

**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP  
PENGETAHUAN ANEMIA DAN ASUPAN KONSUMSI ZAT  
BESI PADA SISWI SMA DENPASAR**



Oleh :

**N. KORDIA TRIANA DEWI**

**NIM. P07131216002**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2020**

**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP  
PENGETAHUAN ANEMIA DAN ASUPAN KONSUMSI ZAT  
BESI PADA SISWI SMA DENPASAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika  
Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

**Oleh :**

**N. KORDIA TRIANA DEWI  
NIM. P07131216002**


**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2020**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP  
PENGETAHUAN ANEMIA DAN ASUPAN KONSUMSI ZAT  
BESI PADA SISWI SMA DENPASAR**

**TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN**

**Pembimbing Utama :**

  
**AA Gde Raka Kavanava, SST, M.Kes**  
**NIP. 195704011985011001**

**Pembimbing Pendamping :**

  
**I Ketut Kencana, SKM, M.Pd**  
**NIP. 195806141985021001**

**MENGETAHUI**  
**KETUA JURUSAN GIZI**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**

  
**Dr. Ni Komang Wardani, SST., M. Kes.**  
**NIP. 196703161990032002**

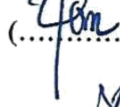


**PENELITIAN DENGAN JUDUL:**  
**PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP**  
**PENGETAHUAN ANEMIA DAN ASUPAN KONSUMSI ZAT**  
**BESI PADA SISWI SMA DENPASAR**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : JUMAT**

**TANGGAL : 15 MEI 2020**

**TIM PENGUJI :**

- |                                      |           |  |
|--------------------------------------|-----------|--|
| 1. Dr. I Putu Suiraoaka, SST, M.Kes  | (Ketua)   | (.....  ) |
| 2. I Made Rodja Suantara, SKM, M.Kes | (Anggota) | (.....  ) |
| 3. AA Gde Raka Kayanaya, SST, M.Kes  | (Anggota) | (.....  ) |

**MENGETAHUI**  
**KETUA JURUSAN GIZI**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**

  
**Dr. Ni Komang Wardani, SST., M. Kes.**  
**NIP.196703161990032002**

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : N. Kordia Triana Dewi  
NIM : P07131216002  
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
Jurusan : Gizi  
Tahun Akademik : 2019/2020  
Alamat : Jl. Dewata Gg Pantisari I/4 Denpasar Selatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Pengaruh Penyuluhan dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Anemia dan Asupan Konsumsi Zat Besi pada Siswi SMA Denpasar Tahun 2020 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 15 Mei 2020  
Yang membuat pernyataan



N. Kordia Triana Dewi  
P07131216002

# **PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN ANEMIA DAN ASUPAN KONSUMSI ZAT BESI PADA SISWI SMA DENPASAR**

## **ABSTRAK**

Asupan zat besi yang kurang akan menyebabkan terjadinya anemia khususnya pada remaja putri. Oleh karena itu asupan zat besi sangat penting untuk mencegah anemia, maka remaja putri perlu diberikan penyuluhan mengenai anemia dan zat besi agar pengetahuan dan asupan remaja putri meningkat. Penyuluhan ini dilakukan dengan media *video*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan dengan media *video* terhadap pengetahuan anemia dan asupan zat besi pada siswi SMA di Denpasar. Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi eksperimental* dengan rancangan *nonequivalent control grup*. Jumlah sampel sebanyak 60 sampel. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan 30 sampel dan kelompok kontrol 30 sampel. Penelitian dilakukan pada bulan Pebruari sampai April 2020. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan anemia dan asupan zat besi. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan tentang anemia pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol mengalami peningkatan, setelah dianalisis dengan *wilcoxon* didapat  $p = 0,000$  dan  $p = 0,000$ , kemudian dianalisis lebih lanjut menggunakan *mann whitney* didapat nilai  $p=0,000$  ( $\alpha<0,05$ ). Hasil asupan zat besi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol mengalami peningkatan, setelah dianalisis dengan *wilcoxon* didapat  $p = 0,060$  dan  $p = 0,144$ , kemudian dianalisis lebih lanjut menggunakan *mann whitney* didapat nilai  $p=0,001$  ( $\alpha<0,05$ ). Maka dapat disimpulkan ada pengaruh signifikan penyuluhan dengan media *video* dalam meningkatkan pengetahuan anemia dan asupan konsumsi zat besi siswi SMA Denpasar.

**Kata Kunci : pengetahuan anemia; asupan zat besi; penyuluhan.**

# **THE EFFECT OF EDUCATION BY VIDEO MEDIA ON KNOWLEDGE OF ANEMIA AND IRON CONSUMPTION FOR HIGH SCHOOL STUDENTS IN DENPASAR**

## **ABSTRACT**

Poor iron consumption will cause anemia especially in young women. Therefore, iron consumption is very important to prevent anemia and they must get education about anemia and iron consumption then the knowledge of it will be increased. This education was done by video and aimed to determine the effect of media education in regards to increase knowledge of anemia and iron consumption for high school students in Denpasar. This type of research was a *quasi experimental* with a non equivalent control group design. There were 60 people as the number of samples. Respondents were divided into two groups: a treatment group of 30 samples and a control group of 30 samples. The study was conducted from February until April 2020 and questionnaire on anemia knowledge and iron consumption was used a data collection in this research. The results showed knowledge about anemia in the treatment group and the control group had increased, after being analyzed with Wilcoxon  $p = 0,000$  and  $p = 0,000$ , then further analyzed using Mann Whitney obtained  $p = 0,000$  ( $\alpha < 0.05$ ). The results of iron consumption in the treatment and control groups increased, after being analyzed with Wilcoxon,  $p = 0.060$  and  $p = 0.144$ , then further analyzed using Mann Whitney obtained  $p = 0.001$  ( $\alpha < 0.05$ ). It can be concluded that there was a significant effect of video education in increasing knowledge about anemia and iron consumption for high school students in Denpasar.

**Keyword: knowledge of anemia; iron consumption; education**

## RINGKASAN PENELITIAN

Pengaruh Penyuluhan dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Anemia dan Asupan Konsumsi Zat Besi pada Siswi SMA Denpasar

**N. KORDIA TRIANA DEWI (P07131216002)**

Masih adanya masalah kesehatan terutama dibidang gizi merupakan salah satu tanda bahwa kurang tercapainya tujuan nasional. Anemia gizi besi masih menjadi masalah di Negara berkembang, termasuk Indonesia (Risikesdas, 2013). Anemia gizi adalah keadaan dengan kadar haemoglobin yang lebih rendah dari nilai normal, sebagai akibat kurangnya asupan Fe. Remaja putri membutuhkan lebih banyak zat besi karena setiap bulannya telah mengalami haid yang berdampak kurangnya asupan zat besi dalam darah sebagai pemicu anemia (Briawan, 2014).

Pada tahun 2008, prevalensi anemia secara global menurut WHO mencapai 24,8% (World Health Organization , 2008). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2013, prevalensi anemia Indonesia sebesar 21,7%. Proporsi kejadian anemia di Indonesia lebih tinggi pada perempuan yaitu 23,9% dibandingkan pada laki-laki yaitu 18,4% (Risikesdas, 2013). Prevalensi anemia pada remaja putri di Propinsi Bali khususnya Kota Denpasar pada tahun 2018 sebesar 45,9% (Sringat, 2019).

Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi eksperimental* dengan rancangan *nonequivalent control grup*. Jumlah sampel sebanyak 60 sampel. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan 30 sampel dan kelompok kontrol 30 sampel. Penelitian dilakukan pada bulan Pebruari sampai April 2020. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan anemia dan asupan zat besi.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan tentang anemia pada kelompok perlakuan mengalami peningkatan sebesar 34,23. Rata-rata skor hasil *pre test* sebesar 48,41 dan *post test* sebesar 82,64. Setelah dianalisis dengan *wilcoxon* ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan tentang anemia sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media *video* dengan nilai



$p=0,000$ . Pengetahuan tentang anemia pada kelompok kontrol mengalami peningkatan sebesar 26. Rata-rata skor hasil *pre test* sebesar 55,3 dan *post test* sebesar 81,3. Setelah dianalisis dengan *wilcoxon* ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan tentang anemia sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan nilai  $p=0,000$ . Hasil analisis bivariat menggunakan uji mann whitney diperoleh nilai  $p=0,000$ . Karena nilai  $p < \alpha (0,05)$ , maka  $H_0$  ditolak. Hal ini berarti ada pengaruh signifikan penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan tentang anemia siswi SMA Denpasar.

Hasil penelitian asupan konsumsi zat besi pada kelompok perlakuan mengalami peningkatan sebesar 57,2. Rata-rata skor hasil *pre test* sebesar 117,581 dan *post test* sebesar 235,78. Setelah dianalisis dengan *wilcoxon* tidak ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan tentang anemia sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media *video* dengan nilai  $p=0,060$ . Asupan konsumsi zat besi pada kelompok kontrol mengalami peningkatan sebesar 62,65. Rata-rata skor hasil *pre test* sebesar 130,22 dan *post test* sebesar 192,87. Setelah dianalisis dengan *wilcoxon* tidak ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan tentang anemia sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan nilai  $p=0,144$ . Hasil analisis bivariat menggunakan uji mann whitney diperoleh nilai  $p=0,001$ . Karena nilai  $p < \alpha (0,05)$ , maka  $H_0$  ditolak. Hal ini berarti ada pengaruh signifikan penyuluhan dalam meningkatkan asupan konsumsi zat besi siswi SMA Denpasar.

Hasil penelitian ini mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh signifikan penyuluhan dengan media *video* dalam meningkatkan pengetahuan tentang anemia dan asupan konsumsi zat besi pada siswi SMA Denpasar, sehingga diharapkan para guru diharapkan dapat meningkatkan pemberian materi mengenai kesehatan khususnya anemia dan zat besi kepada siswa dengan mengembangkan metode yang lebih menarik seperti media *video* guna meningkatkan pengetahuan siswa tentang kesehatan yang nantinya dapat meningkatkan derajat kesehatan siswa.

Daftar Bacaan : 33 (2007-2019)

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan tuntunan dan anugrah-Nya sehingga Naskah Penelitian yang berjudul "Pengaruh Penyuluhan dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Anemia dan Asupan Konsumsi Zat Besi pada Siswi SMA Denpasar" dapat terselesaikan. Keberhasilan penyelesaian penulisan ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, dan kerjasama berbagai pihak. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

1. A.A Gde Raka Kayanaya SST, M. Kes. Selaku pembimbing utama yang memberikan saran/masukan perbaikan dan bimbingan selama penyusunan naskah penelitian.
2. I Ketut Kencana, SKM. MPd. Selaku pembimbing pendamping yang memberikan saran/masukan perbaikan dan bimbingan selama penyusunan naskah penelitian.
3. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah membantu memberikan kelancaran dalam menyelesaikan naskah penelitian ini.
4. Ketua Jurusan Gizi, Ketua Prodi Gizi dan Dietetika, Bapak/ibu dosen dan staff jurusan gizi yang telah membantu dalam kelancaran penyelesaian naskah penelitian ini.
5. Kepala Sekolah SMA Negeri 8 Denpasar dan SMA Negeri 6 Denpasar yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
6. Keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan moral dan material dalam penyelesaian naskah penelitian ini.
7. Seluruh teman yang telah banyak memberi masukan, dukungan dan bantuan kepada penulis di dalam pembuatan penelitian ini.

Demikian penelitian ini dibuat, penulis harap penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata, penulis sampaikan terimakasih.

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>RINGKASAN PENELITIAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>6</b>
A. Remaja dan Permasalahan Gizi .....	6
B. Anemia Gizi Besi dan Cara Mengukurnya .....	7
C. Penyuluhan Tingkatkan Pengetahuan dan Asupan Zat Besi .....	17
<b>BAB III KERANGKA KONSEP</b> .....	<b>27</b>
A. Kerangka Konsep .....	27
B. Variabel dan Definisi Operasional .....	28
C. Hipotesis .....	29
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b> .....	<b>30</b>
A. Jenis dan Rancangan .....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	30
C. Populasi dan Sampel .....	31
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	33
E. Pengolahan dan Analisis Data .....	37
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>40</b>
A. Hasil Pembahasan .....	40
B. Pembahasan .....	52
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>59</b>
A. Saran .....	59
B. Saran .....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>65</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Angka Kecukupan Zat Besi .....	11
2. Kandungan Zat Besi dalam Bahan Makanan .....	12
3. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	28
4. Sebaran Sampel menurut Umur .....	41
5. Nilai Deskriptif Pengetahuan .....	42
6. Sebaran Sampel berdasarkan Pengetahuan Anemia Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....	44
7. Uji Normalitas Pengetahuan .....	45
8. Nilai Deskriptif Asupan Konsumsi Zat Besi .....	46
9. Sebaran Sampel berdasarkan Asupan Konsumsi Zat Besi Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....	47
10. Uji Normalitas Asupan Konsumsi Zat Besi .....	48
11. Sebaran Sampel berdasarkan Perbedaan Pengetahuan Anemia Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....	50
12. Sebaran Pengaruh Penyuluhan terhadap Pengetahuan Anemia .....	50
13. Sebaran Sampel berdasarkan Perbedaan Asupan Konsumsi Zat Besi Sebelum dan Sesudah Penyuluhan .....	51
14. Sebaran Pengaruh Penyuluhan terhadap Asupan Konsumsi Zat Besi .	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konsep Penelitian .....	27
2. Rancangan Penelitian .....	30
3. Rumus Perhitungan Besar Sampel .....	32
4. Prosedur Peneliitian .....	36
5. Perhitungan Persentase Hasil Jawaban Sampel .....	38

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Persetujuan Setelah Penjelasan Sebagai Peserta Penelitian .....	66
2. Identitas Sampel .....	70
3. Kuisisioner Pengetahuan Anemia .....	71
4. Formulir Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire .....	74
5. Satuan Acara Penyuluhan .....	76
6. Perhitungan Besar Sampel .....	78
7. Master Tabel .....	80
8. Etichal Clearance .....	81
9. Surat Rekomendasi Penelitian Provinsi Bali .....	82
10. Surat Rekomendasi Penelitian Pemerintah Kota Denpasar .....	83

