

PENGEMBANGAN MEDIA PROMOSI KESEHATAN BUKU *DIARY* MENGENAI PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

*Development of Health Promotion Media Diary Book
Concerning Anemia Prevention in Young Women*

Resi Nur Alia^{1*)}, M. Aris Rizqi²

^{1*)} Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bandung,
Email: resi2018@student.poltekkesbandung.ac.id

² Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bandung,
Email: data.arisrizqi@gmail.com

ABSTRACT

Background: Anemia is a health problem that is often experienced by young women because adolescents are in a period of growth that requires higher nutrients, including iron. anemia in adolescent girls, namely stunted growth, decreased endurance, decreased body fitness, and decreased activity and learning achievement due to lack of concentration. The development of diary media as health information is needed to provide health information to young women. **Purpose:** promotion of health promotion media diary book about anemia prevention in adolescent girls at SMAN 1 Ciparay. **Methods:** This study uses the PPE development model according to Richey and Klein, namely Planning (planning), Production (production), and Evaluation (evaluation). The number of samples was 38 students using proportional stratified random sampling technique. **Results:** Based on the results of the exploration of the need for health promotion media diaries, diaries on anemia prevention became an attractive medium for young women by paying attention to media design starting from media content, color themes and pictures/illustrations. Making a prototype of the diary media which was formed based on the 3 stages of the PPE development model (Planning, Production and Evaluation). The results of the media according to the material in accordance with 80%, the media according to 90.8% and the media according to the users 95.9% so that it can be considered very feasible. **Recommendation:** This research should be able to conduct further tests to determine the effectiveness or effect of using a diary on the prevention of anemia in adolescent girls.

Key words: Anemia Prevention, Diary Book

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia merupakan masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja putri karena remaja berada pada masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi. Dampak anemia pada remaja putri yaitu pertumbuhan terhambat, mengalami penurunan daya tahan tubuh, menurunnya kebugaran tubuh, dan menurunnya aktivitas dan prestasi belajar karena kurangnya konsentrasi. Pengembangan media buku diary sebagai informasi kesehatan diperlukan untuk memberikan informasi kesehatan pada remaja putri. **Tujuan:** Mengembangkan media promosi kesehatan buku *diary* mengenai pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 1 Ciparay. **Metode:** Penelitian ini menggunakan model pengembangan PPE menurut oleh Richey dan Klein yaitu *Planning* (perencanaan), *Production* (produksi), dan *Evaluation* (evaluasi). Jumlah sampel 38 siswi dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *proportionate stratified random sampling*. **Hasil:** Berdasarkan hasil eksplorasi kebutuhan media buku *diary* mengenai pencegahan anemia menjadi media yang menarik bagi remaja putri dengan memperhatikan desain media mulai dari isi media, tema warna dan gambar/ilustrasi. Pembuatan prototype media buku *diary*

dibentuk berdasarkan 3 tahap model pengembangan PPE (*Planning, Production and Evaluation*). Hasil kelayakan media didapat berdasarkan kelayakan materi sebesar 80%, kelayakan media sebesar 90,8% dan kelayakan media pada pengguna yaitu remaja putri sebesar 95,9% sehingga dapat dikategorikan sangat layak. **Rekomendasi:** Penelitian ini sebaiknya dapat melakukan uji lebih lanjut untuk mengetahui efektivitas atau pengaruh penggunaan media buku *diary* mengenai pencegahan anemia pada remaja putri.

Kata kunci: Pencegahan Anemia, Buku *Diary*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan suatu masa kehidupan individu dimana terjadi eksplorasi psikologis untuk menemukan identitas diri. Pada masa transisi ini banyak perubahan yang terjadi baik secara biologis, psikologis dan fisik. Secara fisik terjadi pertumbuhan yang sangat pesat (*adolescence growth spurt*), sehingga remaja memerlukan zat-zat gizi yang relatif lebih besar jumlahnya. Kebutuhan zat gizi terutama zat besi pada remaja putri meningkat dengan adanya pertumbuhan dan datangnya menstruasi, sehingga remaja putri rentan sekali terhadap berbagai gangguan penyakit seperti anemia.¹

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia. Menurut WHO tahun 2017, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stres, haid, atau terlambat makanan.²

Berdasarkan data Riskesdas, terdapat kenaikan angka prevalensi anemia di Indonesia pada tahun 2013 sebesar 21,7% dengan berdasarkan kelompok umur penderita berumur 15-24 tahun sebesar 18,4%. Pada tahun 2018 naik yaitu sebesar 32,7% dengan penderita anemia berumur 15-24 tahun sebesar 32,0%. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung tahun

2018 anemia pada remaja putri di Kabupaten Bandung masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang besar, hal ini dikarenakan prevalensi anemia sebesar 12,9%. Anemia pada remaja putri akan berdampak panjang terhadap proses reproduksi.³ Berdasarkan laporan Puskesmas Pakutandang tahun 2019, prevalensi remaja putri yang menderita anemia sebesar 26,4%.

Anemia pada umumnya dijumpai pada golongan rawan gizi salah satunya yaitu anak-anak sekolah khususnya remaja putri. Gejala rendahnya status besi yang terjadi pada remaja putri yang terkena anemia adalah sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang, kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat, serta sering merasa lesu, lemah, letih, lelah, dan lunglai.⁴

Faktor yang menyebabkan hal ini terjadi salah satu diantaranya karena kurangnya informasi kesehatan pada remaja putri mengenai pencegahan anemia. Pendidikan kesehatan adalah salah satu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok dan individu.⁵ Media promosi kesehatan yang belum tersedia di sekolah menjadi salah satu kurangnya pengetahuan siswi. Sehingga perlu dan penting adanya pemberian informasi dan pendidikan kesehatan mengenai anemia sehingga dapat membuka wawasan remaja putri tentang anemia.⁶

Pemberian Pendidikan kesehatan dilakukan dengan media cetak buku

diary. Keunggulan dari media cetak sebagai alat media promosi kesehatan adalah dapat dibaca berulang kali sehingga membuat pembaca menjadi memahami isi tulisan. Selain itu, semakin banyak indera yang digunakan untuk menerima suatu pembelajaran maka semakin banyak dan semakin jelas pula pengetahuan yang diperoleh.⁷

Buku harian atau buku *diary* merupakan suatu media yang dapat digunakan siswi untuk menuliskan cerita atau kejadian yang mereka anggap penting. Remaja dapat menggunakan buku *diary* untuk mendapat informasi tentang pencegahan anemia dalam bentuk tulisan dan gambar serta siswi dapat menulis kejadian saat mengalami anemia atau kejadian seputar wanita lainnya.⁸

Berdasarkan hasil peninjauan di SMAN 1 Ciparay bahwa belum adanya pemberian informasi khusus mengenai pencegahan anemia pada remaja putri yang diberikan melalui media buku *diary*. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengembangan media promosi kesehatan buku *diary* mengenai pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 1 Ciparay”.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian dan pengembangan (*Research and Development / R&D*). Disain penelitian ini menggunakan *the exploratory sequential design*, penelitian diawali dengan pengumpulan data kualitatif dilakukan tahap pertama adalah untuk mengeksplorasi fenomena atau kebutuhan sasaran yang ada terlebih dahulu kemudian pengumpulan data kuantitatif untuk melakukan uji coba kelayakan pada media ahli dan pengguna. Penelitian ini menggunakan model pengembangan PPE menurut oleh Richey dan Klein yaitu *Planning* (perencanaan), *Production* (produksi),

dan *Evaluation* (evaluasi). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X SMAN 1 Ciparay yang berjumlah 257 siswi. Sampel penelitian ini menggunakan Teknik pengambilan sampel *proportionate stratified random sampling* sebanyak 38 siswi. Penelitian dilakukan di SMAN 1 Ciparay pada tanggal 11 April sampai dengan 19 Mei 2022.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif. Nilai dari kelayakan media dilihat dari analisis kuesioner/angket yang telah diisi dalam bentuk *skala likert*.

Adapun rumus perhitungan nilai rata-rata angket sebagai:⁹

$$P = \frac{\sum x}{\sum xi} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

x = Jumlah total skor yang diperoleh dari validator

xi = Jumlah skor ideal

Tabel 1
Kriteria Validitas

Persentase (%)	Kriteria Keterangan	Kevalidan
81 – 100	Sangat Valid	Tidak Revisi
61 – 80	Valid	Tidak Revisi
41 – 60	Cukup Valid	Tidak Revisi
21 – 40	Kurang Valid	Revisi
0 – 20	Tidak Valid	Revisi

Penelitian ini sudah mendapat keterangan layak etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung dengan nomor *ethical clearance* No. 03/KEPK/EC/V/2022 pada tanggal 11 Mei 2022.

HASIL

Pengembangan media dalam penelitian ini menggunakan model penelitian dan pengembangan PPE yaitu *Planning* (perencanaan), *Production* (produksi), *Evaluation* (evaluasi).

Tahap perencanaan diawali dengan melakukan analisis kebutuhan melalui wawancara didapatkan hasil bahwa pendidikan kesehatan sebagai bentuk pencegahan anemia pada remaja putri dan media promosi kesehatan masih kurang bervariasi. Pengembangan media promosi kesehatan buku *diary* mengenai pencegahan anemia pada remaja putri diharapkan dapat memudahkan remaja putri dalam memahami informasi pencegahan anemia sehingga pola hidupnya berganti ke arah yang lebih baik lagi. Selain itu, siswi juga tertarik dengan media promosi kesehatan buku *diary*. Hasil dari wawancara mengenai isi media promosi kesehatan buku *diary* mengenai pencegahan anemia pada remaja putri yaitu menggunakan bahasa yang mudah dimengerti, materi singkat dan jelas. Desain media buku *diary* yaitu terdapat gambar animasi sesuai karakter siswi dan pemilihan warna pastel seperti warna pink, kuning, biru, ungu dan kuning. Dalam isi media yaitu menggunakan bahasa yang mudah dimengerti, materi singkat dan jelas serta karakter huruf yang mudah dibaca dan menarik untuk judul buku.

Tahap produksi ini melakukan perancangan produk yang akan dihasilkan serta proses pengembangannya. Rancangan media promosi kesehatan buku *diary* mengenai pencegahan anemia pada remaja putri dengan diawali dengan memilih media yang sesuai dengan karakteristik siswi, pembuatan *storyboard*, menyusun materi, dan mendesain objek buku *diary*.

Tahap evaluasi yaitu penilaian kelayakan media oleh ahli materi, ahli media dan pengguna (siswi). Berikut penilaian ahli materi:

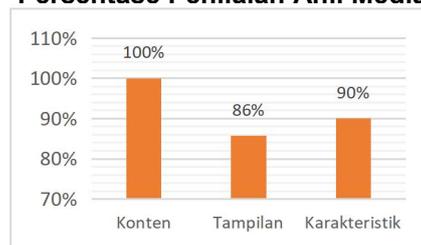
Grafik 1
Peresentase Penilaian Ahli Materi



Berdasarkan grafik diatas hasil dari uji kelayakan materi yang dinilai dari aspek isi materi, bahasa dan penyajian didapatkan penilai sebesar 80% yang termasuk dalam kategori sangat sangat valid. Sehingga materi yang digunakan dalam media buku *diary* mengenai pencegahan anemia dinyatakan sangat layak digunakan.

Berikut penilaian ahli media:

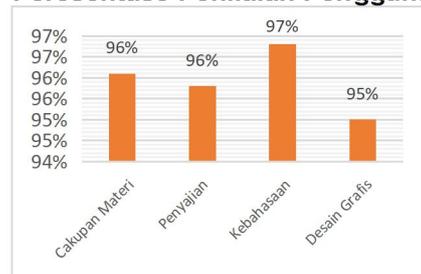
Grafik 2
Peresentase Penilaian Ahli Media



Berdasarkan grafik diatas hasil dari uji kelayakan media yang dinilai dari aspek konten, tampilan dan karakteristik didapatkan penilaian sebesar 90,8% yang termasuk dalam kategori sangat valid. Sehingga media buku *diary* mengenai pencegahan anemia dinyatakan sangat layak digunakan.

Berikut penilain pengguna (siswi):

Grafik 3
Peresentase Penilaian Pengguna



Berdasarkan grafik diatas hasil uji coba pengguna yang melibatkan 38 responden, dinilai dari aspek cakupan materi, penyajian, kebahasaan dan desain grafis diperoleh bahwa produk media buku *diary* mengenai pencegahan anemia sangat layak dengan persentase sebesar 95,9% yang termasuk dalam kategori sangat valid. Sehingga media buku *diary* mengenai pencegahan anemia dinyatakan sangat layak digunakan.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan menghasilkan media promosi kesehatan buku *diary* sebagai media edukasi pencegahan anemia pada remaja putri di kelas X SMAN 1 Ciparay dengan sebagai sarana penyampaian informasi mengenai pencegahan anemia. Pengembangan media buku *diary* melalui pengembangan media menggunakan model PPE dari Richey dan Klein yaitu Perencanaan (*planning*), Produksi (*production*), Evaluasi (*evaluation*).

Pada tahap perencanaan ini didapatkan potensi berupa ketertarikan siswi terhadap media promosi kesehatan buku *diary* mengenai pencegahan anemia pada remaja putri. Melalui analisis kebutuhan didapat hasil kurangnya pengetahuan dan variasi media promosi kesehatan salah satunya media cetak mengenai pencegahan anemia yang remaja putri dapatkan.

Media yang dikemukakan oleh Briggs adalah alat yang terlihat secara fisik yang bisa memotivasi pembaca untuk belajar. Dengan adanya media promosi kesehatan pesan yang disampaikan dapat lebih menarik dan mudah dipahami, sehingga sasaran dapat mempelajari pesan yang ada dalam media tersebut dan dapat memutuskan untuk mengadopsi perilaku yang positif. Salah satunya adalah media cetak buku yaitu buku

diary untuk memberikan edukasi kesehatan pada siswi.¹⁰

Media promosi kesehatan buku *diary* yang dikembangkan dimaksudkan untuk memudahkan remaja putri dalam memahami informasi pencegahan anemia yang akhirnya dapat merubah perilakunya ke arah positif terhadap kesehatan. Keuntungan dari media ini adalah informasi tersampaikan berulang-ulang, dapat dibaca dimana saja, dapat memperoleh informasi tanpa membuang waktu untuk mengetahui inti dari informasi tersebut, media ini selain dapat memberikan informasi namun dapat digunakan sebagai fungsinya yaitu media untuk mencatat kejadian dalam hidup atau pengalaman meminum tablet tambah darah dan kejadian seputar wanita.

Dasar pembuatan buku dalam bentuk *diary* yaitu karena *diary* sangat berguna bagi seorang wanita untuk mengungkapkan segala sesuatu tentang perubahan yang terjadi pada tubuh dan juga perasaannya. Menulis ekspresif yang disampaikan melalui *diary* tentang pengalaman positif secara intensif dapat meningkatkan suasana hati positif.¹¹ Buku *diary* didesain dengan dua fungsi utama, yaitu adanya bahan bacaan yang dapat menambah wawasan serta memiliki bagian untuk mencatat dan berkeluh kesah layaknya buku *diary* pada umumnya.

Pada tahap produksi yaitu peneliti menyusun sendiri media buku *diary* ini menggunakan aplikasi berbayar *Canva*. Media buku *diary* ini adalah hasil pengembangan media buku untuk memudahkan sasaran memahami materi pencegahan anemia dan salah satu media yang fungsinya dapat digunakan sehingga memfasilitasi kebutuhan siswi dalam mendapatkan informasi.

Sesuai dengan pendapat Arsyad bahwa informasi yang terkandung dalam media pendidikan dapat melahirkan minat dan motivasi belajar siswa.¹²

Media ini memiliki desain yang menarik sesuai dengan analisis kebutuhan yang dilakukan di awal penelitian, pemilihan warna pastel dan cerah untuk menarik rasa penasaran sasaran sehingga mau membacanya. Media buku *diary* mengenai pencegahan anemia juga memiliki materi yang dikemas dengan bahasa yang sederhana agar sasaran mudah memahaminya.

Pada tahap akhir evaluasi yaitu penilaian kelayakan media promosi kesehatan buku *diary* mengenai pencegahan anemia pada remaja putri untuk mengetahui kelayakan media dan materi dengan melakukan validasi kepada ahli materi, ahli media dan pengguna.

(1) Validasi Ahli Materi

Berdasarkan perhitungan diatas, hasil dari uji kelayakan materi yang divalidasi oleh ahli materi didapatkan sebesar 80%. Media pembelajaran dapat dikatakan layak apabila media memperoleh skor lebih dari 60%.⁹ Sehingga materi yang digunakan dalam media buku *diary* mengenai pencegahan anemia dinyatakan valid dan layak digunakan. Dengan terdapat 3 aspek penilaian isi materi, bahasa dan penyajian.

(2) Validasi Ahli Media

Berdasarkan perhitungan diatas, hasil dari uji kelayakan media yang divalidasi oleh ahli media didapatkan sebesar 90,8% yang termasuk dalam kategori sangat layak. Sehingga media buku *diary* mengenai pencegahan anemia dinyatakan sangat layak digunakan. Dengan terdapat 3 aspek penilaian konten media, tampilan dan karakteristik.

(3) Validasi Pengguna

Berdasarkan hasil uji coba pengguna yang melibatkan 38 responden, diperoleh bahwa produk media buku *diary* mengenai pencegahan anemia sangat layak dengan persentase sebesar 95,9% yang termasuk dalam kriteria sangat valid dan tidak revisi. Terdapat tiga

aspek yang dijadikan penilaian yaitu cakupan materi, penyajian, kebahasaan dan desain grafis.

Kategori respon siswa yang menunjukkan lebih dari 50% butir pernyataan dengan kriteria kuat atau sangat kuat dapat disimpulkan media pembelajaran yang dikembangkan memperoleh respon positif dari siswa.¹³

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, bahwa kurangnya edukasi mengenai pencegahan anemia melalui media promosi kesehatan sehingga dibutuhkan media buku *diary* sebagai edukatif yang dapat memberikan informasi mengenai pencegahan anemia pada remaja putri dengan memperhatikan desain media mulai dari isi media, tema warna dan gambar/ilustrasi. Kelayakan media dapat dibuktikan berdasarkan hasil validasi dari ahli yaitu ahli materi didapatkan total skor 64 dari total skor maksimum 80 atau 80% dan dari ahli media didapatkan total skor 59 dan skor maksimum 65 atau 90,8% yang berarti media buku *diary* mengenai pencegahan anemia pada remaja putri "sangat layak" untuk dikembangkan. Hasil uji pengguna (siswi) didapatkan total skor rata-rata 182 dengan persentase rata-rata total sebesar 95,9%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ungkapan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT. Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kedua orang tua beserta keluarga tercinta, seluruh jajaran direksi Poltekkes Kemenkes Bandung khususnya Jurusan Promosi Kesehatan, seluruh responden yang bersedia mengikuti penelitian beserta orang-orang yang terlibat di dalamnya, dan rekan-rekan seperjuangan yang

telah mendukung serta memajukan do'a demi kelancaran penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

1. Budianto A, Fadhilah N. Anemia Pada Remaja Putri Dipengaruhi Oleh Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia. 2016;5:9.
 2. Rahayu A, Yulidasari F, Andini A, Putri O, Anggraini L. *Metode Orkes-Ku (Raport Kesehatanku) Dalam Mengidentifikasi Potensi Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri*. Cv Mine; 2019.
 3. Riskesdas. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. 2018.
 4. Afriyanti F. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Sman 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Tahun 2019. *Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*. 2019;3.
 5. Notoatmodjo. *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*. Penerbit Rineka Cipta; 2018.
 6. Julaecha J. Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*. 2020;2(2):109.
 7. Marbun Rm, Multi Karina Diah, Maya C, Et Al. Pengaruh Konseling Gizi Dengan Buku Harian Diet Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Kepatuhan Diet Pasien Gagal Ginjal Dengan Terapi Hemodialisis. *Kocenin Serial Konferens*. 2021;3(1).
 8. M Sugiastuti Np, Yudana M, Agung A. Pengaruh Penggunaan Diary Book Terhadap Kemampuan Menulis Bahasa Inggris Ditinjau Dari Motivasi Belajar Siswa Kelas X SMK Restumuning Peraan. 2015;6(1).
 9. Arikunto S. *Pengembangan Instrumen Penelitian Dan Penilaian Program*. Pustaka Pelajar; 2017.
 10. Dety Amelia K. *Pengaruh Pembelajaran Menulis Dengan Menggunakan Buku Catatan Harian Terhadap Kebiasaan Menulis Dan Keterampilan Menulis Siswa Di Sekolah Dasar*. Universitas Pendidikan Indonesia; 2011.
- Anggraeni AT, Megatsari H. Pengembangan Media Promosi Kesehatan Untuk Pencegahan Penularan Covid-19 Pada Ibu Hamil di Desa Ketapang. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2021;15(3):229-237.
- Fitriani L, Krisnawati Y. Pengembangan Media Booklet Berbasis Keanekaragaman Jenis Jamur Makroskopis. *BIOEDUSAINS: Jurnal Pendidikan Biologi dan Sains*. 2019;2(2):143-151.
- Wicaksono DP, Kusmayadi TA, Usodo DB, Magister P, Matematika P. Pengembangan Perangkat Pembelajaran Matematika Berbahasa Inggris Berdasarkan Teori Kecerdasan Majemuk (Multiple Intelligences) Pada Materi Balok Dan Kubus Untuk Kelas VIII SMP. 2014;2(5):534-549.