

Pengaruh Video Edukasi Terhadap Motivasi Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet FE Pada Remaja Putri di SMPN 4 Kaur

Resya Aprillia^{1*}, Sinta Arjanah²

¹ STIKes Sapta Bakti, Jl. Mahakam Raya No.16, Kota Bengkulu 38225, Indonesia

² STIKes Sapta Bakti, Jl. Mahakam Raya No.16, Kota Bengkulu 38225, Indonesia

*resyaaprillia@gmail.com

Abstrak

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang berdampak terhadap produktivitas, kualitas hidup, serta keberlangsungan pendidikan. Salah satu upaya pencegahannya dengan mengonsumsi tablet Fe secara rutin, namun kepatuhan remaja masih rendah akibat kurangnya motivasi dan pemahaman. Edukasi berbasis video dinilai sebagai alternatif intervensi yang menarik, interaktif, dan mudah diakses. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh video edukasi terhadap motivasi dan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Desain penelitian menggunakan kuantitatif pre-eksperimental dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Sampel berjumlah 55 remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Kabupaten Kaur, dipilih secara *simple random sampling*. Intervensi berupa video edukasi diberikan sebanyak sembilan kali selama empat minggu, baik secara langsung di sekolah maupun melalui grup WhatsApp. Instrumen berupa kuesioner motivasi dan observasi kepatuhan, dan analisis data menggunakan uji Paired Sample T-Test. Hasil penelitian menunjukkan sebelum intervensi sebanyak 61,8% responden memiliki motivasi negatif dan hanya 30,9% yang patuh. Setelah intervensi, motivasi positif meningkat menjadi 70,9% dan kepatuhan mencapai 74,5%. Uji Paired Sample T-Test membuktikan adanya perbedaan signifikan pada motivasi ($p = 0,000$) dan kepatuhan ($p = 0,000$). Disimpulkan bahwa video edukasi berpengaruh signifikan dalam meningkatkan motivasi dan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana media video dapat mempengaruhi tingkat motivasi dan kepatuhan remaja putri konsumsi tablet FE.

Kata kunci: Video Edukasi, Motivasi, Kepatuhan, Tablet Fe, Remaja Putri

Abstract

Anemia in adolescent girls remains a public health problem that impacts productivity. One preventative measure is to consume iron tablets regularly, but adolescent compliance remains low due to a lack of motivation and understanding. Video-based education is considered an attractive and easily accessible alternative intervention. This study aims to investigate the impact of educational videos on motivation and adherence to iron tablet consumption. The quantitative pre-experimental design employed a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 55 adolescent girls at State Junior High School 4, Kaur Regency. The intervention, in the form of educational videos, was delivered nine times over four weeks, both in person at school and through a WhatsApp group. The instruments included a motivation questionnaire and compliance observation. Data analysis utilized a Paired Sample T-Test. The results showed that before the intervention, 61.8% of respondents had negative motivation, and only 30.9% were compliant. After the intervention, positive motivation increased to 70.9% and compliance reached 74.5%. The paired sample t-test revealed a significant difference in

motivation ($p = 0.000$) and compliance ($p = 0.000$). It was concluded that educational videos had a significant effect in increasing motivation and compliance in consuming Fe tablets. The results of this study can provide a deeper understanding of how video media influences the level of motivation and compliance among adolescent girls in consuming FE tablets.

Keywords: *Educational video, motivation, adherence, iron tablets, adolescent girls*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan, termasuk anemia. Menurut WHO, prevalensi anemia pada remaja tahun 2019 sebesar 29,9%. Prevalensi ini setara dengan lebih dari setengah miliar wanita berusia 15-49 tahun (WHO, 2021). Prevalensi anemia pada remaja putri mencapai angka yang cukup mengkhawatirkan, yaitu sekitar 22,7%. Tercatat sebesar 26,8% anak usia 5-14 tahun menderita anemia dan 32% pada usia 15-24 tahun. Artinya, 3 dari 10 remaja menderita anemia (Kemenkes, 2022).

Anemia pada remaja putri dapat terjadi akibat pola makan yang kurang seimbang, kekurangan asupan zat besi, serta kehilangan darah akibat menstruasi. Jika tidak ditangani, anemia pada remaja putri dapat berlanjut hingga kehamilan, meningkatkan risiko stunting pada anak mereka di masa depan. Selain itu juga dapat memengaruhi pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kemampuan belajar. Data UNICEF-Indonesia (2023) menunjukkan bahwa remaja dari daerah dengan akses makanan terbatas lebih rentan terhadap kondisi ini (Yanti *et al.*, 2024).

Menurut angka kecukupan gizi (AKG) Indonesia, kebutuhan zat besi untuk remaja putri usia 13-18 tahun adalah sekitar 15-20 mg per hari, tergantung pada usia dan kondisi tubuh. Kebutuhan ini meningkat selama menstruasi atau jika terdapat risiko tambahan kehilangan zat besi (Lathifah *et al.*, 2024). Oleh karena itu, penatalaksanaan anemia sangat penting untuk mengembalikan kadar hemoglobin dan zat besi dalam tubuh. Penatalaksanaan tersebut mencakup pemberian tablet FE, perubahan pola makan dengan makanan yang kaya zat besi, serta pendidikan dan pemberdayaan bagi remaja dan orang tua tentang pentingnya gizi yang seimbang (Masruroh & Nugraha, 2020).

Pemerintah juga telah menyusun strategi terkait pemberian tablet FE kepada remaja putri sebagai salah satu upaya untuk menanggulangi anemia. Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) No. 88 Tahun 2014 mengatur pemberian tablet FE kepada remaja diberikan sebanyak 1 kali seminggu dan 1 kali sehari selama menstruasi. Tablet FE diberikan sebagai bagian dari pemberian suplementasi besi di sekolah-sekolah dan fasilitas kesehatan, dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas hidup remaja. Program ini juga dilaksanakan dengan melibatkan berbagai pihak, termasuk tenaga kesehatan, sekolah, dan keluarga, untuk memastikan bahwa remaja perempuan mendapatkan akses yang memadai terhadap tablet FE (Permenkes, 2015).

Berdasarkan data Kemenkes (2022), diketahui dari 12,1 juta remaja putri yang diidentifikasi memerlukan Tablet FE, hanya sekitar 8,3 juta yang meminumnya secara teratur, menempatkan mereka pada risiko tinggi anemia. Penelitian Dewi *et al.* (2024) menunjukkan bahwa kepatuhan mengonsumsi Tablet FE di kalangan remaja putri dapat ditingkatkan melalui intervensi berbasis sekolah, seperti Gerakan Aksi Bergizi. Program ini bertujuan untuk

meningkatkan kesadaran tentang pentingnya konsumsi Tablet FE secara rutin, dengan hasil menunjukkan peningkatan kepatuhan setelah intervensi.

Studi sebelumnya oleh Islamilenia *et al.* (2023) menyatakan bahwa penyuluhan menggunakan video edukasi untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi FE pada remaja putri di SMP 36 Semarang mendapatkan hasil terdapat peningkatan signifikan dengan nilai (p value $<0,05$). Penelitian Dwistika *et al.* (2023) dalam penelitiannya pengaruh edukasi anemia terhadap kepatuhan konsumsi Tablet FE pada hasil kepatuhan yang meningkat yaitu sebelum ($p=0,000$) dan sesudah perlakuan mendapatkan perbedaan yaitu ($P=0,002$). Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa video edukasi telah menunjukkan dampak positif pada kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet FE.

Berdasarkan hasil survei awal didapatkan fakta di SMPN 4 Kaur bahwa pemberian tablet FE rutin satu bulan satu kali dan diberikan sebanyak empat tablet untuk setiap siswa putri (Observasi Awal, September 2024). Namun demikian, tidak ada dilakukan monitoring dan evaluasi lanjutan untuk memantau kepatuhan para remaja dalam mengonsumsi tablet FE tersebut. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan motivasi dan kepatuhan yang serius, yang dapat berdampak buruk pada kesehatan remaja. Jika tidak ditangani dengan baik, berpotensi menimbulkan komplikasi serius. Oleh karena itu, pada penelitian ini kiranya dapat memberikan pemahaman yang tepat dan komprehensif kepada remaja putri tentang pentingnya motivasi dan kepatuhan mengonsumsi tablet FE. Berdasarkan latar belakang tersebut, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul pengaruh video edukasi terhadap motivasi dan kepatuhan konsumsi tablet FE pada remaja putri di SMPN 4 Kaur.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini merupakan *Quasy eksperimen design* dengan *design* penelitian *One group pretest-posttes design*. Menurut Anggreni (Anggreni, 2022) penelitian *eksperimen* dalam bidang kesehatan merupakan metode penelitian yang bertujuan untuk menguji efek atau hubungan sebab-akibat dari suatu intervensi atau perlakuan tertentu terhadap kondisi kesehatan. Pada penelitian ini, untuk mengetahui pengaruh video edukasi terhadap motivasi dan kepatuhan konsumsi tablet FE pada remaja putri di SMPN 4 Kaur.

Populasi dalam penelitian adalah remaja putri kelas VII sampai dengan kelas IX di SMPN 4 Kaur sebanyak 123 orang, Sedangkan Sampel dalam penelitian ini sebanyak 55 orang dengan kriteria inklusi remaja putri yang tinggal dengan orangtua dan remaja putri yang sudah menarche sedangkan kriteria eksklusi remaja yang tidak hadir saat penelitian berlangsung dan remaja yang tidak mengikuti kegiatan sampai dengan selesai.

Penelitian ini secara khusus mengadopsi dua variabel utama, yaitu motivasi dan kepatuhan, yang keduanya mengacu pada kerangka teori perubahan perilaku kesehatan dari Lawrence Green. Penelitian ini hanya mengambil motivasi dan kepatuhan karena keduanya dianggap sebagai elemen paling relevan dan langsung berhubungan dengan intervensi yang diberikan, yakni video edukasi (Berning, 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan dalam dua tahap, yakni tahap persiapan dan pelaksanaan. Pada tahap persiapan, peneliti merumuskan masalah, melakukan studi pustaka, konsultasi dengan

pembimbing, survei awal, dan penyusunan instrumen penelitian. Tahap pelaksanaan dimulai setelah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Sekolah Tinggi Kesehatan Sapta Bakti, dengan nomor 022/SKEB/ KEPKSSTIKesSaptaBakti/2024, surat rekomendasi dari DPM-PTSP Kabupaten Kaur, serta izin dari SMPN 4 Kaur. Pengumpulan data berlangsung pada Januari-Februari 2025. Data yang terkumpul diedit, dikoding, direkap melalui Excel, dan disusun dalam master tabel, lalu dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan SPSS untuk memperoleh hasil yang akurat dan terstruktur.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Remaja Putri SMPN 4 Kaur

Karakteristik	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Tempat tinggal		
Tinggal bersama orang tua	47	85,5
Tidak tinggal dengan orang tua	8	14,5
<i>Menarche</i>		
Sudah <i>menarche</i>	51	92,7
Belum <i>menarche</i>	4	7,3
Jumlah	55	100

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan hasil bahwa mayoritas remaja putri tinggal bersama orang tua (85,5%) dan sebagian besar remaja (92,7%) sudah mengalami menarche.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Motivasi Remaja Putri Konsumsi Tablet Fe Sebelum Diberikan Video Edukasi (Pretest)

Motivasi	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Positif	21	38,2
Negatif	34	61,8
Jumlah	55	100

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Remaja Putri Konsumsi Tablet Fe Sebelum Diberikan Video Edukasi (Pretest)

Kepatuhan	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Patuh	17	30,9
Tidak patuh	38	69,1
Jumlah	55	100

Hasil pretest dalam penelitian ini (Tabel 2 dan 3) menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri (61,8%) memiliki motivasi negatif terhadap konsumsi tablet Fe. Selain itu, hasil tingkat kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe juga tergolong rendah, dengan hanya 30,9% yang patuh, sedangkan 69,1% tidak patuh.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Motivasi Remaja Putri Konsumsi Tablet Fe Setelah Diberikan Video Edukasi (Posttest)

Motivasi	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Positif	39	70,9
Negatif	16	29,1
Jumlah	55	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Remaja Putri Konsumsi Tablet Fe Setelah Diberikan Video Edukasi (Posttest)

Kepatuhan	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Patuh	41	74,5
Tidak patuh	14	25,5
Jumlah	55	100

Berdasarkan Tabel 4 dan 5 didapatkan bahwa terdapat peningkatan yang sangat signifikan pada motivasi dan kepatuhan konsumsi tablet Fe di kalangan remaja putri SMPN 4 Kaur. Motivasi positif yang sebelumnya hanya sebesar 38,2% pada pretest, meningkat menjadi 70,9% pada posttest. Demikian pula, kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe melonjak dari 30,9% menjadi 74,5%, setelah mengikuti intervensi.

Tabel 6. Pengaruh Video Edukasi terhadap Motivasi dan Kepatuhan Konsumsi Tablet FE pada Remaja Putri di SMPN 4 Kaur

Pengaruh Antar Variabel	Mean	Std. Deviation	T	p value
Motivasi Pretest - Motivasi Posttest	6,74	5,88	8,500	0,000
Kepatuhan Pretest - Kepatuhan Posttest	1,83	1,74	7,826	0,000

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa rata-rata selisih motivasi sebesar 6,74. Artinya, setelah diberikan video edukasi, terjadi peningkatan skor motivasi sebesar 6,74 poin secara rata-rata. Nilai standar deviasi (*Std. Deviation*) sebesar 5,88 menunjukkan seberapa besar variasi dari nilai perbedaan motivasi antar responden.

Rata-rata selisih (*mean difference*) kepatuhan sebesar 1,83 menunjukkan bahwa rata-rata kepatuhan responden meningkat sebesar 1,83 poin setelah intervensi, dengan nilai standar deviasi sebesar 1,74 menunjukkan bahwa peningkatan ini terjadi secara relatif merata. Nilai *p-value* sebesar 0,000, nilai *p* yang sangat kecil (lebih kecil dari 0,05) menunjukkan bahwa peningkatan kepatuhan juga signifikan secara statistik.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri tinggal bersama orang tua (85,5%). Kondisi ini sebenarnya merupakan peluang dalam upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja. Remaja yang tinggal dengan orang tua memiliki akses

lebih dekat terhadap perhatian, pengawasan, dan kontrol dari orang tua, sehingga mereka berpotensi lebih terarah dalam perilaku kesehatannya. Penelitian Dwiyana *et al.* (2024) menemukan bahwa keterlibatan orang tua berhubungan positif dengan kepatuhan remaja dalam program konsumsi tablet Fe. Penelitian Rahman dan Fajar (2024) mengungkapkan bahwa remaja putri yang sudah mengalami menarche memiliki prevalensi anemia hampir dua kali lipat dibandingkan dengan mereka yang belum menarche. Hal ini memperkuat urgensi intervensi yang menekankan kepatuhan konsumsi tablet Fe.

Remaja yang tinggal bersama orang tua dan status menarche ini memberikan gambaran bahwa intervensi kesehatan di sekolah sebaiknya tidak hanya menyasar remaja putri, tetapi juga melibatkan orang tua. Dengan demikian, program edukasi kesehatan reproduksi dan gizi akan lebih efektif jika disampaikan secara kolaboratif, karena orang tua berfungsi sebagai pengawas langsung di rumah.

Peningkatan motivasi dan kepatuhan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi media edukatif berupa video terbukti efektif dalam membentuk dorongan internal remaja putri terhadap pentingnya mengonsumsi tablet Fe. Media video yang dikemas secara menarik, mudah dipahami, dan relevan dengan kehidupan sehari-hari remaja mampu meningkatkan kesadaran dan membentuk sikap positif terhadap pencegahan anemia. Hasil ini sejalan dengan penelitian Ramadhani (2022) yang menemukan bahwa penggunaan media audiovisual lebih efektif dalam meningkatkan motivasi dan pengetahuan dibandingkan metode ceramah biasa. Video dianggap lebih mampu menarik perhatian remaja dan memberikan pemahaman visual yang konkret terhadap risiko anemia dan manfaat tablet Fe. Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian Febriana (2021) yang menunjukkan bahwa remaja putri yang diberi edukasi melalui video animasi menunjukkan peningkatan motivasi sebesar 38% dibanding kelompok kontrol. Kedekatan antara konten video dengan pengalaman pribadi remaja berperan penting dalam membentuk persepsi dan sikap terhadap kesehatan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat bahwa sebagian besar remaja putri di SMPN 4 Kaur (85,5%) tinggal bersama orang tua, dan sebagian besar (92,7%) telah mengalami menarche. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri (61,8%) memiliki motivasi negatif terhadap konsumsi tablet Fe dengan tingkat kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe juga tergolong rendah yaitu sebagian besar tidak patuh (69,1%). Hasil posttest menunjukkan bahwa sebagian besar (70,9%) remaja putri SMPN 4 Kaur memiliki motivasi positif terhadap konsumsi tablet Fe dan kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe yaitu sebagian besar patuh 74,5%. Video edukasi berpengaruh signifikan terhadap motivasi ($p < 0,000$) dan kepatuhan ($p < 0,000$) konsumsi tablet FE pada remaja putri di SMPN 4 Kaur.

DAFTAR PUSTAKA

- Adyani, S.A.M. & Mahardika, M. 2023. Motivasi Klien dengan Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 7(1): 1–10. Tersedia di <https://ejournal.upnvj.ac.id/Gantari/article/view/5568>.
- Anggreni, D.D. 2022. *Buku Ajar: Metodologi Penelitian Kesehatan*. Mojokerto: STIKes Majapahit.

- Berk, R.A. 2020. Multimedia Teaching with Video Clips: TV, Movies, YouTube, and mtvU in the College Classroom. *International Journal of Technology*, 5(1): 1–20.
- Berning, W. 2021. Motivation und Compliance. *Führungskompetenz und Motivation*. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden, pp.183–203. Tersedia di https://link.springer.com/10.1007/978-3-658-33698-1_12.
- Chaparro, C.M. & Suchdev, P.S. 2019. Anemia epidemiology, pathophysiology, and etiology in low- and middle-income countries. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1450(1): 15–31. Tersedia di <https://nyaspubs.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/nyas.14092>.
- Dartiwen, M.A. 2022. *Buku ajar asuhan kebidanan pada remaja dan perimenopause*. Yogyakarta: Deepublish.
- Deshpande, N., Wu, M., Kelly, C., Woodrick, N., Werner, D.A., Volerman, A. & Press, V.G. 2023. Video-Based Educational Interventions for Patients With Chronic Illnesses: Systematic Review. *Journal of Medical Internet Research*, 25(4): 41–52. Tersedia di <https://www.jmir.org/2023/1/e41092>.
- Dwistika, W.F., Utami, K.D. & Anshory, J. 2023. Pengaruh Edukasi Anemia dengan Video Animasi terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Kadar Hemoglobin Remaja Putri di SMPN 17 Samarinda. *ADVANCES in Social Humanities Research*, 1(8): 112–124.
- Dwiyana, P., Angesti, A.N., Prikhantina, R.A., Kharisma, K. & Salsabila, D.M. 2024. Analisis Dukungan Orang Tua Terhadap Program Pemberian Tablet Tambah Darah Remaja Putri. *Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman*, 8(1): 56–65. Tersedia di <https://jos.unsoed.ac.id/index.php/jgps/article/view/11874>.
- Fauziah, N., Raharja, K.T. & Vardila Putri, N.P. 2024. The Relationship of Nutritional Status and Anemia Status in Adolescent Women in Sampang District. *International Journal of Research and Review*, 11(3): 131–137. Tersedia di https://www.ijrrjournal.com/IJRR_Vol.11_Issue.3_March2024/IJRR17.pdf.
- Fuaddiyah, W., Winarni, S. & Yoga, D.D. 2024. The Effect of Education Using Media Modules on Non-Communicable Disease Control in Posbindu Cadres. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(8): 2178–2184. Tersedia di <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/5683>.
- Guilherme, J. & Carvalho, C. 2020. The Use of Educational Videos to Promote Kindergarten Students' Motivation. pp.19–26. Tersedia di <https://papers.iafor.org/submission56919>.
- Habsy, B.A., Santoso, H.R.P., Nurfirda, I. & Putri, C.K. 2023. Motivasi sebagai Kunci Peran dalam Pendidikan. *TSAQOFAH*, 4(2): 587–603. Tersedia di <https://ejournal.yasin-alsys.org/index.php/tsaqofah/article/view/2335>.

- Hikmasari, R., Widyasih, H. & Saputro, N.T. 2022. Pendidikan Kesehatan Melalui Video Dan Tingkat Kepatuhan Dalam Mengkonsumsi Tablet Besi Pada Ibu Hamil. *Journal of Midwifery Information (JoMI)*, 2(2): 232–240.
- Hsieh, W.L., Lee, S.K., Chien, W.T., Liu, W.I., Lai, C.Y. & Liu, C.Y. 2019. Mediating Effect Of The Motivation For Medication Use On Disease Management And Medication Adherence Among Community-Dwelling Patients With Schizophrenia. *Patient Preference and Adherence*, 13(7): 1877–1887. Tersedia di <https://www.dovepress.com/mediating-effect-of-the-motivation-for-medication-use-on-disease-manag-peer-reviewed-article-PPA>.
- Islamilenia, N.S., Aini, G.N., Kurniati, I.D. & Amygda, R. 2023. Penyuluhan Menggunakan Video Edukasi Untuk Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Fe Pada Remaja Putri di SMPN 36 Semarang. *Prosiding Seminar Kesehatan Masyarakat*, 1(1): 246–251. Tersedia di <https://jurnalnew.unimus.ac.id/index.php/prosidingfkm/article/view/262>.
- Kemenkes 2022. *Remaja Bebas Anemia: Konsentrasi Belajar Meningkatkan, Bebas Prestasi*. Tersedia di <https://ayosehat.kemkes.go.id/remaja-bebas-anemia-konsentrasi-belajar-meningkat-bebas-prestasi> [Accessed 18 October 2024].
- Kidshealth-org 2018. *Periode Tidak Teratur*. Tersedia di https://kidshealth-org.translate.goog/en/teens/irregular-periods.html?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=sge#:~:text=Apa+Penyebab+Haid+Tidak+Teratur,juga+tidak+akan+mendapat+menstruasi. [Accessed 12 November 2024].
- Lathifah, N.N., Wulansari, A. & Rahmawati, H. 2024. Relationship between Diet Quality and Nutritional Status among Adolescents. *Journal of Health and Nutrition Research*, 3(1): 1–5. Tersedia di <https://www.journalmpci.com/index.php/jhnr/article/view/168>.
- Marengoni, A. & Sahm, L.J. 2023. Adherence: How to Measure and Improve It. pp.81–90. Tersedia di https://link.springer.com/10.1007/978-3-031-28061-0_7.
- Marwati, Asyary, A. & Maryam, M.S. 2024. Perbedaan Pengaruh Media Audio visual dan Audio Tentang Tablet FE Terhadap Perilaku Mengkonsumsi Tablet FE Dan Hb Pada Remaja Putri. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 14(2): 160–171.
- Maryum, S., Farukh, A., Ghalib, F. & Naheed, U. 2023. The Influence Of Anemia On Maternal And Neonatal Outcomes In Teen Aged Pregnant Women. *Biological and Clinical Sciences Research Journal*, 2023(1): 645–655. Tersedia di <https://bcsrj.com/ojs/index.php/bcsrj/article/view/645>.
- Masruroh, N. & Nugraha, G. 2020. Hubungan antara Karakteristik Dan Kadar Hb Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Jagir Surabaya. *Human Care Journal*, 5(3): 624–632. Tersedia di <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/humancare/article/view/753>.
- Mayer, R.. 2021. *Multimedia Learning: Prinsip dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Mir, T.H. 2023. Adherence Versus Compliance. *HCA Healthcare Journal of Medicine*, 4(2): 1–10. Tersedia di <https://scholarlycommons.hcahealthcare.com/hcahealthcarejournal/vol4/iss2/22>.
- Morisky, D.E., Ang, A., Krousel-Wood, M. & Ward, H.J. 2008. Retracted: Predictive Validity of a Medication Adherence Measure in an Outpatient Setting. *The Journal of Clinical Hypertension*, 10(5): 348–354. Tersedia di <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1751-7176.2008.07572.x>.
- Mu'aggil, I.M.R., Musrifah & Pido, N.W.T. 2024. Social Media as Learning Tools: A Bibliometric Study of Educational Applications. *Journal of English Teaching and Linguistic Issues (JETLI)*, 2(2): 65–74. Tersedia di <https://ejournal.iaingorontalo.ac.id/index.php/JETLI/article/view/1835>.
- Nidawati 2024. Penerapan Motivasi Dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Manajemen dan Pendidikan Agama Islam*, 2(3): 317–326. Tersedia di <https://journal.aripafi.or.id/index.php/jmpai/article/view/388>.
- Noverina, D., Dewanti, L.P. & Sitoayu, L. 2020. Pengaruh explanation video terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di SMPN 65 Jakarta Utara. *Darussalam Nutrition Journal*, 4(1): 35–40. Tersedia di <https://ejournal.unida.gontor.ac.id/index.php/nutrition/article/view/4048>.
- Nugraha, G. 2023. Memahami Anemia secara Mendasar. *Mengenal Anemia: Patofisiologi, Klasifikasi, dan Diagnosis*. Penerbit BRIN. Tersedia di <https://penerbit.brin.go.id/press/catalog/view/906/832/19454>.
- Palupi, K.C., Sari, R.P., Gifari, N. & Sitoayu, L. 2023. Pengaruh video edukasi sadar gizi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap terkait gizi pada wanita gizi lebih di wilayah perkotaan. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 20(2): 72–79. Tersedia di <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki/article/view/69116>.
- Pavithran, S. & Patil, S.K. 2024. The prevalence of anaemia in rural adolescent girls – A cross-sectional study to understand the sociodemographic and dietary determinants in Dharwad District, India. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 13(8): 2886–2891. Tersedia di https://journals.lww.com/10.4103/jfmpc.jfmpc_1732_23.
- Prabadewanti, A., Eldarita, E., Widayati, A. & A'yun, Q. 2024. Media Education E-Booklets Gingibooks On Gingivitis Knowledge In Teenagers. *JDHT Journal of Dental Hygiene and Therapy*, 5(2): 159–165. Tersedia di <https://ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id/index.php/JKG/article/view/1829>.
- Prawirohardjo, S. 2020. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka.
- Putra, K.W.R., Niah, N.S., Puspita, S., Zatihulwani, E.Z., Rustanti, E. & Ana, K.D. 2024. Health education about the dangers of out-of-wedlock pregnancy among adolescents. *Journal of Indonesian Public Health Service*, 1(1): 1–7. Tersedia di <https://jurnal.stikeshusadajombang.ac.id/index.php/JIPHS/article/view/26>.

- Qalsum, U., Noorma, N. & Haloho, C.B. 2023. The Effect of Providing Health Education Using Video Media on Pregnant Women's Knowledge of Hepatitis B in the Work Area of the Melak Health Center. *Formosa Journal of Science and Technology*, 2(2): 597–616. Tersedia di <https://journal.formosapublisher.org/index.php/fjst/article/view/2692>.
- Rahman, R.A. & Fajar, N.A. 2024. Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Remaja Putri: Literatur Review. *Jurnal kesehatan komunitas (Journal of community health)*, 10(1): 133–140. Tersedia di <https://jurnal.http.ac.id/index.php/keskom/article/view/1403>.
- Sabella, K., Davis, M. & Munson, M.R. 2020. The Transition to Adulthood: A Critical Developmental Period within a Changing Social-Contextual Landscape. *Handbook of Research on Emotional and Behavioral Disorders*. Routledge, pp.65–80. Tersedia di <https://www.taylorfrancis.com/books/9780429841705/chapters/10.4324/9780429453106-5>.
- Solihah, I. 2022. Educational modules as an effort to increase knowledge of cardiovascular disease risk prevention. *Asian Journal of Pharmaceutical Research and Development*, 10(6): 18–22. Tersedia di <https://ajprd.com/index.php/journal/article/view/1209>.
- Sorrell, A., Stallings, T.L. & Christensen, A.J. 2023. Medical regimen adherence. *Encyclopedia of Mental Health*. Elsevier, pp.389–401. Tersedia di <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/B9780323914970002034>.
- Srivastava, N., Kumar, A., Soni, P. & Singh, R. 2023. Menstruation. pp.88–105. Tersedia di <https://services.igi-global.com/resolvedoi/resolve.aspx?doi=10.4018/978-1-6684-5088-8.ch006>.
- Turner, J. & Badireddy, M. 2018. *Anemia*. StatPearls Publishing.
- UNICEF-Indonesia 2023. *Tak Sekedar Kurus: Wasting dan Ancaman Fatalnya pada Anak*. Tersedia di <https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi/artikel/dampak-wasting-pada-anak> [Accessed 10 April 2024].
- Vika, V., Siagian, M. & Wangge, G. 2016. Validity and reliability of Morisky Medication Adherence Scale 8 Bahasa version to measure statin adherence among military pilots. *Health Science Journal of Indonesia*, 7(2): 1–10. Tersedia di <http://ejournal.litbang.kemkes.go.id/index.php/HSJI/article/view/5343>.
- Wahyuni, S., Kalsum, U., Fitriani, L. & Wahab, M. 2022. The Effect Of Video Media On Postpartum Mother's Knowledge About IUD Contraception. *International Journal of Health and Pharmaceutical (IJHP)*, 3(2): 265–268. Tersedia di <https://ijhp.net/index.php/IJHP/article/view/161>.
- WHO 2024. *Adolescent health*. Tersedia di https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1 [Accessed 7 November 2024].
- Wirenviona, R. & Riris, A. 2020. *Edukasi kesehatan reproduksi remaja*. Surabaya: Airlangga University Press.

- Yanti, S., Sari, Y.A.P. & Meilina, A. 2024. Diet, Protein, Iron and Vitamin C Intake on Anemia Status of Adolescent Girls. *Journal of Applied Nursing and Health*, 6(1): 177–183. Tersedia di <https://janh.candle.or.id/index.php/janh/article/view/192>.
- Zaitun, Z. & Rivai, A.F. 2024. Prevention of Anemia with Iron in Adolescent Girls. *Jurnal Medisci*, 1(5): 1–10. Tersedia di <https://annpublisher.org/ojs/index.php/medisci/article/view/247>.
- Zheng, Y. & Yan, Q. 2023. Effect of application of short-form video health education on the health knowledge and satisfaction with nursing care of patients with lower extremity fractures. *BMC Nursing*, 22(1): 395–402. Tersedia di <https://bmcnurs.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12912-023-01530-3>.