

Pengaruh Media Edukasi Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMPN 1 Duapitue

Nur Tri Wahyuni. Js¹, Makhrajani Majid², Henni Kumaladewi Hengky³, Fitriani Umar⁴

^{1,2,3,4} Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Parepare, Indonesia
e-mail: Nurtriwahyuni.js@gmail.com

Abstrak

Anemia merupakan masalah kesehatan yang banyak terjadi pada remaja, khususnya remaja putri, yang rentan mengalami anemia akibat kehilangan darah saat menstruasi, diet ketat, serta meningkatnya kebutuhan zat gizi selama pertumbuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media edukasi video terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN 1 Duapitue. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi-experimental pretest-posttest control group. Sampel berjumlah 98 remaja putri, terdiri atas 49 responden kelompok video dan 49 responden kelompok leaflet. Kelompok video menerima edukasi audiovisual sebanyak tiga kali selama dua minggu, sedangkan kelompok leaflet menerima media edukasi leaflet sebanyak satu kali. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan, sikap, dan perilaku sebelum dan sesudah intervensi. Analisis menggunakan uji Wilcoxon, Mann-Whitney, dan uji parametrik sesuai distribusi data. Rata-rata pengetahuan kelompok video meningkat dari 9,22 menjadi 14,71 ($\Delta=5,49$), sikap dari 33,33 menjadi 35,37 ($\Delta=2,04$), dan perilaku dari 29,63 menjadi 30,20 ($\Delta=0,57$). Perbedaan peningkatan antara kelompok video dan leaflet bermakna pada pengetahuan ($p<0,001$), sikap ($p=0,023$), dan perilaku ($p=0,011$). Temuan ini menunjukkan bahwa kelompok video mengalami peningkatan skor yang lebih besar daripada kelompok leaflet selama periode penelitian, meskipun perubahan perilaku relatif kecil.

Kata kunci: Media Edukasi Video; Anemia; Pengetahuan; Sikap; Perilaku; Remaja Putri

Abstract

Anemia is a prevalent health issue among adolescents, particularly adolescent girls, who are susceptible due to menstrual blood loss, restrictive diets, and increased nutritional needs during growth. This study aimed to determine the impact of video-based educational media on improving knowledge, attitudes, and anemia-prevention behaviors among adolescent girls at SMPN 1 Duapitue. A quantitative method with a quasi-experimental pretest-posttest control group design was employed. The sample consisted of 98 adolescent girls, divided into a video group (49 respondents) and a leaflet group (49 respondents). The video group received audiovisual education three times over two weeks, while the leaflet group received educational leaflets once. Data were collected using questionnaires assessing knowledge, attitudes, and behaviors before and after the intervention. Analysis involved Wilcoxon and Mann-Whitney tests, as well as parametric tests based on data distribution. Mean scores in the video group increased from 9.22 to 14.71 ($\Delta=5.49$) for knowledge, from 33.33 to 35.37 ($\Delta=2.04$) for attitudes, and from 29.63 to 30.20 ($\Delta=0.57$) for behaviors. Significant differences in improvement were observed between the video and leaflet groups regarding knowledge ($p<0.001$), attitudes ($p=0.023$), and behaviors ($p=0.011$). These findings indicate that the video group experienced greater score improvements than the leaflet group during the study period, although the change in behavior was relatively small.

Keywords: Educational Video Media; Anemia; Knowledge; Attitude; Behavior; Adolescent Girls

1. PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan global yang banyak terjadi pada remaja, terutama remaja putri (Nisa et al., 2025). World Health Organization (WHO) mendefinisikan anemia sebagai kondisi kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah batas normal, sehingga menurunkan kapasitas darah dalam mengangkut oksigen ke seluruh tubuh (Appulembang, 2024).

Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia akibat kehilangan darah melalui menstruasi setiap bulan, diet ketat untuk mencapai standar kecantikan, serta

peningkatan kebutuhan gizi untuk mendukung pertumbuhan fisik yang cepat (Yunita et al., 2023). Anemia dapat menimbulkan dampak jangka pendek berupa penurunan produktivitas, kebugaran, dan daya tahan tubuh, serta dampak jangka panjang berupa peningkatan risiko komplikasi kehamilan seperti perdarahan, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), dan kelahiran prematur, yang selanjutnya meningkatkan risiko stunting, Angka Kematian Ibu (AKI), dan Angka Kematian Bayi (AKB) (Hafni Zahara & Maula Habna, 2025).

WHO melaporkan prevalensi anemia global pada perempuan usia ≥ 15 tahun mencapai 28%, dengan kawasan Asia Tenggara sebagai wilayah prevalensi tertinggi (42%) (Marfiah et al., 2023). Kementerian Kesehatan RI tahun 2024 melaporkan sekitar 32% remaja usia 15-24 tahun di Indonesia mengalami anemia (Ilmawati et al., 2025), sementara Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat prevalensi anemia nasional sebesar 16,2%, lebih tinggi pada perempuan (18%) dibandingkan laki-laki (14,4%) (Fadilah et al., 2025). Sulawesi Selatan mencatat prevalensi anemia remaja putri sebesar 34,5% (Nisma Nurkalisa, Aznia Syam, 2024), dengan tren meningkat dari 33,7% pada 2020 menjadi 37,1% pada 2023 menurut Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan (Puli et al., 2025).

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Sidenreng Rappang tahun 2025 mencatat 442 remaja putri (10,44%) mengalami anemia, dengan 98 kasus baru (3,15%) pada periode Januari-Maret 2026. Pada periode yang sama, data Puskesmas Tanrutedong menunjukkan bahwa 1.592 remaja putri telah menjalani skrining dan 410 orang (25,75%) teridentifikasi mengalami anemia, sebagian besar dalam kategori ringan. Di SMPN 1 Duapitue, sebanyak 24 dari 112 siswi (21,43%) yang menjalani skrining pada bulan Januari terdeteksi mengalami anemia dan jumlah tersebut dilaporkan tetap hingga bulan Maret. Sumber data dan periode skrining ini menunjukkan adanya masalah anemia di lokasi penelitian. Survei awal juga menunjukkan bahwa sebagian siswi tidak mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang dibagikan, sedangkan wawancara dengan siswi kelas VIII berusia 13-14 tahun menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan anemia masih perlu ditingkatkan serta belum pernah memperoleh edukasi khusus mengenai anemia.

Tingkat pengetahuan mengenai anemia merupakan faktor penting yang memengaruhi perilaku pencegahan anemia pada remaja putri (Andriyanti & Handayani, 2026). Pengetahuan yang rendah dapat menyebabkan kurangnya kesadaran untuk melakukan tindakan pencegahan, seperti mengonsumsi makanan kaya zat besi, menjaga pola makan sehat, dan mengonsumsi tablet tambah darah (Safitri et al., 2026). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa remaja putri yang belum memahami anemia dengan baik cenderung tidak melakukan tindakan pencegahan sehingga merasakan dampak seperti pusing dan mata berkunang-kunang, dan risiko anemia akan terus meningkat apabila kondisi tersebut berlanjut (Tina Yuli Fatmawati, Andicha Gustra Jeki, Nel Efni, 2025).

Program pendidikan kesehatan merupakan strategi efektif untuk meningkatkan pemahaman dan sikap remaja mengenai anemia (Erlin Ismawati, 2025), dengan berbagai media seperti leaflet, poster, slide, dan video edukasi. Media video, khususnya yang bersifat audiovisual, terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku karena merangsang indera pendengaran dan penglihatan secara simultan (Purwiningsih & Purnama, 2023), serta mampu menarik perhatian, meningkatkan imajinasi dan kemampuan berpikir kritis, serta mendorong keterlibatan aktif peserta didik (Fitria Wahyu Ariyanti, Ika Suhartanti, Dwiharini Puspitaningsih, Mujiadi, 2025). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa edukasi berbasis video efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia (Hutasoet et al., 2023), terutama bagi remaja dengan gaya belajar visual yang mudah kehilangan fokus pada metode pembelajaran monoton (Nadia TaryzaFitri, Tuti Meihartati, Widya Astutik, 2025), serta video animasi yang mengombinasikan unsur visual, audio, dan narasi mampu mendorong perubahan perilaku kesehatan (Linggardini & Amalia, 2026).

Meskipun berbagai penelitian membuktikan efektivitas media audiovisual dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh media edukasi video pada tingkat sekolah menengah pertama masih terbatas, dan belum terdapat penerapan media edukasi video secara terstruktur di SMPN 1 Duapitue, Kabupaten Sidenreng Rappang. Berdasarkan uraian tersebut,

penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media edukasi video terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN 1 Duapitue.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperimen menggunakan pendekatan pretest-posttest control group design, yang melibatkan kelompok intervensi (diberikan media edukasi video) dan kelompok kontrol (diberikan media edukasi leaflet). Kedua kelompok diberikan pengukuran awal (pretest), kemudian pengukuran akhir (posttest) setelah pemberian media edukasi untuk mengetahui perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan anemia. Penelitian dilaksanakan di SMPN 1 Duapitue, Kecamatan Duapitue, Kabupaten Sidenreng Rappang pada bulan Juni-Agustus 2026, dengan pretest dilaksanakan pada 17 Juli dan posttest pada 3 Agustus 2026.

Populasi penelitian terdiri atas 130 siswi kelas VIII SMPN 1 Duapitue. Besar sampel dihitung menggunakan rumus Slovin dengan margin of error 5% dan diperoleh 98 responden yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Kriteria inklusi meliputi siswi kelas VIII berusia 13–14 tahun, bersedia menjadi responden, memiliki telepon seluler, mampu membaca dan menulis, serta mengikuti seluruh rangkaian penelitian dari pretest hingga posttest. Sebanyak 98 responden dari kelas VIII A–G dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok video dan kelompok leaflet, masing-masing terdiri atas 49 responden. Pembagian kelompok dilakukan dengan membagi siswi pada setiap kelas menjadi dua kelompok, sehingga kedua kelompok berasal dari kelas yang sama.

Variabel independen adalah media edukasi, yaitu video animasi clay 3D berjudul “Kenali Anemia, Raih Prestasi” berdurasi 2–3 menit. Materi mencakup pengertian, tanda dan gejala, penyebab dan dampak anemia, zat besi heme dan non-heme, serta upaya pencegahan anemia. Video diberikan sebanyak tiga kali selama dua minggu masa intervensi. Kelompok pembandingan menerima media edukasi leaflet sebanyak 1 kali. Variabel dependen meliputi pengetahuan yang diukur menggunakan kuesioner pilihan ganda sebanyak 15 item, sikap menggunakan skala Likert 1–4 sebanyak 10 item, dan perilaku pencegahan anemia menggunakan skala Likert 1–4 sebanyak 10 item. Seluruh variabel diukur sebelum dan sesudah intervensi.

Instrumen penelitian diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum digunakan pada penelitian utama. Uji instrumen dilakukan pada responden yang berbeda dari sampel penelitian utama. Item kuesioner dinyatakan valid apabila nilai r hitung $> r$ tabel sebesar 0,444 pada $\alpha = 0,05$, sedangkan reliabilitas ditentukan berdasarkan nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,60$. Hasil uji menunjukkan bahwa seluruh item kuesioner pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan anemia memenuhi kriteria validitas. Nilai Cronbach's Alpha masing-masing sebesar 0,933 untuk pengetahuan, 0,848 untuk sikap, dan 0,922 untuk perilaku, sehingga seluruh instrumen dinyatakan valid dan reliabel untuk digunakan pada penelitian utama yang melibatkan 98 siswi SMPN 1 Duapitue berusia 13–14 tahun, terdiri atas 49 responden kelompok video dan 49 responden kelompok leaflet.

Analisis data meliputi analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik dan distribusi variabel, serta analisis bivariat untuk menguji pengaruh media edukasi terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan anemia. Uji normalitas data gain menggunakan Shapiro-Wilk untuk menentukan penggunaan uji parametrik atau non-parametrik. Perbedaan skor pretest-posttest pada masing-masing kelompok diuji menggunakan Paired Sample t-test (data berdistribusi normal) atau Wilcoxon Signed-Rank Test (data tidak berdistribusi normal), sedangkan perbedaan antara kelompok intervensi dan kontrol diuji menggunakan Independent Sample t-test atau Mann-Whitney U Test, dengan hubungan dinyatakan bermakna secara statistik apabila nilai $p < 0,05$.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil Penelitian

SMP Negeri 1 Duapitue berlokasi di Kecamatan Duapitue, Kabupaten Sidenreng Rappang, Provinsi Sulawesi Selatan, yang memiliki luas wilayah 1.102,10 km² dengan jumlah penduduk 338.220 jiwa. Sekolah ini merupakan salah satu SMP negeri tertua dan memiliki jumlah siswa terbanyak di Kecamatan Duapitue, serta aktif menyelenggarakan berbagai kegiatan edukasi dan penyuluhan kesehatan bagi peserta didik. Penelitian dilaksanakan terhadap 98 siswi, dengan data diolah menggunakan aplikasi SPSS versi 27 dan disajikan dalam bentuk tabel serta narasi berikut.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok, Kelas, dan Umur di SMPN 1 Duapitue

Karakteristik	n	%
Kelompok		
Video	49	50,0
Leaflet	49	50,0
Kelas		
VIII A	16	16,3
VIII B	23	23,5
VIII C	17	17,3
VIII D	17	17,3
VIII E	13	13,3
VIII F	6	6,1
VIII G	6	6,1
Umur		
13 Tahun	75	76,5
14 Tahun	23	23,5
Total	98	100,0

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 1, jumlah responden pada kelompok video dan kelompok leaflet masing-masing sebanyak 49 orang (50,0%). Responden terbanyak berasal dari kelas VIII B (23 orang; 23,5%), sedangkan yang paling sedikit dari kelas VIII F dan VIII G (masing-masing 6 orang; 6,1%). Berdasarkan umur, sebagian besar responden berusia 13 tahun (75 orang; 76,5%), sedangkan sisanya berusia 14 tahun (23 orang; 23,5%).

Tabel 2. Perbandingan Skor Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Pencegahan Anemia Kelompok Video dan Leaflet Sebelum Intervensi (Pretest)

Variabel	Video (Mean±SD)	Leaflet (Mean±SD)	P
Pengetahuan	9,22±2,02	10,06±2,55	0,075
Sikap	33,33±3,98	33,20±3,98	0,879
Perilaku	29,63±3,83	28,92±4,72	0,412

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 2, tidak terdapat perbedaan skor pengetahuan, sikap, dan perilaku yang bermakna secara statistik antara kelompok video dan leaflet sebelum intervensi ($p > 0,05$ untuk seluruh variabel).

Tabel 3. Perbedaan Skor Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Pencegahan Anemia Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Kelompok Video dan Leaflet

Variabel	Kelompok	Pretest (Mean $\pm$ SD)	Posttest (Mean $\pm$ SD)	Δ	p
Pengetahuan	Video	9,22 $\pm$ 2,02	14,71 $\pm$ 0,50	5,49	<0,001 ^a
	Leaflet	10,06 $\pm$ 2,55	13,41 $\pm$ 1,26	3,35	<0,001 ^a
Sikap	Video	33,33 $\pm$ 3,98	35,37 $\pm$ 2,96	2,04	<0,001 ^b
	Leaflet	33,20 $\pm$ 3,98	34,61 $\pm$ 2,81	1,41	<0,001 ^b
Perilaku	Video	29,63 $\pm$ 3,83	30,20 $\pm$ 3,58	0,57	<0,001 ^b
	Leaflet	28,92 $\pm$ 4,72	29,10 $\pm$ 4,51	0,18	0,021 ^b

Sumber: Data Primer, 2026. ^a Paired Samples t-test; ^b Wilcoxon Signed-Rank

Berdasarkan Tabel 3, skor pengetahuan, sikap, dan perilaku meningkat secara statistik pada kedua kelompok. Pada kelompok video, peningkatan pengetahuan sebesar 5,49, sikap sebesar 2,04, dan perilaku sebesar 0,57. Pada kelompok leaflet, peningkatan pengetahuan sebesar 3,35, sikap sebesar 1,41, dan perilaku sebesar 0,18. Hasil ini menunjukkan bahwa kedua media diikuti oleh perubahan skor, tetapi besar perubahan pada kelompok video lebih tinggi. Interpretasi perubahan perilaku perlu dilakukan secara hati-hati karena peningkatannya relatif kecil dan pengukuran dilakukan melalui kuesioner dalam periode intervensi yang singkat.

Tabel 4. Pengaruh Media Edukasi Video dan Leaflet terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri

Variabel	Δ Video	Δ Leaflet	p
Pengetahuan	5,49 $\pm$ 1,804	3,35 $\pm$ 1,921	<0,001 ^a
Sikap	2,04	1,41	0,023 ^b
Perilaku	0,57	0,18	0,011 ^b

Sumber: Data Primer, 2026. ^a Independent Samples t-test; ^b Mann-Whitney U

Berdasarkan Tabel 4, peningkatan skor pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan anemia pada kelompok video secara statistik signifikan lebih tinggi dibandingkan kelompok leaflet, dengan nilai p masing-masing <0,001; 0,023; dan 0,011.

3.2. Pembahasan

Sampel penelitian terdiri dari 98 remaja putri berusia 13-14 tahun, yang termasuk dalam masa remaja awal, yaitu periode transisi dengan perubahan fisik dan psikologis yang cepat, sejalan dengan definisi WHO mengenai masa remaja. Pada remaja putri, perubahan tersebut disertai menstruasi yang menyebabkan kehilangan darah dan zat besi, sehingga kebutuhan zat besi perlu diperhatikan dalam upaya pencegahan anemia. Dalam kaitannya dengan perilaku kesehatan, teori Lawrence Green menjelaskan bahwa perilaku dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor penguat, yang ketiganya berkaitan dengan terbentuknya perilaku pencegahan anemia pada remaja (Eka Maulana Nurzannah, Yulita Nengsih, Nurhidayah, 2025).

1. Pengaruh Media Edukasi Video terhadap Peningkatan Pengetahuan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri meningkat setelah diberikan edukasi baik melalui video maupun leaflet. Pada kelompok video, skor pengetahuan meningkat dari $9,22 \pm 2,02$ menjadi $14,71 \pm 0,50$ dengan peningkatan sebesar 5,49, sedangkan pada kelompok leaflet meningkat dari $10,06 \pm 2,55$ menjadi $13,41 \pm 1,26$ dengan peningkatan sebesar 3,35. Peningkatan dalam masing-masing kelompok bermakna secara statistik ($p < 0,001$), dan perbedaan peningkatan antara kelompok video dan leaflet juga bermakna ($p < 0,001$). Hal ini menunjukkan bahwa kedua media dapat meningkatkan pengetahuan, tetapi peningkatan skor pada kelompok video lebih besar. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan penyajian video yang menggabungkan unsur visual dan audio secara terstruktur sehingga materi mengenai anemia dan pencegahannya lebih mudah dipahami dan diingat oleh responden.

Menurut Notoatmodjo, pengetahuan diperoleh melalui proses penginderaan, terutama melalui indera penglihatan dan pendengaran. Media video dalam penelitian ini menyampaikan materi melalui perpaduan gambar, tulisan, suara, dan narasi, sehingga informasi dapat diterima melalui kedua indera tersebut sekaligus. Hal ini sejalan dengan teori Lawrence Green yang menempatkan pengetahuan sebagai salah satu faktor predisposisi dalam perilaku kesehatan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Higa, Limbu, dan Regaletha (2024) yang menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah pemberian pendidikan kesehatan berbasis video pada siswa SMP ($p < 0,05$). Peningkatan yang lebih besar pada kelompok video diduga berkaitan dengan karakteristik penyampaian audiovisual serta pengulangan materi sebanyak tiga kali selama intervensi, dibandingkan leaflet yang dipelajari secara mandiri dalam bentuk tertulis (Keni Novanto Mira Higa).

2. Pengaruh Media Edukasi Video terhadap Peningkatan Sikap

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap remaja putri mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi melalui video maupun leaflet. Skor sikap pada kelompok video meningkat dari $33,33 \pm 3,98$ menjadi $35,37 \pm 2,96$ dengan peningkatan sebesar 2,04, sedangkan kelompok leaflet meningkat dari $33,20 \pm 3,98$ menjadi $34,61 \pm 2,81$ dengan peningkatan sebesar 1,41. Perubahan sikap pada kedua kelompok bermakna secara statistik ($p < 0,001$), sedangkan perbedaan besar peningkatan antara kelompok video dan leaflet juga bermakna ($p = 0,023$). Namun, skor posttest sikap antara kedua kelompok tidak menunjukkan perbedaan yang bermakna. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan yang ditemukan terutama terlihat pada besar perubahan skor, bukan pada perbedaan skor akhir. Peningkatan tersebut dapat berkaitan dengan pemberian informasi yang membantu responden memahami pentingnya pencegahan anemia dan membentuk penilaian yang lebih positif terhadap upaya pencegahannya.

Menurut Notoatmodjo, sikap merupakan respons atau kecenderungan seseorang terhadap suatu objek yang terbentuk melalui proses penerimaan, pemahaman, dan penilaian terhadap informasi. Informasi mengenai anemia yang diberikan melalui video menjadi stimulus dalam proses pembentukan atau penguatan sikap responden terhadap upaya pencegahan anemia, sejalan dengan teori Lawrence Green yang menempatkan sikap sebagai salah satu faktor predisposisi bersama pengetahuan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Sulistiyanto dan Ediyono (2022) mengenai penggunaan video edukasi dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku keluarga berencana pada pasien pasca salin. Peningkatan sikap yang relatif lebih terbatas dibandingkan pengetahuan diduga berkaitan dengan skor sikap awal kedua kelompok yang sudah relatif tinggi sebelum intervensi (Henri Sulistiyanto, 2022).

3. Pengaruh Media Edukasi Video terhadap Peningkatan Perilaku Pencegahan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku pencegahan anemia meningkat setelah diberikan edukasi melalui video maupun leaflet. Pada kelompok video, skor perilaku meningkat dari $29,63 \pm 3,83$ menjadi $30,20 \pm 3,58$ dengan peningkatan sebesar 0,57, sedangkan kelompok leaflet meningkat dari $28,92 \pm 4,72$ menjadi $29,10 \pm 4,51$ dengan peningkatan sebesar 0,18. Perubahan perilaku pada kedua kelompok bermakna secara statistik, yaitu $p < 0,001$ pada kelompok video dan $p = 0,021$ pada kelompok leaflet. Perbedaan besar peningkatan antara kedua kelompok juga bermakna ($p = 0,011$), sedangkan skor posttest perilaku antar kelompok tidak

berbeda bermakna. Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa video memberikan peningkatan skor perilaku yang lebih besar selama periode penelitian, tetapi perubahan perilaku yang terjadi secara keseluruhan masih relatif kecil.

Menurut Notoatmodjo, perilaku kesehatan merupakan respons atau tindakan seseorang terhadap stimulus yang berkaitan dengan kesehatan, yang dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap sebagai bagian dari proses menuju perubahan perilaku, namun penerapannya tetap dipengaruhi kondisi individu dan lingkungan. Sesuai teori Lawrence Green, pengetahuan dan sikap termasuk faktor predisposisi, ketersediaan sarana dan akses termasuk faktor pemungkin, sedangkan dukungan keluarga, guru, teman sebaya, dan tenaga kesehatan menjadi faktor penguat. Hasil ini sejalan dengan penelitian Ratnasari, Azizah, Astrieta, dan Latifah (2024) mengenai pengaruh pendidikan video pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) terhadap perilaku remaja ($p < 0,05$). Peningkatan perilaku yang relatif kecil dalam penelitian ini juga dapat berkaitan dengan waktu intervensi yang terbatas, mengingat perilaku pencegahan anemia memerlukan penerapan berulang dan dukungan lingkungan yang berkelanjutan (Ratnasari et al., 2024).

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok video mengalami peningkatan skor pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan anemia yang lebih besar dibandingkan kelompok leaflet. Perbedaan perubahan skor antara kedua kelompok bermakna pada pengetahuan ($p < 0,001$), sikap ($p = 0,023$), dan perilaku ($p = 0,011$). Namun, skor posttest sikap dan perilaku tidak berbeda bermakna antar kelompok. Perubahan perilaku pada kelompok video relatif kecil, sehingga hasil penelitian perlu dipahami sebagai perubahan skor selama periode intervensi, bukan sebagai bukti terbentuknya kebiasaan jangka panjang. Media video dapat dipertimbangkan sebagai salah satu media edukasi di sekolah dengan penguatan melalui pengulangan materi dan dukungan lingkungan. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan masa pemantauan yang lebih panjang, mempertimbangkan pengendalian kontaminasi informasi, serta mengukur perilaku aktual melalui observasi atau indikator praktik selain kuesioner.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing dan dosen penguji yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan dalam penyelesaian penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada adik-adik siswi SMPN 1 Duapitue yang telah bersedia menjadi responden dan berpartisipasi dalam pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyanti, P. D., & Handayani, D. S. (2026). Pengetahuan tentang anemia dan perilaku pencegahan anemia remaja putri. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 19(12), 3823–3830.
- Appulembang, I. (2024). Pengabdian Masyarakat Melalui Pemeriksaan Hb Dan Penyuluhan Kesehatan “Remaja Sehat Bebas Anemia di SMA Hasanuddin Gowa.” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gunung Sari*, 2(3). <https://doi.org/10.58294/jpmgs.v2i3.223>
- Eka Maulana Nurzannah, Yulita Nengsih, Nurhidayah, D. H. (2025). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Mts Ar-Ribathiyah Kabupaten Lebak*.
- Erlin Ismawati, E. F. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri Di SMK N 2 Pengasih Kulon Progo. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*. <https://doi.org/10.61878/bnj.v8i1.261>
- Fadilah, S. A., Adiyani, C. N., Maharani, I. N. C., Natashya, A. N., Yulistianingsih, A., & Zuliyanti, I. (2025). Film Pendek PAZIA (Pangan Kaya Zat Besi) sebagai Media Edukasi Pencegahan

- Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i11.10430>
- Fitria Wahyu Ariyanti, Ika Suhartanti, Dwi Harini Puspitaningsih, Mujiadi, A. P. (2025). Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Pencegahan Anemia pada Remaja Melalui Edukasi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*.
- Hafni Zahara, & Maula Habna. (2025). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia pada Remaja Putri di Pesantren Dar Maryam Aceh Besar. *Jurnal Kesehatan Amanah*. <https://ejournal.unimman.ac.id/index.php/jka/article/view/967>
- Henri Sulistiyanto, S. E. (2022). Video Edukasi dapat Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Keluarga Berencana Pasien Pasca Salin. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*.
- Hutasoit, M., Trisetiyaningsih, Y., & Utami, K. D. (2023). Booklet Sebagai Media Edukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia. *Faletehan Health Journal*. <https://doi.org/10.33746/fhj.v10i02.407>
- Ilmawari, I., Sinaga, R. A., Putri, R. A., Nurfadilla, N., Muyassarrah, Z. R., & Wisnuwardani, R. W. (2025). Peningkatan Pengetahuan Mengenai Anemia melalui Penyuluhan Pencegahan Anemia pada Siswa SMPN 22 Samarinda. *Bima Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.53299/bajpm.v5i2.1722>
- Keni Novanto Mira Higa, Ribka Limbu, & Tadeus A. L. Regaletha. (n.d.). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Edukasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Perubahan Sikap Bullying Siswa SMP Negeri 5 Kota Kupang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i1.2283>
- Linggardini, K., & Amalia, D. R. (2026). Peningkatan Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri melalui Intervensi Video Animasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Marfiah, Putri, R., & Yolandia, R. A. (2023). Hubungan Sumber Informasi, Lingkungan Sekolah, dan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMK Amaliyah Srengseng Sawah Tahun 2022. *Jurnal Riset Ilmiah*.
- Nadia Taryzafitri, Tuti Meihartati, Widya Astutik, R. (2025). Pengaruh Media Edukasi Audio Visual Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia di SMA Negeri 1 Berau. *Journal Of Social Science Research*. <https://share.google/B7ZGUHsBN6hRPAqSH>
- Nisa, R., Asyura, F., & Kaffah, S. (2025). Edukasi Sejak Dini Remaja Sehat Bebas Anemia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
- Nisma Nurkalisa, Azniah Syam, N. (2024). Hubungan Sikap, Tindakan Dan Status Gizi Dengan Resiko Anemia Pada Remaja Putri Di Sekolah Sma Negeri 21 Makassar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*.
- Puli, T., Ryska, H., Jasril, & Arsyad, J. F. (2025). Gambaran Status Anemia Berdasarkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Kelurahan Pontap Kota Palopo. *Cokroaminoto Journal of Biological Science*.
- Purwiningsih, D. W., & Purnama, S. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Instagram terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 16(1), 37–42.
- Ratnasari, F., Nur Azizah, F., Ayunanda Astrieta, D. P., & Latifah, A. (2024). Pengaruh Pendidikan Video Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Dengan Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Remaja. *Jurnal Kesehatan*. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v13i1.385>
- Safitri, F., Andika, F., Akbar, R., & Siti, C. (2026). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*.
- Tina Yuli Fatmawati, Andicha Gustra Jeki, Nel Efni, A. (2025). Pengetahuan dan Perilaku Remaja dalam Pencegahan Anemia di Pesantren Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*. <https://doi.org/10.36565/jab.v14i1.815>
- Yunita, Hidayati, & Noviani. (2023). Hubungan Status Gizi, Konsumsi Tablet Fe, Dan Lama Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*.