

Gambaran Sikap dan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Siswi SMP Negeri 10 Pangkalpinang Tahun 2024

Muhammad Seto Sudirman¹, Nurokhmat Fadli Sudirman², Gusti Ayu Utami³

¹Poltekkes Pangkal Pinang

²Akademi Kebidanan Yaleka Maro Merauke

³Universitas Musamus

E-mail: muhamadseto@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang banyak dialami oleh remaja putri di Indonesia. Salah satu upaya pencegahan yang dilakukan pemerintah adalah pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Namun, kepatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD masih rendah sehingga diperlukan media edukasi yang lebih menarik dan efektif, salah satunya melalui video animasi.

Tujuan: Menganalisis pengaruh edukasi menggunakan media video animasi terhadap sikap dan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah pada siswi SMP Negeri 10 Pangkalpinang.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental one-group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 123 siswi yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner sikap dan perilaku sebelum dan sesudah intervensi berupa edukasi melalui video animasi. Analisis data meliputi analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* dengan tingkat signifikansi 95%.

Hasil: Terjadi peningkatan sikap positif responden dari 78% sebelum intervensi menjadi 85% setelah intervensi. Perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah juga meningkat dari 55% menjadi 58%. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara skor pretest dan posttest pada variabel sikap ($p^* = 0,001$) dan perilaku ($p^* < 0,001$), sehingga edukasi menggunakan media video animasi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan sikap dan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah.

Simpulan: Edukasi kesehatan menggunakan media video animasi efektif meningkatkan sikap dan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah pada siswi SMP Negeri 10 Pangkalpinang. Media audiovisual dapat dimanfaatkan sebagai strategi promosi kesehatan di sekolah dalam mendukung program pencegahan anemia pada remaja putri.

Kata Kunci: anemia remaja, tablet tambah darah, video animasi, sikap, perilaku

ABSTRACT

Background: Anemia remains a major public health problem among adolescent girls in Indonesia. One of the government's prevention strategies is the weekly distribution of Iron and Folic Acid (IFA) tablets. However, adherence to IFA tablet consumption among adolescents is still relatively low, highlighting the need for more engaging and effective educational media such as animated videos.

Objective: To analyze the effect of animated video-based health education on attitudes and behaviors regarding Iron and Folic Acid tablet consumption among female students at SMP Negeri 10 Pangkalpinang.

Methods: This study employed a quantitative approach using a pre-experimental one-group pretest-posttest design. A total of 123 female students were selected through purposive sampling. Data were collected using structured questionnaires measuring attitudes and behaviors before and after the educational intervention. Data were analyzed using descriptive statistics and the Wilcoxon Signed-Rank Test with a 95% confidence level.

Results: Positive attitudes toward Iron and Folic Acid tablet consumption increased from 78% before the intervention to 85% after the intervention. Positive consumption behavior also increased from 55% to 58%. The Wilcoxon test indicated statistically significant differences between pretest and posttest scores for attitudes ($p = 0.001$) and behaviors ($p < 0.001$), indicating that animated video-based education significantly improved students' attitudes and behaviors.

Conclusion: Animated video-based health education effectively improves attitudes and behaviors regarding Iron and Folic Acid tablet consumption among adolescent girls. The use of audiovisual educational media is recommended as an effective school-based health promotion strategy to support anemia prevention programs.

Keywords: adolescent anemia, iron supplementation, animated video, attitude, behavior

PENDAHULUAN

Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang banyak dialami oleh remaja putri di berbagai negara berkembang. Kelompok ini memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia defisiensi besi karena meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan, kehilangan darah akibat menstruasi, serta pola konsumsi pangan yang belum memenuhi kebutuhan gizi harian. Kondisi anemia pada remaja tidak hanya berdampak pada menurunnya kadar hemoglobin, tetapi juga berpengaruh terhadap kemampuan belajar, konsentrasi, produktivitas, daya tahan tubuh, hingga kesehatan reproduksi pada masa mendatang (World Health Organization [WHO], 2023). Oleh karena itu, pencegahan anemia pada remaja putri menjadi salah satu prioritas dalam program kesehatan masyarakat di berbagai negara, termasuk Indonesia.

Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja putri masih tergolong tinggi. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa sekitar 32% remaja Indonesia mengalami anemia, yang berarti sekitar tiga hingga empat dari sepuluh remaja memiliki kadar hemoglobin di bawah batas normal. Kondisi tersebut umumnya dipengaruhi oleh rendahnya konsumsi pangan sumber zat besi, kurangnya asupan vitamin C sebagai enhancer penyerapan zat besi, serta rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Sebagai upaya pencegahan, pemerintah melalui Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaksanakan program suplementasi TTD bagi remaja putri dengan dosis satu tablet setiap minggu sepanjang tahun. Namun demikian, cakupan konsumsi rutin TTD masih belum optimal sehingga target penurunan prevalensi anemia belum sepenuhnya tercapai (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Rendahnya kepatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor individu maupun lingkungan. Penelitian menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan mengenai manfaat TTD, munculnya persepsi negatif terhadap efek samping seperti mual atau konstipasi, rendahnya motivasi, kurangnya dukungan keluarga maupun sekolah, serta media edukasi yang kurang menarik menjadi penyebab utama rendahnya konsumsi TTD pada remaja putri (Asmanidar et al., 2024; Harding et al., 2017). Selain itu, menurut Icek Ajzen, sikap positif terhadap suatu perilaku akan meningkatkan niat seseorang untuk melaksanakan perilaku tersebut, sehingga pembentukan sikap yang baik melalui edukasi kesehatan diharapkan mampu meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa sikap positif berhubungan dengan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri (Risva et al., 2016).

Salah satu strategi edukasi yang saat ini banyak dikembangkan adalah penggunaan media audiovisual berupa video animasi. Media ini mampu mengintegrasikan unsur visual, audio, dan narasi sehingga informasi lebih mudah dipahami, meningkatkan perhatian peserta didik, serta memperkuat retensi informasi dibandingkan metode ceramah konvensional. Berdasarkan teori pembelajaran multimedia yang dikemukakan oleh Richard E. Mayer, penyampaian informasi melalui kombinasi teks, gambar, dan suara dapat meningkatkan proses belajar karena melibatkan saluran visual dan verbal secara bersamaan. Sejumlah penelitian juga melaporkan bahwa edukasi menggunakan video animasi efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, maupun perilaku kesehatan pada remaja (Szeszak et al., 2016; Wijayanti et al., 2021).

Meskipun berbagai penelitian mengenai edukasi kesehatan terkait konsumsi Tablet Tambah Darah telah dilakukan, sebagian besar penelitian masih berfokus pada peningkatan pengetahuan, sedangkan kajian mengenai perubahan sikap dan perilaku setelah pemberian edukasi menggunakan media video animasi, khususnya pada siswi sekolah menengah pertama di Kota Pangkalpinang, masih relatif terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut sebagai dasar penyusunan strategi edukasi kesehatan yang lebih efektif di lingkungan sekolah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh

edukasi menggunakan media video animasi terhadap sikap dan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah pada siswi SMP Negeri 10 Pangkalpinang. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan media promosi kesehatan yang lebih inovatif serta mendukung keberhasilan program pencegahan anemia pada remaja putri di lingkungan sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental* melalui rancangan *one-group pretest–posttest design*. Desain ini digunakan untuk mengevaluasi perubahan sikap dan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa edukasi menggunakan media video animasi. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 10 Pangkalpinang pada periode Januari 2024 hingga Juni 2025, sedangkan pengambilan data lapangan dilakukan pada tahun 2024.

Populasi penelitian adalah seluruh siswi SMP Negeri 10 Pangkalpinang yang memperoleh program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD), dengan jumlah populasi sebanyak 177 orang. Besar sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (*error rate*) sebesar 5%, sehingga diperoleh jumlah sampel minimal sebanyak 123 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria inklusi meliputi: (1) remaja putri berusia 10–19 tahun, (2) bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan, dan (3) mengikuti program pemberian Tablet Tambah Darah di sekolah. Adapun kriteria eksklusi adalah siswi yang tidak hadir pada saat pelaksanaan penelitian.

Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur yang terdiri atas 11 pernyataan sikap menggunakan skala Likert empat tingkat (sangat setuju hingga sangat tidak setuju) serta 10 pertanyaan perilaku dengan pilihan jawaban ya dan tidak. Sebelum digunakan pada penelitian utama, instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas terhadap 30 responden di SMP Negeri 2 Pangkalpinang. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi item, sedangkan reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien Kuder–Richardson 20 (KR-20). Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh item memenuhi kriteria valid dan reliabel sehingga layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Intervensi penelitian berupa edukasi kesehatan menggunakan video animasi yang dikembangkan oleh peneliti. Seluruh responden terlebih dahulu mengisi kuesioner *pretest* untuk mengukur kondisi awal sikap dan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah. Selanjutnya responden memperoleh edukasi melalui pemutaran video animasi yang berisi informasi mengenai anemia, penyebab, dampak, manfaat Tablet Tambah Darah, cara konsumsi yang benar, serta upaya mengurangi efek samping. Setelah intervensi selesai, responden kembali mengisi kuesioner *posttest* menggunakan instrumen yang sama untuk mengetahui perubahan sikap dan perilaku setelah pemberian edukasi.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi skor sikap dan perilaku dalam bentuk frekuensi, persentase, rerata, dan simpangan baku. Sebelum analisis bivariat dilakukan, data diuji normalitas menggunakan uji *Shapiro–Wilk*. Karena hasil uji normalitas menunjukkan data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), maka perbedaan skor *pretest* dan *posttest* dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* dengan tingkat signifikansi 95% ($\alpha = 0,05$). Nilai $p < 0,05$ diinterpretasikan sebagai adanya pengaruh edukasi video animasi terhadap perubahan sikap dan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah pada responden.

HASIL

1. Karakteristik Responden

Penelitian melibatkan 123 orang siswi SMP Negeri 10 Pangkalpinang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Berdasarkan distribusi umur, sebagian besar responden berusia 14 tahun, yaitu sebanyak 60 orang (49%), diikuti usia 13 tahun sebanyak 39 orang (32%), usia 15 tahun sebanyak 19 orang (15%), usia 16 tahun sebanyak 4 orang (3%), dan usia 12 tahun sebanyak 1 orang (1%).

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Umur (tahun)	n	%
12	1	1,0
13	39	32,0
14	60	49,0
15	19	15,0
16	4	3,0
Total	123	100

2. Perubahan Sikap Konsumsi Tablet Tambah Darah

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan sikap positif setelah responden memperoleh edukasi menggunakan media video animasi. Persentase sikap positif meningkat dari 78% pada saat pretest menjadi 85% pada saat posttest, sehingga terjadi peningkatan sebesar 7%.

Uji normalitas menunjukkan data tidak berdistribusi normal sehingga analisis dilanjutkan menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test*. Hasil analisis memperoleh nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara skor sikap sebelum dan sesudah intervensi.

3. Perubahan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah

Perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah juga mengalami peningkatan setelah pemberian edukasi. Persentase perilaku positif meningkat dari 55% pada pretest menjadi 58% pada posttest, atau meningkat sebesar 3%.

Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga terdapat perbedaan perilaku yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian edukasi menggunakan media video animasi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media video animasi efektif meningkatkan sikap maupun perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah pada siswi SMP Negeri 10 Pangkalpinang.

PEMBAHASAN

1. Pengaruh Edukasi Video Animasi terhadap Sikap Konsumsi Tablet Tambah Darah

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi melalui media video animasi mampu meningkatkan sikap positif siswi terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah. Peningkatan persentase sikap dari 78% menjadi 85% serta hasil uji *Wilcoxon* yang signifikan ($p = 0,001$) menunjukkan bahwa media video animasi efektif membentuk sikap positif mengenai pentingnya pencegahan anemia melalui konsumsi TTD.

Secara teoritis, temuan ini dapat dijelaskan melalui Teori Pembelajaran Multimedia oleh Richard E. Mayer yang menyatakan bahwa kombinasi unsur visual, audio, dan teks mampu meningkatkan pemrosesan informasi sehingga pesan kesehatan lebih mudah dipahami dan diingat. Selain itu, berdasarkan *Theory of Planned Behavior* dari Icek Ajzen, perubahan sikap merupakan faktor penting dalam membentuk niat dan perilaku kesehatan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian terbaru yang melaporkan bahwa media audiovisual memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja mengenai anemia serta kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah. Penelitian oleh Wijayanti et al. (2021) menunjukkan bahwa edukasi berbasis video secara signifikan meningkatkan sikap remaja terhadap perilaku kesehatan. Demikian pula penelitian Asmanidar et al. (2024) menyatakan bahwa media edukasi interaktif mampu meningkatkan penerimaan remaja terhadap program suplementasi zat besi.

Meskipun demikian, masih terdapat sebagian responden yang mempertahankan persepsi yang kurang tepat mengenai konsumsi Tablet Tambah Darah, misalnya terkait efek samping maupun dosis penggunaan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perubahan sikap tidak hanya dipengaruhi oleh informasi yang diberikan, tetapi juga pengalaman pribadi, lingkungan sosial, serta kebiasaan yang telah terbentuk sebelumnya. Oleh karena itu, edukasi perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan guru, petugas kesehatan, dan orang tua.

2. Pengaruh Edukasi Video Animasi terhadap Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah

Penelitian ini juga menunjukkan adanya peningkatan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah setelah pemberian edukasi, meskipun peningkatannya relatif lebih kecil dibandingkan perubahan sikap. Persentase perilaku meningkat dari 55% menjadi 58%, sedangkan hasil uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p = 0,000$).

Perubahan perilaku yang lebih rendah dibandingkan perubahan sikap merupakan kondisi yang umum dijumpai dalam penelitian perilaku kesehatan. Pengetahuan dan sikap dapat berubah segera setelah intervensi, sedangkan perubahan perilaku memerlukan waktu lebih lama karena dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pendukung, dan faktor penguat sebagaimana dijelaskan dalam model perilaku kesehatan. Dengan kata lain, seseorang dapat memiliki sikap yang positif terhadap konsumsi TTD, namun belum tentu langsung mengubah kebiasaan mengonsumsinya secara rutin.

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Wijayanti et al. (2021) yang menunjukkan bahwa media video mampu meningkatkan perilaku kesehatan remaja, meskipun perubahan perilaku berlangsung secara bertahap. Penelitian lain pada remaja Indonesia juga melaporkan bahwa kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah dipengaruhi oleh dukungan guru, keluarga, ketersediaan tablet di sekolah, serta persepsi terhadap efek samping.

Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media video animasi layak diterapkan sebagai salah satu strategi promosi kesehatan di sekolah untuk mendukung program pencegahan anemia pada remaja putri. Namun demikian, efektivitas intervensi akan lebih optimal apabila disertai dengan edukasi berulang, monitoring konsumsi TTD, serta penguatan dukungan dari guru, tenaga kesehatan, dan orang tua sehingga perubahan sikap dapat berkembang menjadi perilaku yang berkelanjutan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan menggunakan media video animasi efektif dalam meningkatkan sikap dan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada siswi SMP Negeri 10 Pangkalpinang. Setelah pemberian intervensi, terjadi peningkatan proporsi sikap positif dari 78% menjadi 85% serta peningkatan perilaku konsumsi TTD dari 55% menjadi 58%.

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest pada variabel sikap ($p = 0,001$) maupun perilaku ($p < 0,001$), sehingga menunjukkan bahwa media video animasi berpengaruh terhadap perubahan sikap dan perilaku responden. Temuan ini mengindikasikan bahwa media audiovisual merupakan sarana edukasi kesehatan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman dan membangun perilaku positif terkait pencegahan anemia pada remaja putri. Oleh karena itu, pemanfaatan video animasi dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari program edukasi kesehatan di sekolah untuk mendukung keberhasilan program suplementasi Tablet Tambah Darah dan pencegahan anemia pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriningsih, A., Madanijah, S., Dwiriani, C. M., & Kolopaking, R. (2019). *Peranan orang tua dalam meningkatkan kepatuhan siswi minum tablet zat besi folat di Kota Depok*. Gizi Indonesia, 42 (2), 71–82.
- Asmanidar, A., Sasmita, Y., & Lizam, T. C. (2024). *Edukasi upaya pencegahan anemia pada santriwati di Dayah Pesantren Darul Wustha Kecamatan Labuhan Haji Barat Kabupaten Aceh Selatan*. Jurnal Pengabdian Multidisiplin, 3 (2).
- Dewi, G. R., Sebayang, S. K., & Hapsah, M. (2020). *Gambaran tingkat depresi pada remaja yang aktif berorganisasi di sekolah menengah kejuruan X Banyuwangi*. Journal of Community Mental Health and Public Policy, 3 (1), 19–30.
- Fadelina, A. N., Tivani, I., & Prastiwi, R. S. (2021). *Gambaran pengetahuan remaja putri tentang manfaat konsumsi tablet tambah darah pada saat menstruasi di Desa Lawatan RW 04*.
- Harding, K. L., Aguayo, V. M., & Webb, P. (2017). *Hidden hunger in South Asia: A review of recent evidence*. Current Opinion in Clinical Nutrition and Metabolic Care, 20 (6), 470–477.
- Indriani, S., Fithriana, D., & Santosa, I. M. E. (2019). *Hubungan paritas dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Gunungsari*. PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan, 5 (1).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kulsum, U. (2020). *Pola menstruasi dengan terjadinya anemia pada remaja putri*. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan, 11 (2), 314–327.
- Made, P., & Saraswati, I. (2021). *Hubungan kadar hemoglobin dengan prestasi belajar pada siswa sekolah menengah atas*. Jurnal Medika Utama, 2 (4), 1187–1191.
- Nuradhiani, A., Briawan, D., & Dwiriani, C. M. (2017). *Dukungan guru meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Bogor*. Jurnal Gizi dan Pangan, 12 (3), 153–160.
- Permatasari, T., Briawan, D., & Madanijah, S. (2018). *Efektivitas program suplementasi zat besi pada remaja putri di Kota Bogor*. Jurnal MKMI, 14 (1), 1–8.
- Putra, K. A., Munir, Z., & Siam, W. N. (2020). *Hubungan kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso*. Jurnal Keperawatan Profesional, 8 (1). <https://doi.org/10.33650/jkp.v8i1.1021>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Wahyuningsih, H., Purnamaningrum, Y. E., Waluyo, W., & Herawati, L. (2022). *Pemberdayaan keluarga dalam pendampingan minum tablet tambah darah bagi remaja*. J-Dinamika: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 7 (2), 262–266.

World Health Organization. (2023). *Anaemia*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia>