
Vol. 7 No. 2, Sept 2025 | 42-50



Journal of Religion and Public Health

<https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/jrph/index>

**PENGARUH VIDEO YOUTUBE TENTANG ANEMIA TERHADAP
PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI**

***THE INFLUENCE OF YOUTUBE VIDEOS ABOUT ANEMIA ON THE
KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF TEENAGE GIRLS***

Niken Sabrina Aulia^{1*}, Raihana Nadra Alkaff¹, Fajar Ariyanti¹, Ratri Ciptaningtyas¹, Wulan Nurullinisa¹

¹Public Health Study Program, Faculty of Health Science, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, Tangerang Selatan 15419, Indonesia

*Corresponding Author: nikensabrinaaulia@gmail.com

Received: 16 January 2025; Revised: 07 May 2025; Accepted: 12 June 2025

Abstract

Anemia is a common health problem among adolescent girls and can lead to decreased productivity and academic performance. One in four teenage girls in Kembangan, West Jakarta suffers from anemia.. Health education through video platforms, such as YouTube, has the potential to be an effective method in improving knowledge and attitudes related to anemia in adolescents. This study aims to analyze the effect of health education through YouTube videos on the knowledge and attitudes of adolescent girls at SMPN 207 West Jakarta. The research design used was quasi-experimental with pre-test and post-test groups consisting of an experimental group (YouTube videos) and a control group (PowerPoint). The number of respondents was 40 adolescent girls in each group, which were selected using simple random sampling technique. Data analysis was conducted using Mann-Whitney and independent t-test. The results showed a significant increase in the knowledge and attitude of adolescent girls in the YouTube video group, with a p value of 0.000 ($p < 0.05$). This shows that the use of YouTube videos is effective in improving adolescents' understanding and attitude towards anemia compared to conventional methods. In conclusion, education through YouTube video media can be used as an alternative health promotion method that is more interesting and effective in improving literacy.

Keywords: Anemia, Health Intervention, Intervention Media

Abstrak

Anemia merupakan masalah kesehatan umum di kalangan remaja putri dan dapat berdampak pada penurunan produktivitas dan prestasi akademis. Satu dari Empat remaja putri di Kembangan, Jakarta Barat mengalami anemia. Edukasi kesehatan melalui platform video, seperti YouTube, berpotensi sebagai metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap terkait anemia pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi kesehatan melalui video YouTube terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMPN 207 Jakarta Barat. Desain penelitian yang digunakan adalah quasi-eksperimental dengan kelompok pre-test dan post-test yang terdiri dari kelompok eksperimen (video YouTube) dan kelompok kontrol (PowerPoint). Jumlah responden adalah 40 remaja putri di setiap kelompok, yang dipilih dengan teknik simple random sampling. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon, Mann-Whitney, paired sample t-test, dan independent sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada pengetahuan dan sikap remaja putri dalam kelompok video YouTube, dengan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan video YouTube efektif dalam meningkatkan pemahaman dan sikap remaja terhadap anemia dibandingkan dengan metode konvensional. Kesimpulannya, edukasi melalui media video YouTube dapat digunakan sebagai alternatif metode promosi kesehatan yang lebih menarik dan efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan remaja.

Keywords: Anemia, Intervensi Kesehatan, Media Intervensi

DOI : [10.15408/jrph.v7i2.44343](https://doi.org/10.15408/jrph.v7i2.44343)

Latar Belakang

Anemia adalah salah satu masalah kesehatan global yang banyak dialami, baik di negara maju maupun berkembang, termasuk Indonesia. Kondisi ini terjadi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari batas normal, dengan nilai normal remaja putri berada di kisaran 12-15 gr/dl (1). Kelompok remaja putri rentan mengalami anemia karena menstruasi bulanan, yang mengakibatkan kehilangan zat besi. Data dari *World Health Organization* (WHO) 2019 menunjukkan prevalensi anemia pada wanita usia produktif mencapai 29,9%, termasuk kelompok usia remaja putri yang angkanya mencapai 27,2% (2). Di Indonesia, Riskesdas 2018 melaporkan prevalensi anemia pada usia 15-24 tahun sebesar 32%, yang Berdasarkan Suku Dinas Jakarta Barat 2019 menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah serius di kalangan remaja Indonesia. Bahkan di Jakarta Barat, jumlah kasus anemia pada remaja usia 10-19 tahun meningkat dari 425 kasus pada tahun 2018 menjadi 662 kasus pada tahun 2019. Kondisi ini perlu mendapat perhatian, karena anemia pada remaja

berdampak pada produktivitas dan kesehatan secara keseluruhan, termasuk penurunan kemampuan belajar, kesehatan fisik, dan risiko komplikasi reproduksi di masa depan (3).

Beberapa faktor penyebab anemia pada remaja putri antara lain adalah pola menstruasi, asupan zat besi yang rendah, penyakit infeksi, serta kurangnya pengetahuan dan edukasi tentang anemia (4). Faktor-faktor ini semakin dipengaruhi oleh kurangnya akses terhadap edukasi kesehatan yang menyasar remaja secara efektif. Pemerintah Indonesia telah mengupayakan beberapa program pencegahan untuk mengatasi anemia pada remaja melalui program Aksi Bergizi. Program ini merupakan kerja sama dengan UNICEF yang berfokus pada promosi kesehatan melalui kegiatan senam bersama, sarapan bersama, edukasi tentang pentingnya nutrisi, dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada remaja putri di sekolah (5). Upaya ini penting mengingat anemia memiliki dampak besar pada kualitas hidup remaja dan membutuhkan kolaborasi berbagai pihak dalam implementasinya.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi berbasis video memiliki potensi besar dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terkait anemia (6) (7). Media seperti video edukasi dinilai lebih efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan dan mampu mempengaruhi perilaku kesehatan dibandingkan metode konvensional. Namun, penelitian sebelumnya sebagian besar hanya berfokus pada penyampaian edukasi langsung di sekolah dan belum sepenuhnya memanfaatkan platform digital yang luas jangkauannya seperti media sosial. Sebagai contoh, YouTube merupakan salah satu platform yang paling sering diakses oleh remaja di Indonesia, di mana 88,1% remaja dilaporkan mengaksesnya setiap hari (8). Meski demikian, sebagian besar remaja belum mendapat akses informasi yang memadai tentang kesehatan, termasuk anemia, melalui YouTube. Studi pendahuluan di SMPN 207 Jakarta Barat menunjukkan bahwa 75% remaja putri menggunakan YouTube untuk mengakses informasi kesehatan, namun 90% di antaranya belum pernah menonton video edukasi anemia dari sumber resmi seperti *United Nations Children's Fund* (UNICEF), Kementerian Kesehatan, atau Puskesmas setempat.

Berdasarkan kondisi ini, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh edukasi kesehatan melalui platform YouTube terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai anemia di Jakarta Barat pada tahun 2024. Dengan memanfaatkan media yang akrab dengan remaja, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan baru tentang peran media sosial dalam menyebarkan informasi kesehatan dan menjadi bahan pertimbangan bagi pemerintah serta pihak terkait dalam merancang program edukasi kesehatan yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan remaja putri.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan model pre-test dan post-test pada dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen mendapatkan edukasi menggunakan media video YouTube,

sedangkan kelompok kontrol menggunakan media PowerPoint. Desain ini dipilih untuk mengukur pengaruh intervensi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap pada masing-masing kelompok. Populasi penelitian adalah remaja putri kelas VII dan VIII di SMPN 207 Jakarta Barat, dengan total 257 siswa. Sampel terdiri dari 40 remaja putri untuk kelompok eksperimen dan 40 remaja putri untuk kelompok kontrol yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi remaja putri yang telah menstruasi, berusia 12-15 tahun, dan bersedia mengikuti kegiatan penelitian. Kriteria eksklusi mencakup siswa yang tidak hadir saat edukasi berlangsung atau tidak menyelesaikan seluruh proses penelitian. Pengambilan sampel dilakukan secara simple random sampling untuk mendapatkan sampel yang representatif.

Data primer dikumpulkan langsung dari responden melalui pengukuran skor pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner tertulis. Kuesioner untuk mengukur pengetahuan terdiri dari pertanyaan pilihan ganda, sementara kuesioner untuk sikap menggunakan skala Likert dengan 10 pernyataan (7 pernyataan positif dan 3 pernyataan negatif). Instrumen yang digunakan telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebelumnya untuk memastikan keakuratan pengukuran. Intervensi diberikan selama dua sesi, dengan jeda satu minggu antar-sesi. Kelompok eksperimen menonton video edukasi yang diunggah di YouTube oleh Kementerian Kesehatan RI dan Puskesmas Tambora Jakarta Barat, sedangkan kelompok kontrol menerima materi melalui presentasi PowerPoint.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Mann-Whitney untuk mengetahui efek intervensi sebelum dan sesudah intervensi pada data tidak normal dan independent sample t-test pada data normal pada variable pengetahuan dan sikap. Uji statistik ini digunakan untuk menentukan apakah ada perbedaan signifikan dalam pengetahuan dan sikap pada kedua kelompok setelah intervensi. Penelitian ini telah mendapat persetujuan etika dari Komite Riset Etika Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, dengan nomor Un.01/F.10/KP.01.1/E.AP/04.08.024/2024.

Hasil

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Umur dan Kelas Siswa SMPN 207 Jakarta Tahun 2024

Variabel	Video YouTube		PowerPoint	
	Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
Umur				
12	1	2,5%	-	-
13	9	22,5%	14	35%
14	14	35%	16	40%
15	16	40%	10	25%
Kelas				
VII	23	57,5%	22	55%

VIII	17	42,5%	18	45%
-------------	----	-------	----	-----

Berdasarkan hasil tabel 1. menunjukkan bahwa distribusi umur pada kelompok video YouTube sebagian besar (40%) remaja putri berusia 15 tahun, sedangkan untuk kelas sebesar 57% remaja putri yang berasal dari kelas tingkat VIII. Sedangkan untuk kelompok PowerPoint sebagian besar (40%) remaja putri berusia 15 tahun sedangkan untuk kelas sebesar (40%) remaja putri yang berasal dari kelas tingkat VII.

Tabel 2. Skor Pengetahuan dan Sikap Anemia Pada Kelompok Video Youtube dan Powerpoint

Variabel	Kategori	YouTube		PowerPoint (n=40)	
		Pre	Post	Pre	Post
Pengetahuan	Baik	3 (7,5%)	40 (100%)	8 (20%)	34 (85%)
	Cukup	30 (75%)	-	31 (77%)	6 (15,5%)
	Kurang	7 (17,5%)	-	1 (2,5%)	-
Sikap	Baik	18 (45%)	40 (100%)	15 (37,5%)	35 (87,5%)
	Cukup	22 (55%)	-	25 (62,5%)	5 (12,5%)

Tabel 2. Menunjukkan hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan melalui video YouTube memberikan pengaruh signifikan terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia. Pada tahap pre-test, hanya 3 responden (7,5%) memiliki pengetahuan baik, namun setelah intervensi, seluruh responden (100%) mencapai kategori pengetahuan baik. Demikian pula dengan sikap, terjadi peningkatan dari 45% menjadi 100% responden dengan sikap baik.

Dibandingkan dengan kelompok PowerPoint yang hanya mencapai 85% pengetahuan baik dan 87,5% sikap baik, video YouTube menunjukkan keunggulan dalam mentransformasi pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia. Hal ini mengindikasikan efektivitas video YouTube sebagai media edukasi kesehatan bagi remaja putri di SMPN 207 Jakarta.

Tabel 3. Perbedaan Pengetahuan Responden antara Kelompok Youtube dan Powerpoint

Kelompok	N	Mean Ranks	P Value
Post-Test Video YouTube	40	53,88	0,000
Post-Test PowerPoint	40	27,13	

*Mann-Whitney

Tabel 3. Berdasarkan hasil analisis perbedaan pengetahuan responden

menggunakan uji Mann-Whitney, diperoleh nilai *mean ranks* untuk kelompok video YouTube sebesar 53,88 dan *mean ranks* kelompok PowerPoint sebesar 27,13 dengan nilai P Value 0,000. Nilai signifikansi kurang dari 0,05 menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan dalam peningkatan pengetahuan antara kedua kelompok, dengan video YouTube menampilkan performa yang lebih unggul dalam mentransformasi pengetahuan responden tentang anemia.

Tabel 4. Perbandingan Sikap Remaja Putri antara Kelompok Video YouTube dengan PowerPoint

Variabel Sikap	Mean	Sig (2-tailed)	N
Video YouTube			
PowerPoint	3,925	0,000	40

**Uji Independent T-test*

Tabel 4. Analisis perbandingan sikap menggunakan uji Independent T-Test menghasilkan mean 3,925 dengan tingkat signifikansi (*2-tailed*) sebesar 0,000. Nilai signifikansi yang jauh lebih kecil dari 0,05 mengindikasikan terdapat perbedaan yang bermakna dalam perubahan sikap antara kelompok video YouTube dan PowerPoint. Hal ini secara statistik membuktikan bahwa video YouTube memiliki pengaruh yang lebih efektif dalam mengubah sikap remaja putri terkait pemahaman mereka tentang anemia.

Pembahasan

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa penggunaan video YouTube sebagai media edukasi kesehatan lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap anemia, jika dibandingkan dengan penggunaan PowerPoint. Temuan ini sangat relevan dengan tujuan penelitian, yaitu untuk mengevaluasi cara-cara yang dapat memberikan dampak positif pada pengetahuan dan sikap kesehatan remaja. Video, dengan kemampuan visual dan audionya, mampu menyampaikan informasi yang cukup kompleks secara lebih mudah dan menarik bagi remaja. Menurut Mayer kombinasi elemen visual dan audio dalam video membantu audiens untuk memahami topik yang mungkin sulit dijelaskan hanya melalui teks atau gambar statis (9).

Pada kelompok yang menerima edukasi melalui video, terjadi peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap yang signifikan setelah diberikan edukasi tentang anemia. Hal ini didukung oleh mekanisme pemrosesan kognitif yang lebih baik ketika informasi visual dan auditori dipadukan. Selain itu, video memungkinkan penyampaian informasi dengan cara yang lebih memotivasi dan mudah diingat, menjadikannya alat edukasi yang kuat dalam mendukung pemahaman topik-topik kesehatan. Sementara itu, meskipun PowerPoint juga membantu menyampaikan

informasi dengan struktur yang rapi, metode ini cenderung lebih pasif dan mungkin tidak dapat menarik perhatian atau menciptakan keterlibatan emosional yang cukup untuk mendorong perubahan sikap secara signifikan. Penelitian Thompson sejalan dengan temuan ini, di mana video terbukti lebih berhasil meningkatkan pemahaman dan keterlibatan audiens dibandingkan metode statis (10). Pendidikan media video efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet suplemen darah, khususnya terkait pentingnya mengkonsumsi tablet darah untuk anemia defisiensi besi (11). Media video secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang pencegahan anemia dibandingkan dengan presentasi powerpoint (12).

Selain itu, hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian Khatri et al. dan Wahyuni et al. yang menunjukkan efektivitas video sebagai alat edukasi kesehatan yang mampu membentuk sikap positif (13) (14). Dalam promosi kesehatan, edukasi berulang, seperti dalam bentuk video, membantu memperkuat sikap positif dan memberi waktu yang cukup bagi audiens untuk benar-benar mencerna dan merefleksikan informasi. Edukasi yang diberikan berulang kali ini memungkinkan informasi lebih tertanam dalam pemikiran remaja, yang pada akhirnya dapat memperkuat persepsi positif mereka tentang pencegahan anemia (13) (14). Pendidikan kesehatan dengan menggunakan media audio visual (video) meningkatkan perilaku remaja putri dalam meningkatkan kebersihan diri sehingga lebih efektif dibandingkan dengan pembelajaran dengan menggunakan Powerpoint (15).

Secara keseluruhan, edukasi kesehatan melalui video YouTube memberikan pengaruh yang lebih kuat pada perubahan pengetahuan dan sikap remaja putri dibandingkan PowerPoint. Sebagai alat edukasi yang disukai dan sesuai dengan preferensi remaja, video memiliki potensi besar sebagai media yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap positif kesehatan di kalangan remaja. Temuan ini mendukung pentingnya media edukasi yang interaktif dan menarik dalam mendukung perubahan perilaku kesehatan positif, memberikan bukti bahwa video merupakan pilihan yang kuat dan efektif dalam promosi kesehatan remaja. Namun penelitian ini memiliki keterbatasan, pengetahuan siswa hanya diberikan jeda satu minggu antara sebelum dan sesudah intervensi, sehingga peningkatan skor pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah hanya memperlihatkan *short term memory*, tidak bisa merefleksikan pemahaman yang menetap dalam jangka waktu menengah atau lama.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa video YouTube efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai anemia, lebih unggul dibandingkan PowerPoint karena menggabungkan elemen visual dan audio yang mudah dipahami. Temuan ini menegaskan pentingnya media digital yang sesuai dengan gaya belajar remaja dalam meningkatkan literasi kesehatan. Penelitian ini memberikan kontribusi signifikan dalam promosi kesehatan, khususnya untuk pencegahan anemia, dengan memanfaatkan platform seperti YouTube. Disarankan agar sekolah rutin menggunakan

media interaktif seperti video dalam edukasi kesehatan dan mendukung program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Penelitian lanjutan perlu mengeksplorasi dampak jangka panjang edukasi video dan pengembangan konten yang lebih interaktif.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih saya sampaikan kepada kepala sekolah dan guru di Smpn 207 Jakarta Barat yang telah berkenan menjadi tempat penelitian kami

Konflik Kepentingan

Penelitian ini bebas dari konflik kepentingan

Referensi

1. Indrawatiningsih Y, Hamid SA, Sari EP, Listiono H. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri. *J Ilm Univ Batanghari Jambi*. 2021;21(1):1–7. doi:10.33087/jiubj.v21i1.1116.
2. World Health Organization. *World Health Statistics 2021: Monitoring health for the SDGs*. Geneva: WHO; 2021. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/342703/9789240027053-eng.pdf>
3. Maryam S. Analisis riwayat tablet tambah darah pada ibu hamil dengan anemia di Indonesia (data Riskesdas 2018). *J Kebidanan*. 2020;10(2):1–8. Available from: <https://journal.unita.ac.id/index.php/bidan/article/view/404>
4. Chaparro CM, Suchdev PS. Anemia epidemiology, pathophysiology, and etiology in low- and middle-income countries. *Ann N Y Acad Sci*. 2019;1450(1):15–31. doi:10.1111/nyas.14092.
5. Direktorat Jenderal Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI. *Pedoman Aksi Bergizi: Upaya pencegahan anemia pada remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2022.
6. Widayastuti, Susanti, Suryati Y. Pengaruh edukasi melalui video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia. *J Kebidanan*. 2021;13(1):39–46.
7. Pratiwi Y, Puspitasari DI. Efektivitas edukasi gizi melalui media video terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia di SMAN 1 Sukoharjo, Jawa Tengah. *J Keperawatan Indones*. 2023;18(1):24–31.
8. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). *Laporan survei internet APJII 2019–2020*. Jakarta: APJII; 2020.
9. Mayer R. Cognitive theory of multimedia learning. In: Mayer RE, editor. *The Cambridge handbook of multimedia learning*. 2nd ed. Cambridge: Cambridge University Press; 2014. p. 43–71.
10. Thompson E, Mahoney M, Ball L. The effects of educational videos on HIV knowledge among adolescents in Sub-Saharan Africa. *AIDS Behav*. 2018;22(9):2878–85.

11. Wardhani D, Purnamasari I, Navelia Z. Pengaruh edukasi media video terhadap pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi tablet suplemen zat besi. *J Kesmas Khatulistiwa*. 2024;11(4). doi:10.29406/jkmk.v11i4.7126.
12. Febrianta R, Gunawan I, Sitasari A. Pengaruh media video terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang anemia di wilayah kerja Puskesmas Nanggulan Kabupaten Kulon Progo. 2019;15:81–90.
13. Khatri P, Singh SR, Belani NK, Yeong YL, Lohan R. YouTube as source of information on 2019 novel coronavirus outbreak: a cross-sectional study of English and Mandarin content. *Travel Med Infect Dis*. 2020;35:101636. doi:10.1016/j.tmaid.2020.101636.
14. Wahyuni AS, Amelia R, F I, Pallysater D, Nadhilla. The difference of educational effectiveness using presentation slide method with video about prevention of hypertension on increasing knowledge and attitude in people with hypertension risk in Amplas Health Center. *J Med Sci*. 2019;7(20):3478–82.
15. Herawati N, Kusmaryati P, Wuryandari A. Audio visual dan PowerPoint sebagai media edukasi dalam mengubah pengetahuan dan perilaku remaja. *J Keperawatan Silampari*. 2022;6(1). doi:10.31539/jks.v6i1.3772.