

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA  
*KAHOOT* TERHADAP EFIKASI DIRI REMAJA PUTRI  
DALAM MENGGUNAKAN TABLET TAMBAH DARAH**

**Studi Dilakukan di SMP Negeri 3 Denpasar  
Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Utara**



**Oleh :**

**LUH ALIT DINDA VANIA PUTRI**

**NIM. P07120221024**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN  
DENPASAR  
2025**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA  
KAHOOT TERHADAP EFIKASI DIRI REMAJA PUTRI  
DALAM MENGGUNAKAN TABLET TAMBAH DARAH**

**Studi Dilakukan di SMP Negeri 3 Denpasar  
Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Utara**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan  
Jurusan Keperawatan**

**Oleh :**

**LUH ALIT DINDA VANIA PUTRI**

**NIM. P07120221024**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN  
DENPASAR  
2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA  
KAHOOT TERHADAP EFIKASI DIRI REMAJA PUTRI  
DALAM MENKONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH**

**Studi Dilakukan di SMP Negeri 3 Denpasar  
Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Utara**

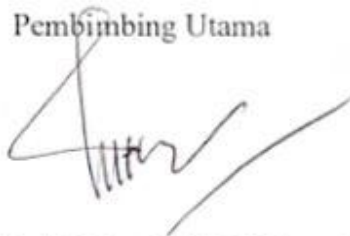
**Diajukan oleh:**

**LUH ALIT DINDA VANIA PUTRI**

**NIM. P07120221024**

**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

Pembimbing Utama



Nengah Runiari, S.Kp, S. Pd, M.Kep. Sp. Mat  
NIP. 197202191994012001

Pembimbing Pendamping



Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.BioMed  
NIP. 196211081982122001

**MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



I Made Sukarja, S.Kep.,Ners.,M.Kep.  
NIP.196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN  
SKRIPSI**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA  
KAHOOT TERHADAP EFIKASI DIRI REMAJA PUTRI  
DALAM MENKONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH**

**Diajukan oleh:**

**LUH ALIT DINDA VANIA PUTRI**

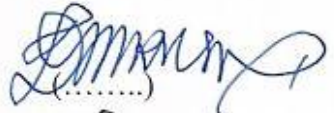

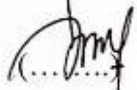
**NIM. P07120221024**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : RABU**

**TANGGAL : 4 JUNI 2025**

**TIM PENGUJI :**

- |   |           |   |
|---|-----------|---|
| 1. <u>Dr. Drs. I DM Ruspawan, S.Kp..M.Biomed</u><br><u>NIP. 196005151982121001</u>      | (Ketua)   |  |
| 2. <u>Suratiah, S.Kep, Ners, M.Biomed</u><br><u>NIP. 197112281994022001</u>             | (Anggota) |  |
| 3. <u>Ni Luh Ketut Suardani, S.Kep., Ners., M.Kes</u><br><u>NIP. 197602262001122003</u> | (Anggota) |  |

MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN  
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukarja, S.Kep..Ners..M.Kep.  
NIP. 196812311992031020

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Luh Alit Dinda Vania Putri  
NIM : P07120221024  
Program Studi : Sarjana Terapan  
Keperawatan Jurusan : Keperawatan  
Tahun Akademik : 2024-2025  
Alamat : Jln. Ngurah Rai No.28, Kel. Loloan Timur, Kab. Jembrana.

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Kahoot* Terhadap Efikasi Diri Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah” adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini bukan karya 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, 5 Mei 2025  
Yang membuat pernyataan



Luh Alit Dinda Vania Putri  
NIM. P07120221024

# **THE INFLUENCE OF HEALTH EDUCATION USING KAHOOT MEDIA ON SELF-EFFICACY OF FEMALE ADOLESCENTS IN CONSUMING IRON SUPPLEMENT TABLETS**

## **ABSTRACT**

*The high prevalence of anemia among adolescent girls is attributed to their low adherence to consuming iron supplement tablets. This adherence is significantly influenced by their self-efficacy levels. Providing health education is one of the strategies to enhance self-efficacy. This study aims to determine the effect of health education using Kahoot media on the self-efficacy of adolescent girls in consuming iron supplement tablets at SMP Negeri 3 Denpasar. The method used is a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group. The sample was taken using probability sampling techniques, specifically stratified random sampling, involving 66 seventh-grade female students, divided into 33 in the experimental group and 33 in the control group. Data were collected using the Medication Adherence Self-Efficacy Scale-Revised (MASES-R) questionnaire. The results indicate that the self-efficacy of adolescent girls before receiving health education was predominantly in the low category (57.6%), while after the education, it increased to the high category (81.8%). The Mann Whitney test showed a significant p-value (0.000), indicating that health education using Kahoot media effectively improves the self-efficacy of adolescent girls in consuming iron supplement tablets.*

**Keywords:** *Kahoot, Self-Efficacy, Adolescent Girls, Iron Supplement Tablets*

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA *KAHOOT*  
TERHADAP EFIKASI DIRI REMAJA PUTRI DALAM  
MENGKONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH**

**ABSTRAK**

Tingginya angka anemia di kalangan remaja putri disebabkan oleh rendahnya kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Kepatuhan ini sangat dipengaruhi oleh tingkat efikasi diri yang dimiliki. Pemberian pendidikan kesehatan menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan efikasi diri. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *Kahoot* terhadap efikasi diri remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMP Negeri 3 Denpasar. Metode yang digunakan adalah *quasi-experimental* dengan desain *pretest-posttest control group*. Sampel diambil menggunakan teknik *probability sampling*, khususnya *stratified random sampling*, yang melibatkan 66 siswi kelas VII, terbagi menjadi 33 orang kelompok eksperimen dan 33 orang kelompok kontrol. Data dikumpulkan melalui kuesioner *Medication Adherence Self-Efficacy Scale-Revised* (MASES-R). Hasil menunjukkan bahwa efikasi diri remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan berada pada kategori rendah (57,6%), sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan meningkat menjadi kategori tinggi (81,8%). Uji *Mann Whitney* menunjukkan nilai signifikan *p value* (0,000), yang menunjukkan adanya pengaruh pemberian pendidikan kesehatan dengan media *Kahoot* terhadap efikasi diri remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

***Kata kunci: Kahoot, Efikasi Diri, Remaja Putri, Tablet Tambah Darah***

## RINGKASAN PENELITIAN

### PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA *KAHOOT* TERHADAP EFIKASI DIRI REMAJA PUTRI DALAM MENGKONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH

Oleh : Luh Alit Dinda Vania Putri

Anemia merupakan masalah kesehatan yang banyak terjadi dan tersebar di dunia. Remaja putri berisiko mengalami anemia, disebabkan oleh hilangnya zat besi yang terjadi selama menstruasi yang dapat diperburuk rendahnya asupan zat besi serta minimnya pengetahuan tentang anemia dan manfaat Tablet Tambah Darah (TTD) sehingga ketidakpatuhan dalam mengkonsumsi TTD juga turut menyebabkan tingginya angka anemia pada remaja putri (Asrina *et al*, 2025).

*World Health Organization* memperkirakan bahwa di seluruh dunia sekitar 30% wanita berusia 15 hingga 49 tahun menderita anemia (WHO, 2023). Berdasarkan data konsumsi tablet tambah darah di Provinsi Bali tahun 2024, Kota Denpasar, terjadi penurunan signifikan sebesar 18,6% dari 101,8% pada tahun 2023 menjadi 83,2% pada tahun 2024. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Denpasar Tahun 2023, Puskesmas I Denpasar Utara mencatat penurunan konsumsi TTD pada remaja putri. Pada tahun 2022, konsumsi TTD mencapai 100%, namun menurun menjadi 92,9% pada tahun 2023 (Dinkes Kota Denpasar, 2024). Berdasarkan hasil pemeriksaan yang dilakukan oleh tim Puskesmas I Denpasar Utara di SMP Negeri 3 Denpasar pada bulan Oktober tahun 2024, ditemukan 20 kasus anemia dari 140 remaja putri yang diperiksa menunjukkan masih adanya remaja putri yang tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah.

Salah satu cara efektif untuk meningkatkan efikasi diri adalah melalui pendidikan kesehatan untuk mengubah perilaku seseorang dengan meningkatkan pengetahuan demi mencapai hidup yang lebih sehat. Di era modern ini, metode *games based learning* menjadi pendekatan pendidikan kesehatan yang semakin populer (Widianti *et al*, 2024). *Kahoot* merupakan media edukasi interaktif berbasis permainan yang menyediakan beragam fitur pembelajaran, seperti kuis,

pertanyaan benar atau salah, *slider* dan *puzzle* dalam memberikan edukasi karena kemampuannya menciptakan pengalaman belajar yang menarik dan interaktif (Setiawan and Soeharto, 2020).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media Kahoot terhadap efikasi diri remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasi-experimental dengan desain *pretest-posttest control group*. Populasi penelitian ini adalah 148 remaja putri kelas VII di SMP Negeri 3 Denpasar dengan jumlah sampel sebanyak 66 orang yang terbagi menjadi kelompok kontrol dan eksperimen. Sebanyak 33 responden kelompok kontrol mendapatkan pendidikan kesehatan dengan media konvensional sedangkan 33 responden kelompok kontrol mendapatkan pendidikan kesehatan dengan media *Kahoot*. Waktu penelitian berlangsung mulai dari tanggal 15 April – 29 April 2025.

Berdasarkan hasil penelitian, sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media Kahoot berada pada kategori rendah sejumlah 19 orang (57,6%) dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *Kahoot* berada pada kategori tinggi sejumlah 27 orang (81,8%). Hasil uji *Mann Whitney* menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media Kahoot terhadap efikasi remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah di SMP Negeri 3 Denpasar dilihat dari nilai *p value*  $0,000 < 0,05$ , hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *kahoot* terhadap efikasi diri remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah.

Meningkatkan efikasi diri di SMP Negeri 3 Denpasar dapat dilakukan dengan mengintegrasikan program pendidikan kesehatan mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD) ke dalam kegiatan rutin sekolah. Hal ini dapat dilakukan melalui kerja sama dengan Puskesmas I Denpasar Utara dalam bentuk penyuluhan berkala atau dengan memanfaatkan media interaktif seperti Kahoot, yang dapat meningkatkan daya tarik dan pemahaman remaja putri.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya lah penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media *Kahoot* Terhadap Efikasi Diri Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah”. Penulisan skripsi merupakan salah satu pemenuhan syarat dalam menyelesaikan mata kuliah Skripsi pada Program Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar.

Peneliti menerima banyak bantuan dan dorongan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan optimal. Untuk itu melalui kesempatan ini, peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr,Keb, S.Kep, Ners, M.kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Potekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan Sarjana Terapan keperawatan
2. I Made Sukarja,S.Kep.Ners.,M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini.

3. Nengah Runiari, S. Kp, S. Pd, M. Kep, Sp. Mat selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar sekaligus pembimbing utama yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini serta memberikan masukan dan saran selama bimbingan kepada penulis.
4. Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.BioMed selaku pembimbing pendamping yang telah banyak membantu dan memberikan bimbingan, arahan, serta masukan kepada penulis.
5. I Gusti Ayu Putu Tirtawati S.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 3 Denpasar yang telah memberikan izin dalam melakukan studi pendahuluan di SMP Negeri 3 Denpasar.
6. Kepada kedua orang tua saya yang paling berharga dalam hidup penulis, I Made Dody Wijaya dan Ni Komang Indriasih, A.Md.Farm, terima kasih tak terhingga penulis ucapkan atas kasih sayang, dukungan, dan doa yang tiada henti karena dengan bimbingan dan pengorbanan kalian, penulis dapat mengejar impian yang selama ini penulis inginkan. Kalian adalah sumber inspirasi dan motivasi terbesar dalam hidup penulis.
7. Kepada kakak kandung saya, Kadek, Dimas dan Mang ita, terima kasih telah menjadi panutan dan teman yang selalu mendukung. Setiap nasihat dan pengalaman yang kalian bagikan sangat berarti bagi penulis.
8. Kepada teman-teman seperjuangan penulis, Tyas, Sofi, Intan dan Sri, terima kasih atas kebersamaan, tawa, dan dukungan yang telah kita lewati. Kalian adalah bagian penting dalam perjalanan yang penulis lalui.

9. Terakhir, untuk diri saya sendiri, penulis ucapkan terima kasih atas kerja keras dan ketekunan untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terima kasih karena penulis tetap bertahan dan merayakan diri sendiri disaat penulis sering merasa putus asa dan tidak percaya terhadap dirinya sendiri. Setiap tantangan yang dihadapi telah membentuk penulis menjadi pribadi yang lebih baik dan setiap langkah kecil yang diambil, meskipun terasa berat, adalah bagian dari perjalanan untuk mencapai impian yang lebih besar.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan segala saran serta kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Denpasar, Mei 2025

Peneliti,

## DAFTAR ISI

HALAMAN Sampul .....	i
HALAMAN Judul.....	ii
HALAMAN Persetujuan.....	iii
HALAMAN Pengesahan.....	iv
KATA Pengantar .....	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR Tabel.....	xv
DAFTAR Gambar .....	xvi
DAFTAR Lampiran.....	xvii
BAB I Pendahuluan .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian .....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II Tinjauan Pustaka.....	8
A. Efikasi Diri .....	8
B. Tablet Tambah Darah (TTD) .....	13
C. Remaja.....	15
D. Konsep Pendidikan Kesehatan .....	18
E. Kahoot .....	19
F. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media <i>Kahoot</i> Terhadap Efikasi Diri Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah .....	22

BAB III KERANGKA KONSEP .....	24
A. Kerangka Konsep .....	24
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel .....	25
C. Hipotesis .....	26
BAB IV METODE PENELITIAN .....	27
A. Jenis Penelitian .....	27
B. Alur Penelitian .....	28
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
D. Populasi dan Sampel .....	29
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	33
F. Pengolahan dan Analisis Data .....	36
G. Etika Penelitian .....	38
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	40
A. Hasil Penelitian .....	40
B. Pembahasan .....	46
C. Kelemahan Penelitian .....	53
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....	54
A. Simpulan .....	55
B. Saran .....	56
DAFTAR PUSTAKA .....	57
LAMPIRAN .....	62

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional Variabel Penelitian Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Kahoot Terhadap Efikasi Diri Remaja Putri dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah.....	26
Tabel 2 Karakteristik Subjek Penelitian.....	41
Tabel 3 Efikasi Diri Remaja Putri dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan pada Kelompok Kontrol dan Eksperimen .....	42
Tabel 4 Efikasi Diri Remaja Putri dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Pada Kelompok Kontrol dan Eksperimen .....	42
Tabel 5 Efikasi Diri Remaja Putri dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Pada Kelompok Kontrol dan Eksperimen .....	43
Tabel 6 Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Kahoot Terhadap Efikasi Diri Remaja Putri dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah.....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Tampilan awal <i>Website Kahoot</i> .....	21
Gambar 2 Tampilan Fitur Kahoot.....	21
Gambar 3 Kerangka Konsep Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Kahoot Terhadap Efikasi Diri Remaja Putri dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah .....	24
Gambar 4 Desain Penelitian Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Kahoot Terhadap Efikasi Diri Remaja Putri dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah .....	27
Gambar 5 Alur Penelitian Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Kahoot Terhadap Efikasi Diri Remaja Putri dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah .....	28

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	62
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Penelitian .....	63
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden .....	63
Lampiran 4 Lembar Informed Consent.....	64
Lampiran 5 Kuesioner Efikasi Diri .....	68
Lampiran 6 Blanko Bimbingan.....	71
Lampiran 7 Surat Studi Pendahuluan.....	72
Lampiran 8 Surat Persetujuan Etik .....	76
Lampiran 9 Master Tabel .....	77
Lampiran 10 Hasil Uji Statistik Data .....	81
Lampiran 11 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	84
Lampiran 12 Hasil Turnitin Proposal.....	85
Lampiran 13 Hasil Turnitin Skripsi .....	87
Lampiran 14 Dokumentasi.....	89