS OF NUTRITIONAL EDUCATION MEDIA ON  
THE KNOWLEDGE OF ADOLESCENTS IN ANEMIA PREVENTION:  
LITERATURE REVIEW**

**xii + 54 pages, 3 tables, 3 charts, 3 appendices**

**ABSTRACT**

**Background:** The increase in nutritional needs during adolescence due to growth and menstruation experienced by young women causes young women to be prone to anemia. Anemia is a condition in which the hemoglobin level in the blood is less than normal values. As for one of the factors in the occurrence of anemia is the lack of knowledge of adolescents about anemia. There are many types of media that can be used in delivering education about anemia, both visual and audiovisual media

**Objective:** To determine the effectiveness of nutrition education media on improving adolescent knowledge in preventing anaemia

**Method:** In this study using a literature review design. Literature review is a method used to collect data or sources related to a particular topic that can be obtained from various sources such as research articles.

**Result:** From the articles that have been reviewed, there are 5 articles which show that there is an increase in the average score of adolescent knowledge after being given education using visual media. There is 1 article that shows an increase in the average score of adolescent knowledge after being given education using audiovisual media. And 3 articles that show that there is an increase in the average score of adolescent knowledge after being given education using visual and audiovisual media.

**Conclusion:** Visual and audiovisual media are effectively used simultaneously to help increase adolescent knowledge in providing nutrition education about anemia

**Suggestion:** In delivering nutrition education about anemia to adolescents, it is advisable to use visual and audiovisual media simultaneously to get effective results.

Keywords: Media effectiveness, knowledge, anemia, adolescent

58 Bibliography, 2012-2020

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan untuk Allah SWT yang maha sempurna, dengan limpahan Rahmat dan Hidayah-Nya, penulis dapat menyusun dan menyelesaikan Skripsi dengan judul **“Efektivitas Media Edukasi Anemia Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Dalam Pencegahan Anemia: *Literature Review*”** sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi di Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Penulis mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak, dalam penyusunan Skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada

1. Eliana, S.KM, MPH selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Anang Wahyudi, S.Gz., MPH, selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
3. Tetes Wahyu W, SST., M.Biomed selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
4. Dr. Betty Yosephin, SKM., MKM sebagai Pembimbing I dalam penyusunan skripsi ini.
5. Miratul Haya, SKM., M. Gizi sebagai Pembimbing II dalam penyusunan skripsi ini.



6. Yenni Okfrianti, STP., MP sebagai Ketua Dewan Penguji (KDP) dalam penyusunan skripsi ini.
7. Desri Suryani, SKM., M. Kes sebagai Penguji II dalam penyusunan skripsi ini.
8. Kedua orang tua yang saya cintai, ayahanda Henry Erwin dan ibunda Zharifatush Shalihah, serta kedua saudari perempuan Nisrina Najla Amirah dan Bilqis Aqila Tsabitah yang telah banyak memberi dukungan dan do'a kepada saya.
9. Para sahabat dan teman seperjuangan Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Bengkulu angkatan VI yang telah banyak membantu dan memberikan dorongan baik moril maupun materil selama perkuliahan hingga proses pembuatan skripsi ini.

Dalam Penyusunan Skripsi ini penyusun mengharapkan adanya kritik dan saran agar dapat membantu perbaikan selanjutnya. Terima kasih.

Bengkulu, April 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>Halaman judul</b> .....	i
<b>Halaman persetujuan</b> .....	ii
<b>Halaman pengesahan</b> .....	iii
<b>Riwayat penulis</b> .....	iv
<b>Abstrak</b> .....	v
<b>Abstract</b> .....	vi
<b>Kata pengantar</b> .....	vii
<b>Daftar isi</b> .....	ix
<b>Daftar tabel</b> .....	xi
<b>Daftar bagan</b> .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.5 Keaslian Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Remaja .....	9
2.2 Anemia .....	12
2.3 Media .....	14
2.4 Efektivitas media visual terhadap peningkatan pengetahuan .....	25
2.5 Efektivitas media audio visual terhadap peningkatan pengetahuan .....	27
2.6 Kerangka Teori .....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Desain Penelitian .....	29
3.2 Langkah-langkah <i>literature review</i> .....	29
3.3 Strategi Pencarian dan Identifikasi Database .....	30
3.4 Data <i>extraction</i> .....	32
3.5 Sintesis Data .....	32
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Alur penelitian .....	33
4.2 Hasil .....	35
4.3 Pembahasan .....	43

**BAB V PENUTUP**

5.1 Kesimpulan ..... 48  
5.2 Saran ..... 48

**DAFTAR PUSTAKA ..... 50**

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1.1 Keaslian penelitian .....	7
Tabel 4.1 Hasil ringkasan.....	35

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka teori .....	28
Bagan 3.1 Langkah-langkah <i>literature review</i> .....	29
Bagan 3.2 Diagram PRISMA .....	31

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja menurut WHO adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun, dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja 10-24 tahun dan belum menikah. Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (Kemenkes RI, 2017)

Menurut Ariani (2017) mendefinisikan remaja adalah suatu tahap antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Masa ini biasanya diawali dengan umur 14 tahun pada laki-laki dan 10 tahun pada perempuan. Pada masa ini remaja mengalami banyak perubahan di antaranya perubahan fisik, menyangkut pertumbuhan dan kematangan organ produksi, perubahan intelektual, perubahan saat bersosialisasi, dan perubahan kematangan kepribadian termasuk emosi (Ariani, 2017).

Remaja putri memerlukan kebutuhan gizi yang berbeda dengan remaja putra. Remaja putra lebih banyak melakukan aktivitas fisik sehingga membutuhkan energi lebih banyak. Sedangkan aktivitas perempuan biasanya sudah mulai menstruasi sehingga lebih banyak membutuhkan zat gizi protein dan zat gizi besi (Ariani, 2017). Remaja putri yang mengalami menstruasi di masa pertumbuhan juga dapat jadi penyebab anemia. Anemia yang terjadi pada masa remaja dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan fisik dan

mental, rentan terhadap infeksi dan menurunnya tingkat konsentrasi sehingga dapat berpengaruh pada prestasi di sekolah (Chairunnisa, 2019).

Anemia adalah defisiensi jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin (protein pembawa oksigen) yang dikandungnya. Sel darah merah mengandung hemoglobin yang memungkinkan mereka mengangkut oksigen dari paru-paru, dan mengantarnya ke seluruh bagian tubuh. Yang artinya keadaan di mana kadar hemoglobin dalam darah kurang dari nilai normal, nilai normal dari hemoglobin perempuan yaitu 12-14 g/dL, apabila hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dalam darah kurang dari nilai normal maka kondisi tersebut disebut anemia (Suharti, 2019).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) dalam *worldwide prevalence of anemia* tahun 2015 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di dunia berkisar 40- 88%. Anemia menjadi masalah yang sering terjadi di berbagai dunia terutama di negara berkembang. Angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri (Kaimudin, 2017)

Kurang lebih terdapat 370 juta wanita di berbagai negara berkembang menderita anemia defisiensi zat besi dengan 41% diantaranya wanita tidak hamil (Priyanto, 2018). Jumlah penduduk usia remaja (10-19 tahun) di Indonesia sebesar 26,2% yang terdiri dari 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan. Dalam data Riskesdas terdapat 37,1% kasus anemia pada remaja putri di tahun 2013 meningkat menjadi 48,9% pada tahun 2018. Hal ini

membuktikan terjadinya peningkatan kasus anemia pada remaja dalam waktu lima tahun (Kemenkes RI, 2018).

Sebuah penelitian memperlihatkan kejadian anemia pada remaja yang tingkat pengetahuan kurang lebih banyak dibandingkan dengan remaja yang memiliki pengetahuan cukup (Laksmita, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Mariza (2016) juga memperlihatkan kejadian anemia pada responden yang berpendidikan rendah lebih banyak dibandingkan dengan responden yang berpendidikan tinggi (Mariza, 2016). Penelitian yang dilakukan pada tahun 2019, memperlihatkan hasil yaitu prevalensi kejadian anemia sedang lebih tinggi pada kelompok responden yang memiliki pengetahuan rendah dibandingkan dengan responden yang memiliki pengetahuan tinggi (Edison, 2019). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa pengetahuan remaja berpengaruh terhadap kejadian anemia dan pemberian edukasi gizi bisa dijadikan tindakan pencegahan kejadian anemia.

Ada banyak cara yang dapat dilakukan pada saat memberikan edukasi, baik itu menjelaskan secara langsung maupun menjelaskan dengan bantuan media yang mana menjadi perantara dalam menyampaikan edukasi. Dalam beberapa penelitian, saat memberikan edukasi terdapat beberapa jenis media yang digunakan, baik itu media visual ataupun media audio visual untuk memudahkan para peneliti dalam menyampaikan ataupun memberikan edukasi (Nurrita, 2018).



Penelitian yang dilakukan oleh Fauziah (2019), memperlihatkan terjadi peningkatan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi dengan menggunakan media sampul buku (Fauziah, 2019). Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Aulia (2019), memperlihatkan hasil adanya perbedaan pada tingkat pengetahuan dari sebelum dan setelah dilakukan intervensi dengan menggunakan media poster (Sulisyowati, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Yadav (2018) dari Rajiv Gandhi University, India diperoleh hasil adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan pada remaja setelah diberikan edukasi gizi menggunakan media audiovisual berupa video (Yadav, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Yusoff (2012) dari Universitas Sains Malaysia, juga memperlihatkan terjadinya kenaikan pada skor pengetahuan rata-rata remaja sebelum diberikan edukasi dan setelah diberikan edukasi menggunakan media audio visual video dan media visual berupa poster dan brosur (Yusoff, 2012). Kesimpulannya terjadi peningkatan skor pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi menggunakan media visual ataupun media audio visual.

Adanya media yang membantu dalam pemberian edukasi ternyata dapat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan remaja. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa pemberian edukasi menggunakan media sangat berperan penting terhadap pencegahan kejadian anemia remaja. Berdasarkan data di atas, peneliti tertarik untuk melakukan *literature review* mengenai efektivitas media edukasi anemia gizi terhadap tingkat pengetahuan remaja dalam pencegahan anemia.

## 1.2 Rumusan Masalah

Pemberian edukasi gizi menjadi salah satu tindakan dalam pencegahan kejadian anemia, banyak penelitian yang dilakukan dengan cara memberikan edukasi kepada para remaja untuk mencegah terjadinya anemia. Dalam setiap penyampaian edukasi ada berbagai macam media yang mana sering menjadi perantara. Pada *literature review* ini, berfokus pada kecenderungan efektivitas media terhadap perubahan tingkat pengetahuan remaja dalam mencegah kejadian anemia di negara berkembang berdasarkan artikel yang telah dipublikasi.

## 1.3 Tujuan

### 1.3.1 Tujuan umum

Diketahui efektivitas media edukasi anemia gizi terhadap tingkat pengetahuan remaja dalam pencegahan anemia.

### 1.3.2 Tujuan khusus

1. Diketahui efektivitas media visual tentang edukasi anemia terhadap tingkat pengetahuan remaja dalam pencegahan anemia
2. Diketahui efektivitas media audiovisual tentang edukasi anemia terhadap tingkat pengetahuan remaja dalam pencegahan anemia
3. Diketahui media yang efektif digunakan dalam menyampaikan edukasi anemia kepada remaja

## 1.4 Manfaat

### 1.4.1 Bagi peneliti

Memberikan manfaat untuk menambah ilmu pengetahuan dalam penelitian, dapat mendalami dan mencermati sebuah literatur penelitian, juga menjadi lebih sering membaca dan belajar tentang *literatur review*, serta mampu mengkaji sebuah penelitian.

### 1.4.2 Bagi institusi pendidikan

Hasil dari *literature review* yang dilakukan dapat dijadikan *database* untuk penelitian selanjutnya, dan memberi gambaran bagi institusi pendidikan tentang media yang efektif dalam pemberian edukasi tentang anemia.

### 1.4.3 Bagi Dinas Kesehatan

Memberikan gambaran dan informasi mengenai media yang sering digunakan dalam pemberian edukasi anemia kepada kelompok sasaran remaja dengan, demikian pihak dinas kesehatan dapat mengembangkan model media edukasi yang paling tepat untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia.

## 1.5 Keaslian Penelitian

**Tabel 1.1 Keaslian penelitian**

No	Judul penelitian	Nama peneliti	Media yang digunakan	Wilayah
1	Improving health literacy of women about iron deficiency anemia and civic responsibility of students through service learning	Rukhsana Aslam Ayub, Tara Jaffery, Faisal Aziz, Muneeb Rahmat (2015)	Media Visual (Pamphlet, poster)	Pakistan
2	Improvement in Knowledge, Attitude and Practice of Iron Deficiency Anaemia among Iron-Deficient Female Adolescents after Nutritional Educational Intervention	Marwan O. Jalambo, Razinah Sharif, Ihab A. Naser, Norima A. Karim (2017)	Media Visual (Poster, Booklet, Brochure) dan Media Audiovisual (Video)	Palestina
3	Intervention for improvement of knowledge on anemia prevention: A school-based study in a rural area of West Bengal	Lina Bandyopadhyay, Muktisadhan Maiti, Aparajita Dasgupta, Bobby Paul (2017)	Media Visual (Booklet dan Poster)	India
4	Effectiveness of Video Teaching Programme on Knowledge about Anaemia among Countryside Children with Anaemia	Srinivasan Ghandi (2019)	Media Audiovisual (Video)	India
5	The effect of educational intervention on iron and vitamin D consumption based on the theory of planned behaviour in Iranian adolescent girls: a quasi-experimental study	Ali Alami, Seyedeh Belin Tavakoly Sany, Hadi Tehrani, Elaheh Lael-Monfared, Zahra Hosseini & Alireza Jafari (2019)	Media Visual dan Audiovisual (Video dan Pamphlet)	Iran

6	Knowledge, Attitude and Practice Change about Anemia after Intensive Health Education among Adolescent School Girls of Delhi: An Intervention Study	Monika Singh, Raghavendra A Honnakamble, Om Prakash Rajoura (2019)	Media Visual (PPT, Pamphlet)	India
7	The Effect of Edutainment Usage on Improving Knowledge, Attitudes, Balanced Nutrition Fulfilling Behavior in the Prevention of Anemia and Changes in Hemoglobin Levels in Adolescent Girl (Case Study Of SMPN 4 Banjarbaru)	Siti Nurhayani, Lenie Marlinae, Nia Kania (2019)	Media visual dan Audiovisual (Video dan Booklet)	Indonesia
8	The Effect of Anemia Free Club Interventions to Improve Knowledge and Attitude of Nutritional Iron Deficiency Anemia Prevention among Adolescent Schoolgirls in Bandar Lampung City, Indonesia	Reni Zuraida, Nur Indahwati Lipoeto, Masrul Masrul, Judhiastuty Februhartanty (2020)	Media Visual (modul edukasi)	Indonesia
9	A nutrition diary-book effectively increase knowledge and adherence of iron tablet consumption among adolescent female students	Jurianto Gambir, Iman Jaladri, Endah Mayang Sari, Yulinda Kurnia Sari (2020)	Media Visual (buku Nutrition Diary)	Indonesia

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Remaja

##### 2.1.1 Pengertian remaja

Remaja adalah suatu tahap antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Masa ini biasanya diawali dengan umur 14 tahun pada laki-laki dan 10 tahun pada perempuan. Pada masa ini remaja mengalami banyak perubahan di antaranya perubahan fisik, menyangkut pertumbuhan dan kematangan organ produksi, perubahan intelektual, perubahan saat bersosialisasi, dan perubahan kematangan kepribadian termasuk emosi (Ariani, 2017).

Tahap kehidupan remaja merupakan tahap yang unik dari keseluruhan tahap dalam daur kehidupan. Masa remaja merupakan periode transisi dari fase kanak-kanak ke fase dewasa. Fase ini harus dilalui oleh setiap anak supaya menjadi dewasa. Pubertas ditandai dengan timbulnya tanda-tanda seks sekunder dan adanya pacu tumbuh (*growth spurt*) (Februhartanty, 2016).

Perubahan dan perkembangan fisik pada remaja tidaklah sama dan terdapat perbedaan individual, yakni terjadinya penurunan dalam laju pertumbuhan dan perkembangan internal lebih menonjol daripada perkembangan eksternal yang secara normal akan terjadi disetiap diri remaja. Awal masa puber anak laki-laki, suara mulai menurunkan,

kumis mulai tumbuh anak laki-laki, yang melibatkan pematangan organ reproduksi dan menyertainya karakteristik seksual sekunder. Dalam perempuan, menstruasi pertama terjadi pada akhir masa pubertas. Pada akhir pubertas, individu menjadi mampu reproduksi (Hartini, 2017).

#### 2.1.2 Kebutuhan gizi remaja

Masa remaja mengalami kecepatan pertumbuhan sehingga perlu dilakukan pemantauan status gizi untuk mengidentifikasi remaja baik yang berisiko gizi kurang maupun gizi lebih untuk selanjutnya dilakukan intervensi untuk perbaikan gizinya sebelum terjadi komplikasi penyakit lain. Pemenuhan kebutuhan gizi pada masa ini perlu diperhatikan karena terjadi peningkatan kebutuhan gizi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya. Perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan pada remaja akan sangat mempengaruhi asupannya (Lestari, 2017).

Pada masa remaja kebutuhan atau kecukupan zat gizi (*Recommended Dietary Allowance*) terjadi peningkatan dari masa kanak-kanak, sehingga faktor gizi sangat berperan dalam menentukan posture dan performance seseorang pada usia dewasa. Kebutuhan energi pada remaja adalah konsumsi energi yang berasal dari makanan yang diperlukan untuk menutupi pengeluaran energi seseorang bila seseorang mempunyai ukuran dan komposisi tubuh dengan tingkat

aktivitas yang sesuai dengan kesehatan jangka panjang dan memungkinkan pemeliharaan aktivitas fisik yang dibutuhkan secara sosial dan ekonomi (Ariani, 2017).

Bahan makanan dikelompokkan berdasarkan fungsi utama zat gizi di dalamnya, yang dalam ilmu gizi dipopulerkan dengan ‘Tri Guna Makanan’. Sejak tahun 2014, Kementerian Kesehatan melalui Peraturan Menteri Kesehatan No. 41 memperkenalkan ‘Tumpeng Gizi Seimbang’ sebagai pedoman masyarakat dalam mengatur pola konsumsi per hari. Tumpeng Gizi disusun berdasarkan peranan masing-masing jenis makanan, dalam menyeimbangkan asupan zat gizi sehari-hari (Februhartanty, 2016):

1. Sumber zat tenaga sebagai modal melakukan berbagai aktivitas, makanan yang mengandung sumber karbohidrat
2. Sumber zat pembangun untuk pembentukan, pertumbuhan dan pemeliharaan. Bahan makanan yang mengandung zat pembangun adalah yang mengandung protein baik dari protein hewani ataupun protein nabati
3. Sumber zat pengatur untuk mengatur penggunaan zat-zat gizi dalam tubuh. Bahan makanan yang mengandung sumber zat pengatur adalah makanan yang mengandung vitamin dan mineral



## 2.2 Anemia

### 2.2.1 Pengertian anemia

Anemia (dalam bahasa Yunani *anaimia*. Artinya kekurangan darah, di ambil dari *an* yang artinya tidak ada + *haima* yang artinya darah) adalah keadaan saat jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin (protein pembawa oksigen) dalam sel darah merah di bawah normal. Sel darah merah mengandung hemoglobin yang memungkinkan mereka mengangkut oksigen dari paru-paru, dan mengantarnya ke seluruh bagian tubuh (Hasdianah, 2017).

Defisiensi besi adalah berkurangnya jumlah total besi di dalam tubuh. Anemia defisiensi besi terjadi ketika defisiensi besi yang terjadi cukup berat sehingga menyebabkan eritropoesis terganggu dan menyebabkan terbentuknya anemia. Keadaan ini akan menyebabkan kelemahan sehingga menjadi halangan untuk beraktivitas dan juga mengganggu pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Seorang pasien dapat dikatakan anemia bila hemoglobinnya (Hb) kurang dari 13,5 g/dL untuk laki-laki, dan 11,5 g/dL untuk perempuan (Fitriany, 2018).

### 2.2.2 Penyebab Anemia pada remaja

Anemia defisiensi besi dapat disebabkan oleh karena rendahnya masukan besi, gangguan absorpsi serta kehilangan besi akibat pendarahan menahun:

1. Kehilangan besi sebagai akibat pendarahan menahun berasal dari saluran cerna akibat dari tukak peptik, pemakaian salisilat atau NSAID, kanker lambung, kanker colon, *divertikulosis*, hemoroid, dan infeksi cacing tambang, saluran genitalia perempuan menoragia, atau metrorrhagia, saluran kemih hematuria, dan saluran nafas hemoptoe.
2. Faktor nutrisi akibat kurangnya jumlah besi total dalam makanan, atau kualitas besi (bioavailabilitas) besi yang tidak baik (makanan banyak serat, rendah vitamin C, dan rendah daging).
3. Kebutuhan besi meningkat seperti pada prematuritas anak dalam masa pertumbuhan dan kehamilan.
4. Gangguan absorpsi besi seperti gastrektomi, tropical sprue atau kolitis kronik (Pradiyadnya, 2018).

### 2.2.3 Tanda dan gejala

1. Kelopak mata pucat, ketika meregangkan kelopak mata dan memperhatikan bagian bawah mata, akan terlihat pucat
2. Sering merasa lelah, pasokan energi tubuh sangat bergantung pada oksidasi dan sel darah merah, semakin rendah sel darah merah maka tingkat oksidasi juga semakin berkurang
3. Sering mual, terkadang timbulnya morning sickness atau mual ketika bangun dari tempat tidur

4. Sakit kepala, kekurangan darah dapat membuat otak kekurangan oksigen yang mana dapat membuat sakit kepala
5. Ujung jari pucat
6. Sesak nafas, karena kurangnya oksigen dalam tubuh, hal ini dapat menyebabkan sesak nafas atau terengah-engah dalam melakukan aktivitas sehari-hari
7. Denyut jantung tidak teratur, ketika kekurangan oksigen detak jantung meningkat yang menyebabkan berdebar tidak teratur dan cepat
8. Wajah pucat
9. Rambut rontok, terjadinya penispisan rambut ketika kulit kepala tidak mendapatkan makanan yang cukup dari tubuh yang membuat terjadinya kerontokkan rambut
10. Menurunnya kekebalan tubuh, ketika tubuh memiliki energi yang sedikit, maka dapat menyebabkan menurunnya imunitas tubuh, yang mana akan mudah tersrang penyakit (Hasdianah, 2017).

## 2.3 Media

### 2.3.1 Pengertian media

Kata media berasal dari bahasa Latin *medium* yang berarti perantara atau pengantar. Lebih lanjut, Rahardjo menyebutkan, media

merupakan sarana penyalur pesan atau informasi belajar yang hendak disampaikan oleh sumber pesan kepada sasaran atau penerima pesan tersebut. Dalam kegiatan belajar-mengajar, sumber pesan adalah guru dan penerima pesan adalah murid. Oemar Hamalik mendefinisikan, media sebagai teknik yang digunakan dalam rangka lebih mengefektifkan komunikasi antara guru dan murid dalam proses pendidikan dan pengajaran di sekolah. Media pembelajaran merupakan perantara atau alat untuk memudahkan proses belajar mengajar agar tercapai tujuan pengajaran secara efektif dan efisien (Metro, 2014).

Pengertian yang dikemukakannya tidak jauh beda dengan pengertian yang dikemukakan oleh *Asociation of Education Comunication Technology* (AECT), yang mana media diartikan dengan segala bentuk dan saluran yang dapat dipergunakan untuk proses penyalur pesan. Dapat dipahami bahwa media adalah berkaitan dengan perantara yang berfungsi menyalurkan pesan dan informasi dari sumber yang akan diterima oleh si penerima pesan yang terjadi dalam proses pembelajaran (Mahnun, 2012).

### 2.3.2 Jenis media

#### 1. Media audio

Media Audio adalah atau media dengar adalah jenis media pembelajaran atau sumber belajar yang berisikan pesan atau

materi pelajaran yang disajikan secara menarik dan kreatif dan diterapkan dengan menggunakan indera pendengaran saja. Karena media ini hanya berupa suara. Berikut merupakan macam-macam contoh dari media audio: laboratorium bahasa, radio, alat perekam pita magnetik (Susanti & Zulfiana, 2016).

a. Macam-macam media audio

- 1) Laboratorium bahasa dikategorikan sebagai media audio karena media ini menggunakan seperangkat "alat-alat audio" yang berupa tape recorder dan pita kaset yang disalurkan melalui kabel pada headphone. Laboratorium bahasa merupakan alat untuk melatih pembelajar mendengarkan dan berbicara dalam bahasa asing dengan jalan menyajikan materi pelajaran yang disiapkan sebelumnya (Maryanti, 2014).
- 2) Radio adalah media audio dalam kehidupan sehari-hari digunakan sebagai sarana penyampai informasi. Suara yang dengar dari pesawat radio merupakan perubahan bentuk energi elektromagnetik dari gelombang radio yang ditangkap oleh pesawat radio, kemudian diubah melalui loudspeaker (pengeras suara) menjadi energi bunyi sehingga bisa didengar (Theodora, 2013).

3) Alat perekam pita magnetik merupakan media belajar berbasis audio dan diterapkan dengan menggunakan indera pendengaran. Peran atau fungsi alat perekam pita magnetik dalam media belajar adalah dapat dipergunakan untuk merekam suara atau data (materi pelajaran) sehingga dalam penyampainya pendidik dapat memutarinya kembali. Tetapi alat ini sudah jarang di temukan karena sudah tergantikan oleh teknologi-teknologi yang lebih canggih dan baru (Susanti & Zulfiana, 2016).

b. Kelebihan dan kekurangan media audio

1) Kelebihan

- a) Mampu mengatasi keterbatasan ruang dan waktu dan memungkinkan menjangkau sasaran luas
- b) Mampu membangkitkan sistem dalam imajinasi
- c) Mampu memusatkan perhatian siswa pada penggunaan kata-kata, bunyi, dan arti dari kata itu
- d) Mampu memengaruhi suasana dan perilaku siswa melalui musik latar dan efek suara
- e) Sangat tepat dan cocok untuk mengajarkan musik dan bahasa

f) Harga relatif lebih murah dan sifatnya mudah untuk dipindahkan

g) Dapat menyajikan laporan seketika, karena biasanya siaran-siaran yang aktual itu dapat memberikan kesegaran pada sebagian besar topik (Subarkah, 2018).

## 2) Kekurangan

a) Memerlukan suatu pemusatan pada suatu pengalaman yang tetap dan tertentu, sehingga pengertiannya harus didapat dengan cara belajar khusus.

b) Media Audio yang menampilkan symbol digit dan analog dalam bentuk auditif adalah abstrak, sehingga pada hal-hal tertentu memerlukan bantuan pengalaman visual.

c) Karena abstrak, tingkatan pengertiannya hanya bisa dikontrol melalui tingkatan penguasaan pembendaharaan kata-kata atau bahasa, serta susunan kalimat.

d) Media ini hanya akan mampu melayani secara baik bagi mereka yang sudah mempunyai kemampuan dalam berfikir abstrak.

e) Penampilan melalui ungkapan perasaan atau symbol analog lainnya dalam bentuk suara harus disertai dengan perbendaharaan pengalaman analog tersebut pada si penerima bila tidak bisa maka akan terjadi kesalah pahaman (Subarkah, 2018).

## 2. Media visual

Media Visual adalah suatu alat atau sumber belajar yang di dalamnya berisikan pesan, informasi khususnya materi pelajaran yang di sajikan secara menarik dan kreatif dan diterapkan dengan menggunakan indera pengelihatan. Jadi media visual ini tidak dapat di gunakan untuk umum lebih tepatnya media ini tidak dapat di gunakan oleh para tunanetra. Karena media ini hanya dapat di gunakan dengan indera pengelihatan saja (Susanti & Zulfiana, 2016).

### a. Macam-macam media visual

1) Gambar/ photo adalah sesuatu yang diwujudkan secara visual dalam bentuk dua dimensi sebagai curahan atau pikiran. Gambar-gambar yang dapat digunakan sebagai media pembelajaran adalah lukisan, ilustrasi, iklan, kartun, potret, karikatur, dan gambar berseri. Kesemua itu dapat diperoleh dari majalah, buletin, kalender, dan media lainnya (Yuswanti, 2014).



- 2) Peta konsep adalah suatu gambar (visual), tersusun atas konsep-konsep yang saling berkaitan sebagai hasil dari pemetaan konsep. Pemetaan konsep merupakan suatu proses yang melibatkan identifikasi konsep-konsep dari suatu materi pelajaran dan pengaturan konsep-konsep tersebut dalam suatu hirarki, mulai dari yang paling umum, kurang umum dan konsep-konsep yang lebih spesifik (Yunita, 2014).
- 3) Diagram adalah suatu media visual yang digunakan untuk memaparkan atau menerangkan suatu data yang akan disajikan dalam bentuk gambar seperti gambar di atas. Sehingga penyajian materi dalam bentuk diagram dapat mempermudah memahami isi dari materi yang disajikan. Karena diagram berfungsi untuk menyederhanakan suatu persoalan yang kompleks menjadi sederhana dan simpel, sehingga dapat memperjelas dalam penyampaian pesan (materi pelajaran) (Susanti & Zulfiana, 2016).
- 4) Grafik adalah Dalam Kamus Besar bahasa Indonesia, grafik diartikan sebagai suatu gambar yang menunjukkan hubungan antara besaran yang satu dengan yang lain. Grafik secara sederhana adalah gambar yang terdiri dari titik-titik dan garis yang menghubungkan titik-titik tersebut (Purwanto, 2016).

5) Poster adalah media yang digunakan untuk menyampaikan suatu informasi, saran atau ide tertentu, sehingga dapat merangsang keinginan yang melihatnya, untuk melaksanakan isi pesan tersebut. Suatu poster yang baik harus mudah diingat, mudah dibaca, dan mudah untuk ditempelkan dimana saja. Media poster dijadikan sarana untuk mengomunikasikan gagasan, evaluasi dan proyek inovasi klinis, kajian ini juga mengembangkan metode-metode pembelajaran yang bisa diterapkan dalam proses pembelajaran yang memanfaatkan media poster (Susilawati, 2018).

6) Peta atau globe adalah media visual yang berupa suatu gambar atau benda yang berfungsi untuk menyajikan data data lokasi. Fungsi peta atau globe dalam media belajar adalah mempermudah pendidik dalam menunjukan letak letak suatu daerah, provinsi, bahkan negara hanya dengan benda atau gambar ini (Susanti & Zulfiana, 2016).

#### b. Kelebihan dan kekurangan media visual

##### 1) Kelebihan

- a) Umumnya murah harganya
- b) Mudah didapat
- c) Mudah digunakan

- d) Dapat memperjelas suatu masalah
- e) Lebih realistis
- f) Repeatable, dapat dibaca berkali-kali dengan menyimpannya atau mengelipingnya.
- g) Analisa lebih tajam, dapat membuat orang benar-benar mengerti isi berita dengan analisa yang lebih mendalam dan dapat membuat orang berfikir lebih spesifik tentang isi tulisan.
- h) Pembelajaran yang menggunakan media visual akan lebih menarik, efektif, dan efisien
- i) Proses pembelajarannya akan lebih menyenangkan dan tidak menjenuhkan, karena disertai dengan kombinasi gambar yang menarik.
- j) Dapat membantu mengatasi keterbatasan pengamatan
- k) Dapat mengatasi keterbatasan ruang dan waktu (Iman, 2018).

## 2) Kekurangan

- a) Ukuran gambar sering kali kurang tepat dalam pengajaran kelompok besar
- b) Memerlukan ketersediaan sumber dan keterampilan, dan kejelian guru dapat memanfaatkannya
- c) Lambat dan kurang praktis

- d) Tidak adanya audio, media visual hanya berbentuk tulisan tentu tidak dapat didengar, sehingga kurang mendetail materi yang disampaikan
- e) Visual yang terbatas, media ini hanya dapat memberikan visual berupa gambar yang mewakili isi berita (Iman, 2018).

### 3. Media audio visual

Media audio visual adalah jenis media pembelajaran atau sumber belajar yang berisikan pesan atau materi pelajaran yang dibuat secara menarik dan kreatif dengan menggunakan indra pendengaran dan penglihatan. Media ini berupa suara dan gambar. Media audio visual Menurut Djamarah dibagi menjadi 2, yaitu pertama Audio visual murni, yaitu baik unsur suara maupun unsur gambar berasal dari satu sumber seperti televisi, video kaset, film bersuara. Kedua Audio visual tidak murni, yaitu unsur suara dan unsur gambarnya berasal dari sumber yang berbeda seperti film bingkai suara (Susanti & Zulfiana, 2016).

#### a. Macam-macam media audiovisual (audio visual murni)

- 1) Televisi didefinisikan sebagai suatu sistem penyiaran gambar yang disertai dengan bunyi (suara) melalui kabel atau melalui angkasa dengan menggunakan alat yang mengubah cahaya (gambar) dan bunyi (suara) menjadi

gelombang listrik, dan mengubahnya kembali menjadi berkas yang dapat dilihat dan bunyinya dapat didengar (Lathifah, 2016).

2) Video Kaset merupakan alat yang dapat menampilkan gambar gerak dan disertai dengan suara. Video kaset bersifat informatif dan juga sangat cocok untuk digunakan sebagai media pembelajaran. Sebagian kedudukan film digantikan oleh video. Tetapi masing - masing mempunyai kelebihan. Biasanya pedidik menayangkan video pembelajaran di depan kelas melalui proyektor. Video kaset memiliki fungsi untuk merekam data. Data tersebut bisa dihapus dan ditayangkan kembali ketika dibutuhkan (Susanti & Zulfiana, 2016).

3) Film merupakan media audio visual suatu kombinasi antar usaha penyampaian pesan melalui gambar yang bergerak, pemanfaatan teknologi kamera, warna dan suara. Unsur-unsur tersebut di latar belakang oleh suatu cerita yang mengandung pesan yang ingin disampaikan oleh sutradara kepada khalayak film (Azhari, 2018).

b. Macam-macam media audiovisual (audio visual tidak murni)

1) Sound slide merupakan gabungan dari slide atau gambar dengan tape audio atau suara. Sound slide berupa powerpoint, adobe flash, adobe premiere, dan windows movie maker. Sound slide sangat efektif untuk proses belajar mengajar dan membuat siswa menjadi kreatif. Karena jika slide suara yang dibuat tersebut bagus, maka akan meningkatkan hasil belajar. Slide bersuara dapat diulang apabila dibutuhkan dan dapat dipercepat atau diperlambat (Susanti & Zulfiana, 2016).

c. Kelebihan dan kekurangan media audio visual

Kelebihan media audio visual adalah pemakaiannya tidak membosankan, hasilnya lebih mudah untuk dipahami, dan informasi yang diterima lebih jelas dan cepat dimengerti. Sedangkan kelemahan media audio visual adalah suaranya terkadang tidak jelas, pelaksanaannya cukup waktu yang cukup lama, dan biayanya relatif lebih mahal (Hasan, 2016).

## 2.4 Efektivitas Media Visual Terhadap Tingkat Pengetahuan

Dari hasil penelitian yang dilakukan Rohim (2017), adanya perbedaan nilai skor pada kelompok remaja yang diberikan edukasi dengan media visual berupa buku cerita dan tanpa diberikan media apapun. Setelah dilakukan *pre test* dan *post test* pada kedua kelompok tersebut, terjadi peningkatan

pengetahuan, namun hasilnya kelompok remaja yang diberikan media buku cerita lebih signifikan peningkatannya dibandingkan dengan kelompok remaja yang tidak diberi media apapun (Rohim, 2018).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Damanik (2019), adanya perubahan skor pengetahuan pada remaja putri sebelum diberikan edukasi menggunakan media visual *booklet* dan sesudah diberikan edukasi dengan media visual *booklet*. Setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media visual *booklet* terjadi peningkatan pada skor pengetahuan remaja putri, yang artinya *booklet* efektif digunakan sebagai media visual ketika melakukan pemberian edukasi untuk para remaja anemia (Damanik, 2019).

Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Waluyo (2018), mengatakan adanya peningkatan pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi gizi dengan menggunakan media *leaflet* dan media sosial (WA). Dikatakan juga Peningkatan level pengetahuan subjek tidak terlepas dari efek pemberian intervensi berupa pendidikan gizi, pemberian *leaflet* dan media sosial. Pemberian pendidikan gizi bisa menjadi pemicu meningkatnya pengetahuan siswa tentang gizi yang akan dapat mempengaruhi perilaku siswa dalam mengkonsumsi makanan sumber zat besi dan mengubah kebiasaan makan siswa dari pola makan yang kurang baik (Waluyo, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Jalambo (2017) asal Universitas Kebangsaan Malaysia, didapatkan hasil remaja yang diberi edukasi menggunakan media mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan.

Media yang digunakan ialah media brosur, poster dan *booklet* sedangkan remaja yang tidak diberikan edukasi menggunakan media mengalami penurunan (Jalambo, 2017).

## 2.5 Efektivitas Media Audio Visual Terhadap Tingkat Pengetahuan

Dari hasil penelitian yang dilakukan Fuaidah (2019), mengatakan bahwasanya terjadi peningkatan terhadap skor pengetahuan remaja yang diberikan edukasi anemia dengan menggunakan media audio visual berupa video. Dilihat dari peningkatan pengetahuan remaja yang signifikan menandakan media audio visual efektif digunakan ketika memberikan edukasi anemia kepada para remaja (Fuaidah, 2019).

Pada hasil penelitian yang dilakukan Fitriani (2019) didapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi tentang anemia menggunakan media motion video. Dikatakan bahwa motion video dapat menyampaikan edukasi anemia dari hal yang rumit menjadi lebih sederhana dan dapat dengan mudah dipahami remaja. Rata-rata skor nilai pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi menggunakan media tersebut naik secara signifikan (Fitriani, 2019).

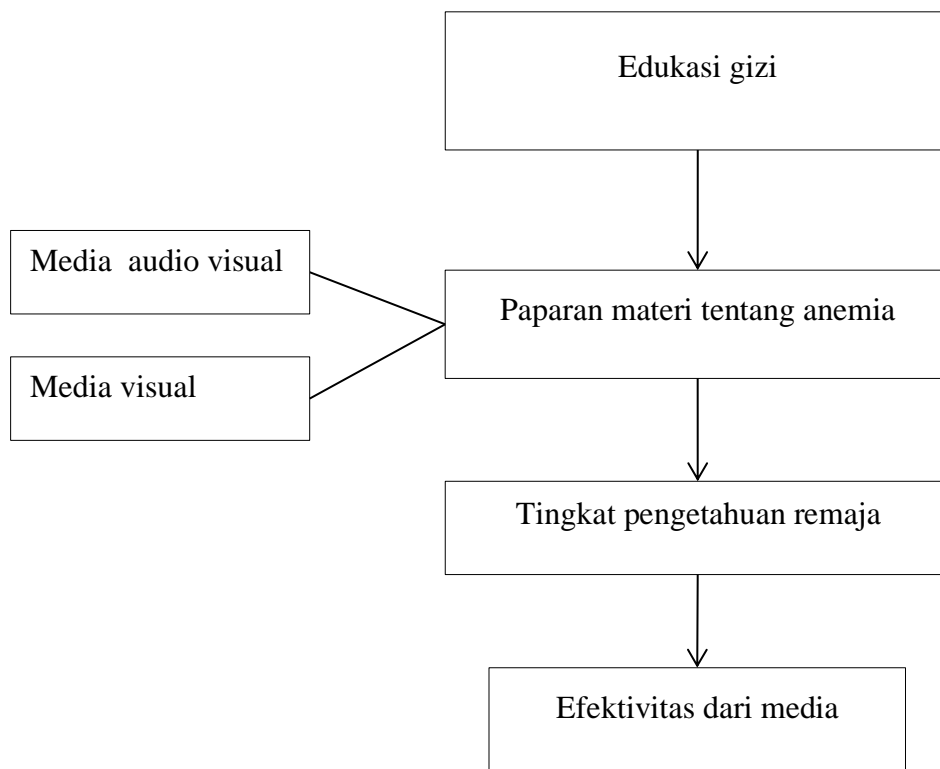
Penelitian yang dilakukan oleh Yusoff (2012) dilakukan intervensi dengan memberikan edukasi selama 6 bulan di semua sekolah menengah atas Tanah Merah *district*, Malaysia menggunakan 3 kelompok pembandingan, yaitu kelompok 1 (diberikan suplemen Fe), kelompok 2 (diberikan edukasi) dan kelompok 3 (diberikan suplemen Fe dan edukasi gizi). Didapatkan hasil



bahwasanya kelompok yang mendapatkan edukasi gizi dengan menggunakan media video presentasi, brosur dan poster mengalami peningkatan pengetahuan, dengan demikian video presentasi yang disertai brosur dan poster efektif dalam peningkatan pengetahuan remaja (Yusoff, 2012).

## 2.6 Kerangka Teori

**Bagan 2.1 Kerangka teori**



Sumber : Modifikasi Pudyaningrum, 2013

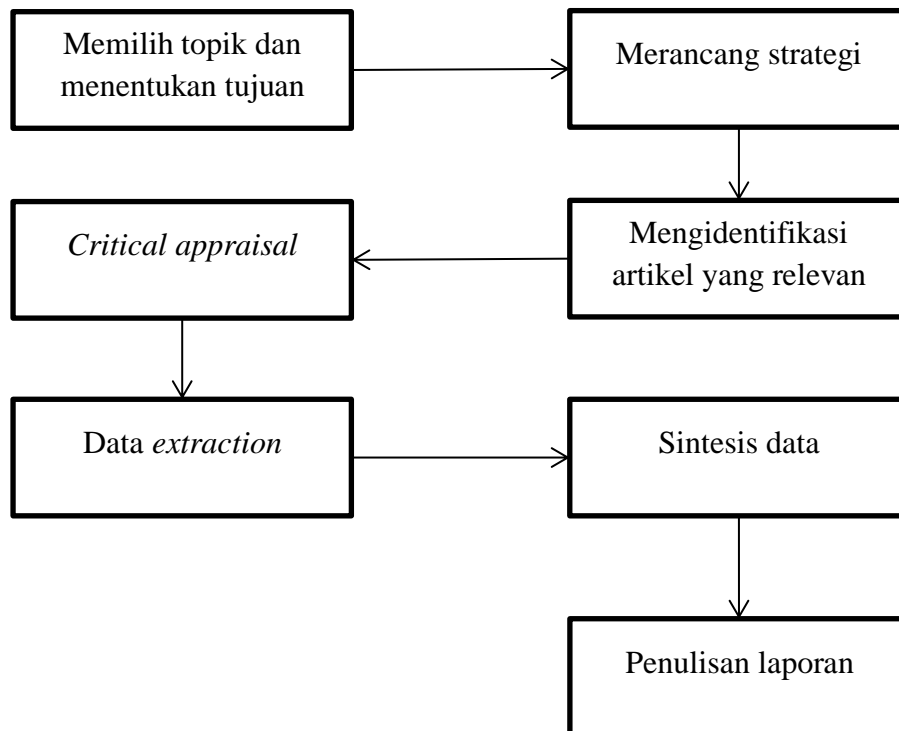
BAB III  
METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan *literature review*. Studi *literature review* adalah cara yang dipakai untuk mengumpulkan data atau sumber yang berhubungan pada sebuah topik tertentu yang bisa didapat dari berbagai sumber seperti artikel penelitian.

3.2 Langkah-langkah *literature review*

**Bagan 3.1 Langkah-langkah *literature review***



### 3.3 Strategi Pencarian dan Identifikasi Database

Database hasil penelitian yang digunakan dalam penelitian ini diperoleh peneliti melalui eksplorasi dengan sumber Proquest, PUBMED, Sage Journals, JSTORE, Science Direct, Taylor and Francis, DOAJ, Worldcat, Emerald, SpringerLink berjumlah 9 artikel penelitian. Penelusuran artikel dengan menggunakan judul: *education of anaemia to improving knowledge adolescent*. Artikel yang sesuai diambil untuk selanjutnya dianalisis. Berikut kriteria inklusi dan eksklusi dari artikel penelitian yang telah direview:

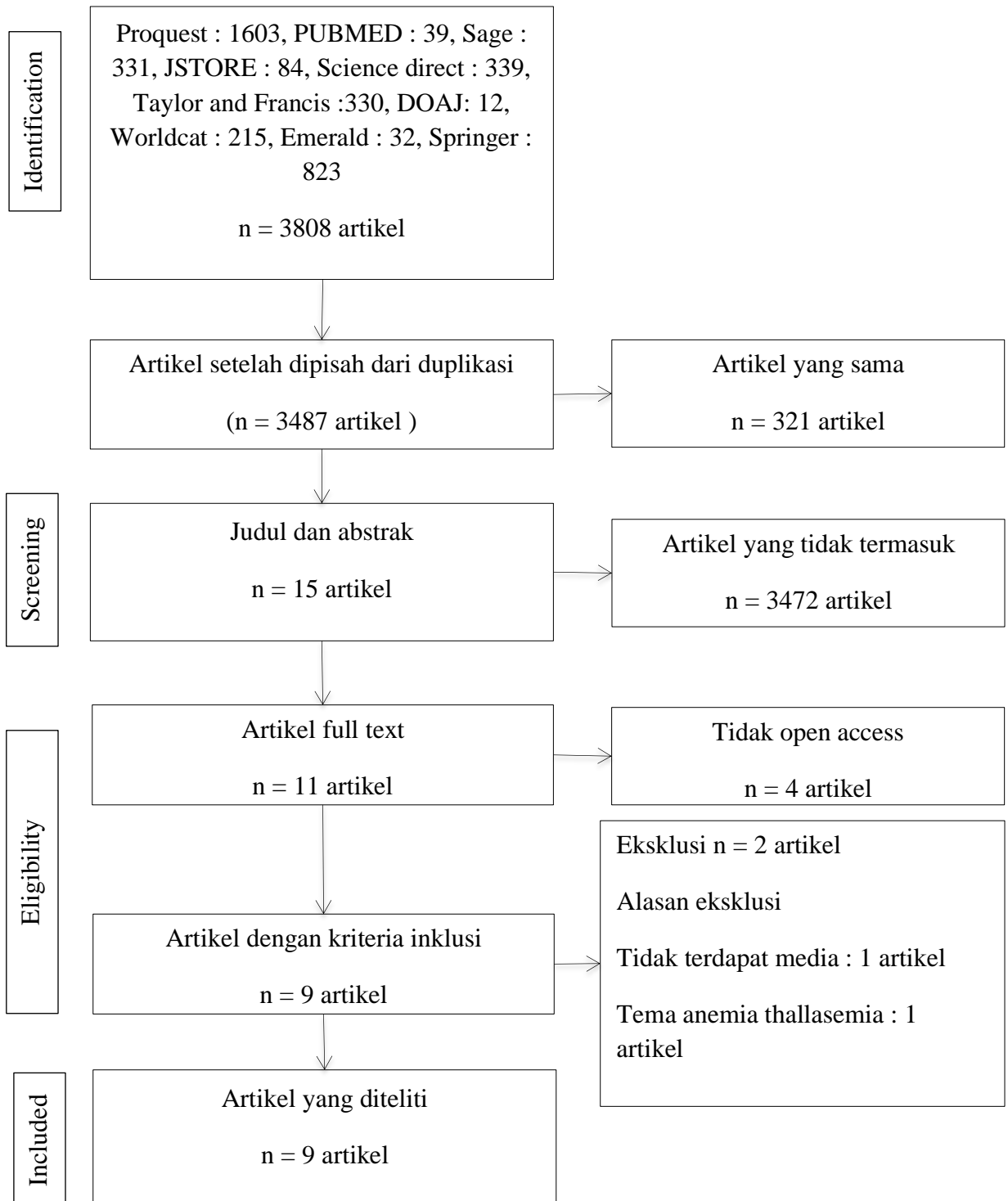
#### a. Kriteria Inklusi

1. Artikel dengan menggunakan sampel remaja
2. Artikel penelitian dengan rentang waktu 2015-2020 (5 tahun terakhir)
3. Artikel dengan bahasa Inggris
4. Jenis artikel yang dipublikasi dan original yang *open acces (full text)* dengan jenis studi intervensi/studi experimental
5. Cakupan wilayah artikel penelitian yaitu Negara berkembang di Dunia
6. Artikel tema edukasi tentang anemia

#### b. Kriteria Eksklusi

1. Artikel dengan sampel usia remaja yang sudah menikah
2. Artikel penelitian dengan rentang waktu lebih dari 5 tahun terakhir
3. Artikel berbahasa Indonesia, Arab
4. Artikel yang tersedia abstraknya saja
5. Artikel experimental yang tidak menggunakan media
6. Artikel dengan tema anemia yang disebabkan oleh thalessemia

**Bagan 3.2 Diagram PRISMA**



### 3.4 Data extraction

Dengan menggunakan diagram PRISMA (*Preferred Reporting Item for Systematic Review and Meta-Analysis*), didapatkan hasil total ialah sebanyak 3,808 artikel dari berbagai sumber *database*. Setelah digabung terdapat 321 artikel penelitian yang sama, dengan demikian total artikel penelitian ialah 3,487 artikel. Lalu artikel yang disesuaikan dengan judul dan abstrak dan didapatkan hanya 15 artikel saja, di mana terdapat 4 artikel yang tidak *full access*, sehingga tersisa 11 artikel yang mana di sesuaikan lagi dengan kriteria inklusi. Setelah disesuaikan dengan kriteria inklusi terdapat 1 artikel yang membahas anemia thallemia dan 1 artikel yang tidak menggunakan media yang mana masuk ke dalam kriteria eksklusi. Total akhir terdapat 9 artikel yang memenuhi kriteria *literature review*.

### 3.5 Sintesis Data

*Literature Review* ini disintesis menggunakan metode naratif dengan mengelompokkan data-data yang sejenis sesuai dengan hasil yang diukur untuk menjawab tujuan artikel penelitian yang sesuai dengan kriteria kemudian dikumpulkan dan dibuat ringkasan meliputi nama peneliti, tahun terbit artikel, tujuan penelitian, jenis penelitian dan ringkasan hasil atau temuan.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Alur penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dengan cara mengelompokkan artikel-artikel yang sesuai dengan data yang terkait dengan rumusan masalah pada penelitian. Data yang diperoleh dari berbagai macam *database* dikumpulkan dalam satu dokumen yang digunakan untuk menjawab permasalahan yang sudah dirumuskan.

Langkah awal yang dilakukan adalah memilih topik dan menentukan tujuan dari penelitian. Dengan menggunakan Diagram PRISMA (*Preferred Reporting Item for Systematic Review and Meta-Analysis*) sebagai protokol penelitian yang digunakan dalam pencarian artikel-artikel yang akan direview. Diperoleh sebanyak 3,808 artikel dari berbagai sumber *database*, yang mana terdiri dari Proquest 1,603 artikel, PUBMED 39 artikel, Sage 331 artikel, JSTORE 84 artikel, Science Direct 339 artikel, Taylor and Francis 330 artikel, DOAJ 12 artikel, Worldcat 215 artikel, Emerald 32 artikel dan Springer 823 artikel. Setelah digabung terdapat 321 artikel penelitian yang sama, dengan demikian total artikel penelitian ialah 3,487 artikel. Lalu artikel yang disesuaikan dengan judul dan abstrak dan didapatkan hanya 15 artikel saja, di mana terdapat 4 artikel yang tidak *full access*, sehingga tersisa 11 artikel yang mana di sesuaikan lagi dengan kriteria inklusi. Setelah disesuaikan dengan kriteria inklusi terdapat 1 artikel yang membahas anemia thallosemia dan 1 artikel yang tidak menggunakan media yang mana masuk

ke dalam kriteria eksklusi. Total akhir terdapat 9 artikel yang memenuhi kriteria *literature review*.

Hasil dari peneitian *literature review* ini ditampilkan dalam bentuk tabel dengan membandingkan artikel dengan artikel lainnya yang sudah memenuhi kriteria inklusi, dan pada bagian pembahasan akan menjelaskan dari hasil temuan yang terdapat di artikel-artikel.

## 4.2 Hasil

Tabel 4.1 Hasil ringkasan

No	Peneliti, tahun, negara, desain penelitian	Judul	Lokasi, lama intervensi, frekuensi	Sampel penelitian	Deskripsi intervensi	Rata-rata pre-test	Rata-rata post-test	Hasil penelitian (p-value)
1	Rukhsana Aslam Ayub dkk, 2015, Pakistan, Studi Intervensi Eksploratory	Improving health literacy of women about iron deficiency anemia and civic responsibility of students through service learning	Komunitas wanita, 1 bulan, -	n = 65	Memberikan S-L ( <i>service learning</i> ) kepada sampel dan media pamflet bergambar dan poster untuk meningkatkan skor pengetahuan tentang IDA	40,9%	88,1%	Terjadi peningkatan skor pengetahuan (p < 0,001)
2	Marwan O. Jalambo dkk, 2017, Palestina, RCT	Improvement in Knowledge, Attitude and Practice of Iron Deficiency Anaemia among Iron-Deficient Female Adolescents after Nutritional Educational Intervention	Jalur Gaza, 3 bulan, 9 sesi (1 ½ jam/sesi)	n = 89	Memberikan edukasi gizi kepada kelompok intervensi dengan menggunakan media poster, <i>booklet</i> , brosur dan metode ceramah, persentasi, diskusi.	22.7%	90.9%	Terjadi peningkatan signifikan nilai pengetahuan rata-rata remaja (p < 0,001)
3	Lina Bandyopadhyay dkk, 2017, India, Quasi Eksperimen	Intervention for improvement of knowledge on anemia prevention: A school-based study in a rural area of West Bengal	Sekolah, 2 minggu, 3 sesi ceramah (30 menit/sesi)	n = 95	Memberikan edukasi tentang anemia dengan menggunakan metode ceramah dan media berupa poster dan <i>booklet</i>	2.07	4.25	Terjadi perubahan skor rata-rata pengetahuan tentang anemia (p = 0,000)



No	Peneliti, tahun, negara, jenis penelitian	Judul	Lokasi, lama intervensi, frekuensi	Sampel penelitian	Deskripsi intervensi	Rata-rata pre-test	Rata-rata post-test	Hasil penelitian (p-value)
4	Srinivasan Gandhi, 2020, India, desain Pre dan Post Test	Effectiveness of Video Teaching Programme on Knowledge about Anaemia among Countryside Children with Anaemia	Sekolah, 7 hari, 45 menit	n = 150	Memberikan media video pada kelompok remaja	12.19	24.90	Terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi dengan program video pembelajaran anemia (p < 0,001)
5	Ali Alami dkk, 2019, Iran, Quasi Experimen	The effect of educational intervention on iron and Vitamin D consumption based on the theory of planned behaviour in Iranian adolescent girls	Sekolah, 1 bulan, 4 sesi (2 jam/sesi)	n = 175	Memberikan edukasi dengan menggunakan media video dan pamflet tentang pengetahuan konsumsi Fe dan Vitamin D	20.65	23.74	Terjadi peningkatan skor rata-rata pengetahuan yang signifikan (p < 0,001)
6	Monika Singh, 2019, India, desain Pre dan Post Test	Knowledge, Attitude and Practice Change about Anemia after Intensive Health Education among Adolescent School Girls of Delhi: An Intervention Study	Sekolah, 6 bulan, -	n = 106	Memberikan edukasi kesehatan kepada sampel dengan menggunakan media <i>power point persentation</i> , pamflet, <i>visual display</i>	9.3	19.89	Terjadi perubahan signifikan setelah diberikann intervensi (-)

No	Peneliti, tahun, negara, jenis penelitian	Judul	Lokasi, lama intervensi, frekuensi	Sampel penelitian	Deskripsi intervensi	Rata-rata pre-test	Rata-rata post-test	Hasil penelitian (p-value)
7	Siti Nurhayani, 2019, Indonesia, Quasi Eksperimen	The Effect of Edutainment Usage on Improving Knowledge, Attitudes, Balanced Nutrition Fulfilling Behavior in the Prevention of Anemia and Changes in Hemoglobin Levels in Adolescent Girl (Case Study Of SMPN 4 Banjarbaru)	Sekolah, 3 bulan, 4 sesi intervensi	n = 90	Memberikan edukasi untuk mencegah anemia dengan menggunakan media video dan pamflet	16.3	38.5	Terjadi peningkatan skor rata-rata pengetahuan remaja yang signifikan ( $p < 0,000$ )
8	Reni Zuraida dkk, 2020, Indonesia, Quasi Eksperimen	The Effect of Anemia Free Club Interventions to Improve Knowledge and Attitude of Nutritional Iron Deficiency Anemia Prevention among Adolescent Schoolgirls in Bandar Lampung City, Indonesia	Sekolah, 3 bulan, -	n = 102	Memberikan intervensi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja dengan menggunakan media modul edukasi serta mengajak pengajar sekolah untuk memberikan materi tentang gizi kepada pelajar	44.8	79.85	Terjadinya peningkatan skor rata-rata pengetahuan remaja yang signifikan ( $p < 0,001$ )
9	Jurianto Gambir dkk., 2020, Indonesia, Quasi Eksperimen	A nutrition diary-book effectively increase knowledge and adherence of iron tablet consumption among adolescent female students	Sekolah, 2 bulan, -	n = 50	Memberikan media buku harian pada kelompok intervensi	7.08	10.56	Terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan ( $p < 0,05$ )

#### 4.2.1 Negara dan jenis penelitian

Dari sembilan artikel yang telah direview, negara yang digunakan ialah negara berkembang yang terdiri dari Indonesia, India, Iran, Pakistan, dan Palestina. Jenis penelitian yang digunakan ialah studi experiment (intervensi).

#### 4.2.2 Target sasaran

Tujuh dari sembilan artikel yang telah direview melakukan intervensi pada remaja yang berada di sekolah, satu studi yang melakukan intervensi di jalur Gaza, dan satu studi melakukan intervensi pada komunitas wanita.

#### 4.2.3 Durasi intervensi

Rentang waktu durasi yang digunakan selama proses intervensi bervariasi secara signifikan mulai dari 7 hari, 2 minggu, 1 bulan, 2 bulan, 3 minggu dan 6 minggu. Terdapat 3 dari 9 artikel yang menggunakan durasi intervensi 3 bulan dan didapatkan hasil peningkatan yang signifikan pada rata-rata skor pengetahuan setelah dilakukan intervensi.

#### 4.2.4 Efek intervensi terhadap pengetahuan

Berdasarkan tabel 4.1, artikel-artikel yang telah dipilih dan dikumpulkan menjadi satu dokumen sesuai kriteria inklusi dari berbagai sumber *database*, sembilan dari sembilan artikel

menunjukkan adanya perubahan pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media visual, audio visual maupun audio visual dan audio visual

Penelitian yang dilakukan oleh Ayub (2015), memberikan S-L (*service learning*) dengan metode tanya jawab dan media berupa pamflet bergambar dan poster kepada sampel selama 1 bulan didapatkan hasil bahwa adanya peningkatan skor pengetahuan materi tentang penyebab terjadinya IDA (*Iron Deficiency Anaemia*), materi tentang sumber makanan yang mengandung zat besi dan tanda dan gejala anemia terjadi peningkatan skor pengetahuan yang signifikan. Disimpulkan bahwasannya pemberian edukasi dengan menggunakan media pamflet bergambar dan poster efektif digunakan untuk meningkatkan pengetahuan pada sampel (Ayub, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Jalambo (2017) pada remaja putri di Jalur Gaza didapatkan hasil adanya peningkatan signifikan nilai skor pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi selama 3 bulan pada kelompok intervensi. penelitian ini menggunakan metode ceramah dan diskusi serta untuk media yang digunakan dalam pemberian edukasi yaitu poster, *booklet*, brosur, video tentang edukasi gizi dan metode ceramah serta persentasi. selama 3 bulan intervensi terdapat 9 sesi pemberian edukasi yang mana dalam 1 sesi terdiri dari 1 ½ jam. Disimpulkan bahwa media visual poster, brosur, *booklet* dan

video efektif digunakan untuk membantu meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia (Jalambo, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Bandyopadhyay (2017) pada remaja di *One Secondary School Of Singur Block Of Hooghly District, West Bengal* didapatkan hasil adanya perbedaan yang signifikan skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai anemia. Penelitian ini menggunakan metode ceramah dan diskusi serta media visual berupa poster dan *booklet* selama 2 minggu dengan 3 sesi intervensi yang mana 1 sesi terdiri dari 30 menit. Disimpulkan bahwasanya media visual poster dan *booklet* efektif digunakan untuk membantu meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia (Bandyopadhyay, 2017).

Penelitian Gandhi (2019) yang dilakukan pada remaja dari Pallimaghal *high school* dan remaja *Government H.S. School* Ranir Bazar didapatkan hasil adanya peningkatan skor pengetahuan remaja setelah 7 hari diberikan edukasi dengan menggunakan media audio visual berupa video. Pemberian edukasi pada penelitian ini hanya sekali saja selama 45 menit dengan menggunakan metode ceramah dan demonstrasi serta menggunakan media berupa video ajar terstruktur mengenai anemia. Penelitian ini juga mengatakan bahwa, pemberian edukasi dengan menggunakan video pembelajaran terstruktur adalah metode yang efektif dalam membantu

meningkatkan pengetahuan tentang anemia para remaja (Gandhi, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Alami (2019), pada remaja yang menghadiri praktik berbasis komunitas di Gonabad, Iran didapatkan hasil terjadinya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan intervensi selama 1 bulan. Pada penelitian ini, intervensi yang dilakukan selama 1 bulan terdapat 4 sesi yang mana tiap sesinya terdiri dari 2 jam dengan memberikan edukasi menggunakan metode ceramah serta media video dan pamflet. Disimpulkan bahwasannya media visual pamflet dan media audio visual efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja (Alami, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Singh (2019), pada remaja kelas XI sekolah wanita di Delhi didapatkan terjadi peningkatan skor pengetahuan yang signifikan setelah diberikan intervensi selama 6 bulan. Pemberian edukasi kesehatan diberikan dengan menggunakan media berupa *Power Point*, pamflet dan *visual display* seperti sayuran berdaun hijau, biji-bijian berkecambah, buah –buahan, dan gula merah. Pada penelitian ini disimpulkan bahwa pemberian edukasi dengan menggunakan media visual seperti pamflet, PPT, dan *visual display* efektif untuk membantu meningkatkan skor pengetahuan remaja tentang anemia (Singh, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Nurhayani (2019), pada remaja putri di SMPN 4 Banjarbaru didapatkan hasil tiga kelompok yang diberikan intervensi mengalami peningkatan skor pengetahuan yang signifikan. Media yang digunakan pada penelitian ini adalah video dan *booklet*. Pada penelitian ini, sampel dibagi menjadi 3 kelompok, yang mana grup pertama diberikan edukasi dengan menggunakan *booklet* saja, grup kedua diberikan edukasi dengan menggunakan video saja, dan grup ketiga diberikan edukasi menggunakan media *booklet* dan video selama 3 bulan intervensi. Pada penelitian ini disimpulkan bahwasanya kelompok yang menggunakan media visual *booklet*, media audio visual video atau yang menggunakan keduanya efektif untuk meningkatkan skor pengetahuan remaja tentang anemia. Namun untuk hasil yang lebih baik penelitian ini menyimpulkan bahwasanya kelompok yang diberikan media *booklet* dan video paling efektif untuk meningkatkan pengetahuan (Nurhayani, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Zuraida (2020), pada remaja putri dari sekolah menengah atas khusus wanita di kota Bandar Lampung didapatkan hasil adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan yang signifikan setelah 12 minggu intervensi. Media yang digunakan dalam pemberian edukasi anemia berupa modul edukasi gizi. Disimpulkan bahwa modul edukasi efektif digunakan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia (Zuraida, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Gambir, dkk (2020) terhadap remaja SMA di kota Pontianak, didapatkan hasil yang menunjukkan adanya perubahan pengetahuan setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media visual berupa buku *nutrition diary* selama 2 bulan pada kelompok intervensi. Disimpulkan bahwa buku *nutrition diary* efektif digunakan untuk membantu meningkatkan pengetahuan remaja tentang kepatuhan konsumsi tablet Fe agar terhindar dari anemia (Gambir, 2020).

#### 4.3 Pembahasan

Pemberian edukasi tentang anemia kepada remaja dapat menjadi tindakan pencegahan terjadinya anemia, sebuah penelitian membuktikan bahwa pengetahuan rendah mempengaruhi kejadian anemia pada remaja. Media edukasi merupakan alat yang digunakan untuk mempermudah dalam penyampaian informasi (Nurrita, 2018). Media-media visual yang digunakan dalam 9 artikel yang dianalisis ialah buku *nutrition diary*, *booklet*, poster, brosur, pamflet bergambar, *power point*, dan modul edukasi. Sedangkan, untuk media audio visual yang digunakan ialah video.

Dari artikel yang direview terdapat lima dari sembilan artikel yang mengatakan terjadinya peningkatan rata-rata skor pengetahuan setelah diberikan edukasi dengan menggunakan bantuan media visual seperti buku harian, *booklet*, *power point*, *visual display*, poster, pamflet, dan modul edukasi ( $p < 0,05$ ). satu dari sembilan artikel yang mengatakan terjadinya



perubahan rata-rata skor pengetahuan setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media audio visual berupa video ( $p < 0,05$ ). Dan tiga dari sembilan artikel yang mengatakan bahwasannya terjadi perubahan nilai rata-rata skor pengetahuan setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media visual dan audio visual secara bersamaan seperti video, poster, brosur, pamflet dan *booklet* ( $p < 0,05$ ).

Hasil dari sebuah penelitian membuktikan bahwa ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia diantaranya yaitu: kebiasaan sarapan pagi, status gizi, asupan protein, pola konsumsi makanan *inhibitor* penyerapan zat besi, dan lama haid (Jaelani, 2017). Yang pertama adalah kebiasaan sarapan pagi, sarapan pagi yang sering dilewatkan oleh remaja dapat berakibat anemia karena kurangnya energi dan zat gizi yang dikonsumsi (Jaelani, 2017); yang kedua status gizi, pada sebuah penelitian menunjukkan sebanyak 60% ibu dengan status gizi beresiko KEK (kekurangan energi kronis) mengalami anemia ringan (Aguscik, 2019); yang ketiga asupan protein, berperan dalam mengangkut zat besi ke sumsum tulang belakang untuk membentuk hemoglobin baru bila asupan protein kurang maka dapat menyebabkan zat besi tidak sampai ke sumsum tulang belakang dan dapat beresiko terjadinya anemia, sebuah studi menunjukkan bahwa semakin rendah konsumsi asupan protein maka kadar hemoglobin semakin rendah pula (Rahmad, 2017); yang keempat pola konsumsi makanan *inhibitor* penyerapan zat besi, kebiasaan mengkonsumsi *inhibitor* zat besi atau penghambat penyerapan zat besi dapat berpengaruh pada kejadian anemia,

sejalan dengan penelitian yang dilakukan Masthalina (2015) yang membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara faktor *inhibitor* Fe dengan status anemia (Mashtalina, 2015); dan yang terakhir lama haid, penelitian yang dilakukan oleh Jaelani (2017) menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara lama haid dan kejadian anemia pada remaja putri (Jaelani, 2017).

Pemberian edukasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia dapat memberikan efek terhadap perilaku remaja, dengan cukupnya pengetahuan tentang anemia memungkinkan remaja merubah perilaku terhadap pola hidup sehat bebas anemia. Hasil penelitian yang dilakukan Martini (2015) menunjukkan anemia defisiensi zat gizi besi dapat menyebabkan penurunan kemampuan fisik, produktivitas kerja, dan kemampuan berpikir, yang mana dampak anemia terhadap remaja putri ialah penurunan sistem kekebalan tubuh yang membuat remaja putri rentan terkena penyakit, terganggunya pertumbuhan sel tubuh yang dapat menyebabkan pertumbuhan remaja kurang optimal, kurangnya konsentrasi belajar remaja putri yang menyebabkan penurunan prestasi remaja putri, dan berdampak pada fisik yang tampak pucat, lesu dan tidak bersemangat (Martini, 2015).

Efek lain dari pemberian edukasi juga menyebabkan perubahan pola makan remaja, seperti yang diketahui kurangnya konsumsi zat besi remaja dapat disebabkan karena kurangnya informasi dan pengetahuan tentang penyebab anemia. Hal tersebut dapat menjadi faktor utama terjadinya anemia pada remaja. Sebuah penelitian membuktikan pemberian edukasi gizi efektif

meningkatkan rata-rata asupan zat besi pada remaja putri (Marfuah, 2016). Secara tidak langsung pemberian edukasi dapat membuat para remaja sadar akan pentingnya konsumsi zat besi dan dapat terhindar dari kejadian anemia defisiensi zat besi.

Selain dari pemberian edukasi dengan menggunakan media, ada faktor lain juga yang memungkinkan menjadi penyebab terjadinya peningkatan pengetahuan remaja. Menurut Mulyono (2018) ada beberapa macam dari metode pembelajaran, di antaranya metode ceramah, metode demonstrasi, metode diskusi, metode tanya jawab, metode simulasi, metode tugas dan resitasi, metode kerja kelompok, metode *problem solving*, metode sistem regu (*team teaching*), metode latihan (*drill*), dan metode karya wisata (Mulyono, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lubis (2013) membuktikan adanya perubahan skor pengetahuan setelah diberikan edukasi yang menggunakan metode ceramah dan diskusi (Lubis, 2013). Penelitian ini menekankan bahwa bukan media saja yang dapat mempengaruhi peningkatan skor pengetahuan namun metode pembelajaran yang digunakan juga dapat mempengaruhi peningkatan skor pengetahuan.

Sebuah studi mengatakan bahwa ada banyak remaja yang menggunakan ponsel yang untuk menonton konten berupa video, bermain game, dan menggunakan sosial media lainnya. Beberapa survey juga mengungkapkan terjadi perubahan menarik yang mana semakin banyak remaja gemar

menonton video dari *handphone* nya masing-masing. Dengan demikian video menjadi salah satu media audiovisual yang sering ditonton ataupun dilihat oleh kalangan remaja dan dapat dijadikan *platform* edukasi mengenai pencegahan anemia (Rideout, 2019).

Kekurangan dari penggunaan media visual dalam pembelajaran adalah kurangnya penjelasan (detail materi) atau bahkan tanpa adanya penjelasan yang dapat membuat para remaja salah mengartikan materi. Begitu juga dengan audio visual yang mana terkadang suara dari media audio visual tersebut tidak terdengar dengan jelas, untuk itu dibutuhkan pemateri yang dapat menjelaskan materi tentang anemia kepada para remaja (Iman, 2018). Walaupun demikian, penggunaan media visual dan audio visual secara bersamaan menjadikan proses pembelajaran lebih menarik dan tidak membuat remaja jenuh, ditambah dengan penggunaan metode pembelajaran yang tepat oleh pemateri/ peneliti dapat membantu para remaja meningkatkan pengetahuannya tentang anemia setelah diberikan intervensi dengan waktu tertentu (Hasan, 2016).

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian *Literature Review* ini adalah:

1. Terdapat 5 dari 9 artikel membuktikan bahwasanya media visual efektif digunakan untuk membantu meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia
2. Terdapat 1 dari 9 artikel membuktikan video efektif digunakan sebagai media audiovisual yang digunakan untuk membantu meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia
3. Terdapat 3 dari 9 artikel yang membuktikan bahwasanya media visual dan audiovisual efektif digunakan secara bersamaan untuk membantu meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia

#### 5.2 Saran

Untuk peneliti selanjutnya, ketika melakukan penelitian *literature review* dapat menggunakan Diagram PRISMA (*Preferred Reporting Item for Systematic Review and Meta-Analysis*) sebagai protokol penelitian dalam memilih atau mencari artikel yang ingin direview. Untuk institusi pendidikan, yang ingin memberikan edukasi tentang anemia kepada para remaja disarankan untuk menggunakan media visual dan audiovisual secara bersamaan sebagai alat yang mempermudah dalam proses belajar mengajar.

Bagi pihak Dinas Kesehatan, disarankan untuk dapat mengembangkan media visual seperti poster, pamflet, brosur dan *booklet* serta media audiovisual seperti video sebagai penyalur edukasi tentang anemia agar dapat membantu para remaja untuk lebih mengenal tentang anemia serta dapat menjadi tindakan pencegahan anemia pada remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aguscik, R. (2019). Pengaruh Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Daerah Endemik Malaria Kota Bengkulu. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 14(2), 96–99. <https://doi.org/10.36086/jpp.v14i2.417>
- Alami, A. (2019). The effect of educational intervention on iron and vitamin D consumption based on the theory of planned behaviour in Iranian adolescent girls: a quasi-experimental study. *International Journal of Health Promotion and Education*, 57(6), 316–331. <https://doi.org/10.1080/14635240.2019.1632732>
- Ariani, A. P. (2017). Ilmu Gizi. In *Nuha Medika* (pertama). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ayub, R. A. (2015). Improving health literacy of women about iron deficiency anemia and civic responsibility of students through service learning. *Education for Health: Change in Learning and Practice*, 28(2), 130–137. <https://doi.org/10.4103/1357-6283.170122>
- Azhari, N. H. (2018). *Film Dokumenter Expository “Wakaf Cahaya.”*
- Bandyopadhyay, L. (2017). Intervention For Improvement Of Knowledge On Anemia Prevention: A School-Based in A Rural Area Of West Bengal. *International Journal of Health & Allied Sciences*, 7(3), 145–150. <https://doi.org/10.4103/ijhas.IJHAS>
- Chairunnisa, O. (2019). Perbedaan Kadar Hemoglobin Pada Santriwati Dengan Puasa Daud, Ngrowot dan Tidak Berpuasa Di Pondok Pesantren Temanggung Jawa Tengah. *Journal of Nutrition College*, 8, 58–64.
- Damanik, E. N. (2019). Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Dengan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswi SMA Swasta Trisakti Lubuk Pakam. In *Ayan* (Vol. 8).
- Edison, E. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil*. 4(2). <https://doi.org/10.31227/osf.io/pd53t>
- Fauziah, D. I. (2019). Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Media Sampul Buku Terhadap Pengetahuan Sikap tentang Anemia Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7, 695–699.
- Februhartanty, J. (2016). *Gizi dan Kesehatan Remaja* (pertama). Jakarta: SEAMEO RECFON.
- Fitriani, S. D. (2019). Penyuluhan Anemia Gizi Dengan Media Motion Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 97–104.
- Fitriany, J. (2018). Anemia Defisiensi Besi. *Kesehatan Masyarakat*, 4(1202005126), 1–30.

- Fuaidah, A. (2019). *Efektivitas Pemberian Penyuluhan Dengan Metode Audio Visual Tentang Pengetahuan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri Di SMP N 2 Ungaran Kab. Semarang*. 8(5), 55.
- Gambir, J. (2020). A nutrition diary-book effectively increase knowledge and adherence of iron tablet consumption among adolescent female students. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 8(2), 87. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2020.8\(2\).87-92](https://doi.org/10.21927/ijnd.2020.8(2).87-92)
- Gandhi, S. (2019). Effectiveness of Video Teaching Programme on Knowledge about Anaemia among Countryside Children with Anaemia. *International Journal of Nursing Education*, 11(4), 144. <https://doi.org/10.5958/0974-9357.2019.00107.7>
- Hartini. (2017). Perkembangan Fisik dan Body Image Remaja. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(2), 27. <https://doi.org/10.29240/jbk.v1i2.329>
- Hasan, H. (2016). Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Ketuntasanbelajar Ips Materi Perkembangan Teknologi Produksi, Komunikasi, Dan Transportasi Pada Siswa Kelas IV Sd Negeri 20 Banda Aceh. *Jurnal Pesona Dasar*, 3(4), 22–33.
- Hasdianah. (2017). Patologi dan patofisiologi penyakit. In *Nuha Medika* (kedua). Yogyakarta.
- Iman, Z. I. (2018). *Penggunaan Media Visual Dalam Peningkatan Kemampuan Melaksanakan Shalat Fadhu Di MI Muhammadiyah Pancasila*.
- Jaelani, M. (2017). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 78–90. <https://doi.org/10.36741/jna.v12i2.78>
- Jalambo, M. O. (2017). Improvement in Knowledge, Attitude and Practice of Iron Deficiency Anaemia among Iron-Deficient Female Adolescents after Nutritional Educational Intervention. *Global Journal of Health Science*, 9(7), 15. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v9n7p15>
- Kaimudin, N. (2017). Skrining dan Determinan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMA Negeri 3 Kendari Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 2(6), 185793.
- Kemenkes RI. (2017). Infodatin Reproduksi Remaja Ed Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja. *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*, pp. 2442–7659.
- Kemenkes RI. (2018). Pesan Untuk Remaja Putri Indonesia. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/article/view/18112300003/pesan-untuk-remaja-putri-indonesia-cantik-itu-sehat-bukan-kurus.html>



- Laksmita, S. (2018). *Hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kejadian anemia di kabupaten tanggamus*. *XIV*(1), 104–107.
- Lathifah, A. (2016). Media Televisi Sebagai Sumber Data. In *American Journal of Orthodontics and Dentofacial Orthopedics* (Vol. 20).
- Lestari, N. T. (2017). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta.
- Lubis, Z. S. (2013). *Pengaruh Penyuluhan Dengan Metode Ceramah dan Diskusi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Anak Tentang PHBS Di Sekolah Dasar Negeri 065014 Kelurahan Namogajah Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2013*. *3*(2252), 58–66. Retrieved from <http://www.tjyybjb.ac.cn/CN/article/downloadArticleFile.do?attachType=PDF&id=9987>
- Mahnun, N. (2012). Media Pembelajaran (Kajian terhadap Langkah-langkah Pemilihan Media dan Implementasinya dalam Pembelajaran). *An-Nida'*, *37*(1), 27–35.
- Marfuah, D. (2016). The Effectiveness of Nutrition Education on Improving Iron Intake in Teenage Daughter. *Profesi*, *14*(1), 5–9.
- Mariza, A. (2016). Hubungan Pendidikan Dan Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Bps T Yohan Way Halim Bandar Lampung Tahun 2015. *Kesehatan Holistik*, *10*(1), 5.
- Martini. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di MAN 1 Metro. *Kesehatan Metro Sai Wawai*, *1*(1), 13–19.
- Maryanti, H. (2014). *Pemanfaatan Laboratorium Bahasa Dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia SMA Negeri 1 Kepahiang*. *9*(4), 71–77.
- Mashtalina, H. (2015). *Pola Konsumsi (Faktor Inhibitor dan Encancher Fe) dan Status Anemia Remaja Putri*.
- Metro, U. S. J. siwo. (2014). Media Pendidikan: Peran dan Fungsinya dalam Pembelajaran. *Jurnal Tarbiyah*, *11*(1), 131–144.
- Mulyono. (2018). Strategi Pembelajaran Di Abad Digital. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53).
- Nurhayani, S. (2019). The effect of edutainment usage on improving knowledge, attitudes, balanced nutrition fulfilling behavior in the prevention of anemia and changes in hemoglobin levels in adolescent girl (case study of SMPN 4 banjarbaru). *Indian Journal of Public Health Research and Development*, *10*(8), 1435–1440. <https://doi.org/10.5958/0976-5506.2019.02100.4>
- Nurrita, T. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Journal of Physics: Conference Series*, *1321*(2), 171–

187. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1321/2/022099>

- Pradiyadnya, I. W. R. (2018). Anemia Defisiensi Besi. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 4(2), 1. <https://doi.org/10.29103/averrous.v4i2.1033>
- Priyanto, L. D. (2018). The Relationship of Age, Educational Background, and Physical Activity on Female Students with Anemia. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(2), 139. <https://doi.org/10.20473/jbe.v6i22018.139-146>
- Pudyaningrum, P. E. (2013). Pengaruh Penyuluhan Mengenai Preeklamsia Terhadap Tingkat Pengetahuan pada Kader Posyandu di Kota Semarang. *Jurnal Media Medika Muda*, 1.
- Purwanto, C. (2016). Analisis kesulitan Mahasiswa Dalam Memahami Grafik pada Perkuliahan Fisika Dasar Jurusan Fisika Universitas Negeri Semarang. 73.
- Rahmad, A. H. Al. (2017). Pengaruh Asupan Protein dan Zat Besi (Fe) terhadap Kadar Hemoglobin pada Wanita Bekerja. *Jurnal Kesehatan*, VIII(3), 321–325.
- Rideout, V. (2019). The Common Sense Census: Media Use By Tweens and Teens. *Common Sense Media*, 1–104.
- Rohim, A. (2018). Perbedaan Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri Setelah Diberi Pendidikan Dengan Metode Ceramah Tanpa Media dan Ceramah Dengan Media Buku Cerita. (14), 63–65.
- Singh, M. (2019). Knowledge, Attitude and Practice Change about Anemia after Intensive Health Education among Adolescent School Girls of Delhi: An Intervention Study. *International Journal of Medicine and Public Health*, 9(3), 71–73. <https://doi.org/10.5530/ijmedph.2019.3.18>
- Subarkah, A. K. (2018). *Metode Belajar Dengan Menggunakan Audio*. Retrieved from [http://eprints.umsida.ac.id/1255/1/ICT Audio.pdf](http://eprints.umsida.ac.id/1255/1/ICT%20Audio.pdf)
- Suharti. (2019). *Penuntun Diet dan Terapi Gizi* (4th ed.). Jakarta.
- Sulisyowati, A. M. (2019). Pengaruh Penyuluhan dan Media Poster Tentang Anemia Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pada Santriwati (Studi Di Pondok Pesantren Al-Bisyri Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 7.
- Susanti, & Zulfiana, A. (2016). *Jenis – Jenis Media Dalam Pembelajaran*. 1–16.
- Susilawati, E. (2018). *Pengembangan Media Poster Sebagai Suplemen Pembelajaran Fisika Materi Tata Surya Pada Siswa SMP Kelas VII*.
- Theodora, N. (2013). Studi Tentang Ragam Bahasa Gaul Di Media Elektronika

- Radio Pada Penyiar Memora-FM Manado. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 01(01), 1689–1699.
- Waluyo, D. (2018). *the Effect of Nutrition Education of Anemia Among Improvement of Knowledge in Adolescents*. (3), 301–306.
- Yadav, P. (2018). *A Study to Assess The Effectiveness of Video Assisted Teaching on Knowledge Regarding Anemia Among The Young Adolescent Girls Between (16-18 Years) of Age Group at Selected PU College at Hassan*.
- Yunita, L. (2014). Pemetaan Peta Ponsel Untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa Tentang Konsep Senyawa Hidrokarbon. *Edusains*, 6(1), 2–8. Retrieved from <http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/edusains/article/download/1094/972>
- Yusoff, H. (2012). Nutrition Education and Knowledge , Attitude and Hemoglobin Status of. *Universiti Sains Malaysia*, 43(1), 192–200.
- Yuswanti. (2014). Penggunaan Media Gambar Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Pembelajaran IPS Di Kelas IV SD PT . Lestari Tani Teladan ( LTT ) Kabupaten Donggala. *Jurnal Kreatif Tadulako Online*, 3(4), 185–199. Retrieved from [jurnal.untad.ac.id](http://jurnal.untad.ac.id)
- Zuraida, R. (2020). The effect of anemia free club interventions to improve adolescent dietary intakes in Bandar Lampung city, Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 8, 145–149. <https://doi.org/10.3889/OAMJMS.2020.4168>



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI**  
**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU**

Jalan Indragiri No. 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225  
Telepon: (0736) 341212 Faximile (0736) 21514, 25343  
website: www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id, email: poltekkes26bengkulu@gmail.com



20 April 2021

Nomor : : DM. 01.04/...~~1088~~.../2/2021  
Lampiran : -  
Hal : **Izin Penelitian**

Yang Terhormat,  
**Kepala Unit Perpustakaan Poltekkes Kemenkes Bengkulu**  
di  
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Skripsi bagi Mahasiswa Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2020/2021, maka bersama ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data kepada:

Nama : Azzahra Nur Fadhilah  
NIM : P05130217007  
Program Studi : Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan  
No Handphone : 082282149747  
Tempat Penelitian : Perpustakaan Poltekkes Kemenkes Bengkulu  
Waktu Penelitian : 1 bulan  
Judul : Efektivitas Media Edukasi Anemia Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Dalam Pencegahan Anemia: Literature Review

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

an. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu  
Wakil Direktur Bidang Akademik,



Ns. Agung Riyadi, S.Kep., M.Kes  
NIP.196810071988031005

Tembusan disampaikan kepada:



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU  
JURUSAN GIZI PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN  
DIETETIKA



*Jalan IndraGiri No.3 Padang Harapan Bengkulu*

**LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI**

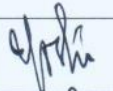
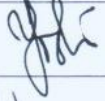


Pembimbing I : Dr. Betty Yosephin, SKM., MKM

Nama : Azzahra Nur Fadhillah

Nim : P0 5130217 007

Judul : Efektivitas Media Edukasi Anemia Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Dalam Pencegahan Anemia: *Literature Review*

No	Tanggal	Konsultasi	Saran Perbaikan	Paraf
1	21-09-2020	Kesediaan menjadi pembimbing	Bersedia	
2	25-09-2020	Konsultasi judul proposal skripsi	Mengambil penelitian <i>literature review</i>	
3	02-11-2020	BAB I	Revisi latar belakang dan tujuan penelitian	
4	05-01-2021	BAB II	Revisi menambahkan sumber pustaka	
5	06-01-2021	BAB III	Revisi kriteria inklusi dan eksklusi	
6	11-01-2021	BAB I, II, III	Perbaiki penulisan	
7	13-01-2021	Halaman persetujuan	ACC ujian proposal	
8	25-01-2021	Revisi Proposal Skripsi	ACC penelitian	
9	01-03-2021	Penelitian	Melanjutkan penelitian	
10	30-03-2021	Konsultasi BAB IV	Menambahkan tabel dan memperjelas pembahasan	

11	13-04-2021	Konsultasi BAB V	Revisi kesimpulan dan saran	
12	16-04-2021	Konsultasi Skripsi	Perbaiki penulisan	
13	20-04-2021	Halaman persetujuan	ACC ujian hasil	
14	03-06-2021	Revisi Skripsi	ACC Skripsi	

**Pembimbing I**



**Dr. Betty Yosephin, SKM., MKM**

**NIP.197309261997022001**



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU  
JURUSAN GIZI PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN  
DIETETIKA







*Jalan IndraGiri No.3 Padang Harapan Bengkulu*

**LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI**

Pembimbing II : Miratul Haya, SKM., M. Gizi  
Nama : Azzahra Nur Fadhillah  
Nim : P0 5130217 007  
Judul : Efektivitas Media Edukasi Anemia Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Dalam Pencegahan Anemia: *Literature Review*

No	Tanggal	Konsultasi	Saran Perbaikan	Paraf
1	21-09-2020	Kesediaan menjadi pembimbing	Bersedia	
2	22-09-2020	Konsultasi judul proposal skripsi	Mengambil penelitian <i>literature review</i>	
3	30-11-2020	Konsultasi BAB I	Menekankan pada tata cara penulisan yang benar	
4	08-01-2021	Konsultasi BAB II	Memperbaiki poin-poin pada metode penelitian	
5	11-01-2021	Konsultasi BAB III	Memperbaiki metode penelitian dan desain penelitian	
6	13-01-2021	Konsultasi BAB I, II, III	Memperbaiki penulisan	
7	14-01-2021	Halaman persetujuan	ACC ujian proposal	
8	01-02-2021	Revisi proposal skripsi	Perbaiki sesuai saran penguji	
9	01-03-2021	Penelitian	Melanjutkan penelitian	
10	06-04-2021	Konsultasi BAB IV	Menambahkan tabel dan memperjelas pembahasan	

11	14-04-2021	Konsultasi BAB V	Revisi kesimpulan dan saran	
12	19-04-2021	Konsultasi BAB IV dan BAB V	Perbaiki penulisan	
13	20-04-2021	Halaman persetujuan	ACC ujian hasil	
14	03-06-2021	Revisi Skripsi	ACC Skripsi	

**Pembimbing II**



**Miratul Haya, SKM., M. Gizi**  
**NIP. 197308041997032003**