



# PERBEDAAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN EDUKASI GIZI SEIMBANG DENGAN MEDIA VIDEO DI POSYANDU REMAJA

## DIFFERENCES IN ADOLESCENT WOMEN'S KNOWLEDGE BEFORE AND AFTER GIVING BALANCED NUTRITION EDUCATION USING VIDEO MEDIA AT POSYANDU YOUTH

Ni Made Agustini<sup>1</sup>, Ni Komang Erny Astiti<sup>1</sup>, Ni Wayan Armini<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Denpasar  
Email: agustinimade1@gmail.com

### INFO

#### ARTIKEL

*Sejarah artikel:*  
Menerima 27  
Agustus 2024  
Revisi 19  
September 2024  
Diterima 18  
Oktober 2024  
Online 30 Oktober  
2024

Kata kunci:  
*Anemia; Gizi  
seimbang;  
Kekurangan Energi  
Kronis; Remaja  
putri*

*Keywords:*  
*Anemia; Balanced  
Nutrition; Chronic  
Energy Deficiency;  
Young Women*

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Masalah gizi remaja yang sering terjadi antara lain kekurangan energi kronis dan anemia. KEK dan anemia pada remaja putri menyebabkan berbagai permasalahan kesehatan yang dapat menyebabkan risiko terjadinya anemia saat masa kehamilan. **Tujuan:** Untuk mengetahui perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi seimbang dengan media video di posyandu remaja wilayah Puskesmas Kediri III. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah pre eksperimental dengan rancangan *one group pretest-posttest design* dengan jumlah sampel 41 responden. Penelitian dilaksanakan di posyandu remaja wilayah kerja Puskesmas Kediri III dari bulan februari sampai bulan maret 2024. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *cluster random sampling* dengan jumlah sampel di Desa Bengkel sebanyak 15 remaja putri, Desa Pandak Gede sebanyak 16, Desa Belalang sebanyak 10. **Hasil:** Analisis *Wilcoxon test* didapatkan hasil *p value*  $0,000 < 0,05$ . Nilai *positif rank* pada penelitian ini adalah 41, artinya seluruh responden mengalami peningkatan pengetahuan setelah edukasi. **Kesimpulan:** Penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan tentang gizi seimbang menggunakan media video. **Saran:** Sebaiknya perlu upaya inovatif dalam pelaksanaan kegiatan posyandu remaja dengan media seperti video sehingga dapat menumbuhkan minat remaja sesuai usia dan kebutuhannya.

### ABSTRACT

**Background:** Frequent adolescent nutritional problems include chronic energy deficiency and anemia. CED and anemia in adolescent girls cause various health problems which can increase the risk of anemia during pregnancy. **Objective:** This study aims to determine the difference in knowledge of young women before and after being given balanced nutrition education using video media at the youth posyandu in the Kediri III Community Health Center area. **Method:** This research was pre-experimental with a one group pretest-posttest design with a sample size of 41 respondents. The research was carried out at the youth posyandu in the working area of Kediri III Community Health Center from February to March 2024. The sampling technique used was cluster random sampling technique with a sample size of 15 young women in Bengkel Village, 16 in Pandak Gede Village, 10 in Belalang Village. **Median** The pretest was 60, the median posttest was 85, so the median difference was 25. **Results:** The results of the Wilcoxon test analysis showed a *p value* of  $0.000 < 0.05$ . The positive rank value in this study was 41, meaning that all respondents experienced an increase in knowledge after education. **Conclusion:** The conclusion of this research is that there are differences in the knowledge of young women before and after being given health education about balanced nutrition using video media. **Suggestions:** We recommend that innovative efforts be made in implementing youth posyandu activities using media such as videos so that they can foster youth interest according to their age and needs.

## 1. PENDAHULUAN

Kekurangan energi kronis dan anemia pada remaja putri menyebabkan berbagai permasalahan kesehatan yang dapat menyebabkan risiko terjadinya anemia saat masa kehamilan (Novayanti dan Sundari, 2020). Anemia pada kehamilan akan berdampak buruk pada ibu maupun janin, karena dapat menyebabkan terganggunya oksigenasi maupun suplai nutrisi dari ibu ke janin. Hal tersebut berakibat janin akan mengalami gangguan pertumbuhan yang menyebabkan terjadinya Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR), Panjang Badan Lahir Rendah (PBLR) dan prematur (Novianti dkk., 2018). Bayi yang lahir dengan ketiga masalah tersebut berisiko lebih tinggi untuk menjadi stunting setelah dilahirkan (Kementrian Kesehatan RI, 2023).

Prevalensi kejadian anemia remaja putri di Asia mencapai 191 juta orang dan Indonesia berada pada urutan ke-8 dari 11 negara di Asia dengan prevalensi anemia remaja putri sebanyak 7,5 juta orang pada usia 10-19 tahun (WHO, 2011 dalam Sari, 2020). Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia menurut data Riskesdas (2018) sebesar 27,2% (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi anemia pada remaja putri berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan sebesar 25,66%, dan angka remaja putri yang mengalami anemia di UPTD Puskesmas Kediri III adalah sebesar 23,08%. Prevalensi anemia di kalangan remaja putri masih tergolong dalam kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan anemia masih menjadi masalah kesehatan di Indonesia (Ariani dkk., 2023). Prevalensi KEK pada usia 15-49 tahun tidak hamil menurut data Riskesdas (2018) sebesar 20,8 % dengan angka paling tinggi di usia 15-19 tahun. Dampak yang ditimbulkan oleh KEK dan anemia cenderung negatif dan berisiko, maka sangat perlu penanganan secara optimal yaitu dengan meningkatkan pengetahuan remaja tentang gizi seimbang. Tingkat pengetahuan pada remaja akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan, karena pengetahuan merupakan domain yang paling penting untuk terbentuknya tindakan seseorang.

Teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo, perilaku yang didasari dengan pengetahuan dan kesadaran akan bertahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari ilmu

pengetahuan dan kesadaran. Salah satu tatalaksana yang dapat diberikan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri yaitu dengan memberikan edukasi gizi seimbang dengan media video animasi. Video animasi dapat menciptakan suasana yang menyenangkan dan dapat mengembangkan pengetahuan, karena dalam video animasi terdapat gambar-gambar bergerak, musik dan warna yang beragam dengan pengemasan topik yang menarik (Widiari dkk., 2023). Media video animasi juga dapat menggambarkan suatu proses secara tepat yang dapat dilihat secara berulang-ulang kepada kelompok besar (Fida, 2020). Selain itu penggunaan video dikatakan lebih efektif dibandingkan penyuluhan karena menampilkan obyek yang mendekati benda ataupun suara yang alamiah (Hermasari dkk., 2021). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi seimbang dengan media video di posyandu remaja wilayah kerja UPTD Puskesmas Kediri III.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah pre eksperimental dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Teknik sampling dengan teknik *cluster random sampling*. Sampel berjumlah 41 remaja putri di posyandu remaja wilayah kerja Puskesmas Kediri III. Pengumpulan data dengan menggunakan kuisisioner yang telah dilakukan uji validitas dan reabilitas. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari sumber data dan dikumpulkan menggunakan instrumen penelitian. Data primer dalam penelitian ini berupa pengetahuan remaja putri tentang gizi seimbang. Data primer tersebut diperoleh dengan menggunakan kuisisioner yang dibagikan kepada remaja putri sebelum dan sesudah intervensi yang berisi 20 pertanyaan tentang tingkat pengetahuan remaja mengenai gizi seimbang. Data yang didapatkan diolah melalui proses *editing, coding, scoring data, tabulating data, entry data* dan *cleaning data*.

### 3. DISKUSI

Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah 41 remaja putri di posyandu remaja wilayah kerja Puskesmas Kediri III. Karakteristik yang diteliti dalam penelitian ini adalah usia responden, disajikan dalam bentuk tabel berikut:

**Tabel 1**  
**Karakteristik Responden**

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
15-16 tahun (Remaja tengah)	24	59,0
17-18 tahun (Remaja akhir)	17	41,4
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>100</b>

Hasil analisis karakteristik didapatkan bahwa dari 41 responden sebagian besar berusia 15-16 tahun (59,0%).

**Tabel 2**  
**Pengetahuan Remaja Putri Sebelum diberikan Edukasi Gizi Seimbang**

Variabel	Nilai	f	%	Min	Max
pretest	45	1	2,4	45	70
	55	7	17,1		
	60	13	31,7		
	65	17	41,5		
	70	3	7,3		
<b>Total</b>		<b>40</b>	<b>100</b>		

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar remaja putri memiliki nilai pengetahuan 65 sebanyak 41,5 %, dan sebanyak 2,4 % memiliki nilai 45. Pada tabel ini nilai minimum 45, nilai maksimum 70.

**Tabel 3**  
**Pengetahuan Remaja Putri Setelah diberikan Edukasi Gizi Seimbang**

Variabel	Nilai	f	%	Min	Max
posttest	80	4	9,8	80	95
	85	27	65,9		
	90	9	22,0		
	95	1	2,4		
<b>Total</b>		<b>40</b>	<b>100</b>		

Tabel 3 menunjukkan sebagian besar remaja putri memiliki nilai pengetahuan 85 sebelum diberikan edukasi kesehatan sebanyak 65,9 %. Pada tabel ini juga menunjukkan nilai minimum 80, dan nilai maksimum 95.

**Tabel 4**  
**Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi Gizi Seimbang Dengan Media Video**

Variabel	Median	Negatif Rank	Positif Rank	Ties	P value
Sebelum	60	0	41	0	0,000
Sesudah	85				

Hasil uji analisis bivariat dengan *Wilcoxon test* didapatkan nilai *negatif rank* 0, *positif rank* 41, dan nilai *Ties* 0, yang artinya seluruh responden dalam penelitian ini mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi dengan video. *P value* pengetahuan 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) yang berarti terdapat perbedaan antara pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi seimbang dengan media video, sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

Hasil penelitian ini didapatkan nilai *p* sebesar 0,000 yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan tentang gizi seimbang dengan menggunakan media video. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pujiana dan Suratun (2022) mengenai pengaruh edukasi gizi seimbang video terhadap pengetahuan remaja didapatkan hasil nilai *p value* 0,000 yang berarti ada perbedaan rerata sebelum dan sesudah intervensi edukasi dengan menggunakan media video. Hasil penelitian ini didukung juga oleh penelitian Juhong dkk (2022) yang menunjukkan bahwa setelah responden menonton video edukasi kesehatan skor pengetahuan mengalami peningkatan dibandingkan dengan skor pengetahuan sebelum edukasi kesehatan dengan video.

Edukasi kesehatan yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan video animasi sebagai media edukasi. Pemberian pendidikan kesehatan melalui media video memiliki kelebihan dalam hal memberikan visualisasi yang

baik sehingga memudahkan proses penyerapan pengetahuan (Mahayani, 2021). Media video pada umumnya digunakan untuk tujuan-tujuan hiburan, dokumentasi, dan pendidikan. Video dapat menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep-konsep yang rumit, mengajarkan keterampilan (Fitri dan Jamiati, 2020).

Edukasi kesehatan menggunakan video dapat memberikan rangsangan melalui indera penglihatan dan pendengar, sehingga remaja putri dalam proses pembelajaran lebih efektif dan efisien dalam menerima informasi. Media video sebagai alternatif optimalisasi model pembelajaran yang menampilkan gambar yang bergerak, tulisan dan penjelasan suara mengenai gambar yang ditampilkan serta memberikan gambaran yang lebih nyata sehingga dapat memperkuat ingatan dan meningkatkan retensi memori karena lebih menarik dan mudah diingat (Hidayah dkk., 2022). Video dalam proses pembelajaran pun juga sangat cepat dan mudah diingat, dapat diulang serta dapat mengembangkan pola kognitif para remaja putri (Philip dkk., 2023).

Sebagai media edukasi kesehatan, video memiliki kelebihan yaitu dapat memberikan pesan yang dapat diterima dan lebih mudah dipahami oleh responden, media yang dipergunakan mampu menerangkan proses, mengatasi keterbatasan ruang dan waktu, serta dapat diulang atau dihentikan sesuai kebutuhan, memberikan kesan yang mendalam, dan dapat mempengaruhi pengetahuan responden (Suseno dkk., 2021).

Edukasi gizi memiliki tujuan akhir yang dapat diberikan kepada remaja yakni untuk mengubah sikap dan tindakan kearah kesadaran untuk melakukan pemenuhan kebutuhan gizi agar hidupnya sehat. Untuk memperbaiki kebiasaan makan para remaja sebaiknya instansi berwenang memprogramkan edukasi gizi dengan melengkapi media yang diperlukan sehingga diperoleh kualitas generasi yang lebih produktif dan akan melahirkan anak yang berkualitas (Pakhri dkk., 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Aulia (2021) juga menunjukkan bahwa pengetahuan gizi yang kurang merupakan awal mula terjadinya masalah gizi pada remaja, dimana pengetahuan gizi

berperan penting dalam pemenuhan gizi seimbang.

Pengetahuan tentang gizi merupakan sesuatu hal yang penting dimiliki oleh remaja putri, karena pengetahuan yang dimiliki remaja putri akan mempengaruhi sikap dan perilakunya. Hal ini didukung oleh penelitian Anisha (2021) menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan penerapan pedoman gizi seimbang. Pengetahuan gizi dapat diperoleh edukasi atau penyuluhan mengenai gizi. Pemenuhan kebutuhan gizi remaja dipengaruhi oleh sikap remaja tentang gizi. Sikap seorang anak adalah komponen penting yang berpengaruh dalam memilih makanan jajanan. Sikap dalam memilih makanan jajanan yang baik dapat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan seseorang karena dia mampu menerima dan merespon atau menyenangi makanan yang sehat dan bergizi. Hal ini dapat menunjukkan bahwa sikap terbentuk dari komponen pengetahuan dan hal ini akan berpengaruh terhadap perilaku seseorang dalam memilih makanan seimbang (Aulia, 2021).

Evaluasi atau pemberian *post test* pada penelitian ini dilakukan pada tujuh hari setelah responden diberikan kuesioner *pre test*. Hal ini bertujuan untuk mengetahui retensi memori pasca penyuluhan responden (Marlina dkk., 2021). Hasil skor pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan mengalami peningkatan. Hal ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan tentang gizi seimbang remaja putri dengan video animasi bermanfaat untuk remaja.

Peneliti berpendapat bahwa perbedaan pengetahuan remaja putri di posyandu remaja wilayah kerja UPTD Puskesmas Kediri III dipengaruhi oleh media edukasi yang digunakan peneliti yaitu video animasi. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Marlina dkk (2021) didapatkan hasil bahwa setelah diberikan penyuluhan kesehatan dengan media video pengetahuan dan sikap responden meningkat. Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Deviola (2020) didapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan promosi kesehatan tentang pernikahan dini dengan media video animasi. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Rahmad dkk (2023) menunjukkan media *leaflet* dan poster berpengaruh dalam meningkatkan



pengetahuan dan sikap, namun tidak ditemukan perbedaan efektivitasnya dalam memberikan edukasi tentang gizi seimbang pada remaja putri di SMAN 1 Ingin Jaya Aceh Besar.

#### 4. SIMPULAN

Hasil penelitian mengenai perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi seimbang dengan media video di posyandu remaja wilayah kerja UPTD Puskesmas Kediri III, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan remaja putri sebelum diberikan edukasi kesehatan tentang gizi seimbang dengan media video mempunyai median 60, pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi kesehatan tentang gizi seimbang dengan media video mempunyai median 85, dan Terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan tentang gizi seimbang menggunakan media video.

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu Jumlah responden yang digunakan dalam penelitian ini terbatas, sehingga derajat ketelitian dalam penelitian ini kurang. Keterbatasan lainnya adalah penelitian hanya menggunakan kelompok perlakuan saja tanpa adanya kelompok kontrol sehingga menyebabkan peneliti tidak mampu membuktikan efektivitas dan efisien dari media video dibandingkan dengan intervensi lain. Selain hal diatas, faktor predisposisi juga menjadi keterbatasan penelitian, karena faktor-faktor predisposisi yang mempengaruhi pengetahuan yang tidak dapat dikendalikan seperti sosial budaya dan lingkungan, sehingga hasil penelitian ini belum dapat secara langsung mempresentasikan yang sebenarnya perbedaan pengetahuan tentang gizi seimbang menggunakan media video.

Saran yang diberikan pada tempat penelitian, adalah perlu dilakukan upaya inovatif dalam pelaksanaan kegiatan posyandu remaja dimana saat pemberian penyuluhan dapat dikolaborasikan dengan media seperti video sehingga dapat menumbuhkan minat remaja sesuai usia dan kebutuhannya. Saran bagi perkembangan ilmu kebidanan yaitu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah terhadap ilmu pengetahuan yang

berhubungan dengan pengetahuan remaja putri tentang gizi seimbang. Saran bagi peneliti selanjutnya yaitu agar peneliti selanjutnya menambahkan kelompok kontrol sebagai kelompok pembanding.

#### 5. REFERENSI

- Anisha, M. G. (2021). *Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Penerapan Pedoman Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Pada Remaja*.
- Ariani, A., Wijayanti Eko Dewi, D., Yuliantini, A., Siti Nurfitri, R., Mulyana, A., & Ermilda, E. (2023). Edukasi Gaya Hidup, Pola Jajan Sehat dan Pemberian Jus Abc (Apple Bit Carrot) untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(4), 1462–1474. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i4.8970>
- Aulia, N. R. (2021). Peran Pengetahuan Gizi Terhadap Asupan Energi, Status Gizi Dan Sikap Tentang Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 2(02), 31–35. <https://doi.org/10.46772/jigk.v2i02.454>
- Deviola, F. N. (2020). Pengaruh Promosi Kesehatan Melalui Media Video Remaja Putri Tentang Pernikahan Dini Kesehatan Tahun 2020. *Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu*, 1–121.
- Fida, S. (2020). *Pengembangan Media Pembelajaran Video Animasi Tutorial Pada Mata Pelajaran Dasar Kecantikan Untuk Meningkatkan Hasil ...* (Vol. 8, Issue 2). <http://lib.unnes.ac.id/41639/>
- Fitri, D. E., & Jamiati. (2020). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Metode Audio Visual Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 9(2), 53–60. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v9i2.87>
- Hermasari, B. K., Hastami, Y., & Kartikasari, M. N. D. (2021). Penggunaan Video Edukasi dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja tentang Covid-19. *SEMAR (Jurnal Ilmu Pengetahuan, Teknologi, Dan Seni Bagi Masyarakat)*, 10(2), 156. <https://doi.org/10.20961/semar.v10i2.46021>
- Hidayah, N. M., Mintarsih, S. N., & Ambarwati, R. (2022). Edukasi gizi seimbang dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri. *Sport and Nutrition Journal*, 4(1), 1–6.



- Juhong, J., Mordmuang, A., Jewboonchu, J., & Udomwech, L. (2022). Effectiveness of an online educational video intervention to improve the knowledge and behavior of contact lens care during the COVID-19 pandemic: A pre-test/post-test design. *Heliyon*, 8(10), e11009. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11009>
- Kemkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kemkes RI. (2023). *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri*.
- Larasati Philip, R., Aziz, H., Nabila, U., Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, P., & Kesehatan Mitra Bunda, I. (2023). Efektivitas Penyuluhan Sadari Menggunakan Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Buntung. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(1), 169–179. <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/Termometer/article/view/1190>
- Mahayani, P. E. (2021). Perbedaan Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Seks Pranikah dengan Media Video. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 9(2), 155–161. <https://doi.org/10.33992/jik.v9i2.1512>
- Marlina, N. N. A. S., Suarniti, N. W., & Surati, I. G. A. (2021). Pengaruh Penyuluhan Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Genetalia Hygiene Remaja Puteri Smp Dwijendra Denpasar. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 9(1), 90–97. <https://doi.org/10.33992/jik.v9i1.1485>
- Novayanti, N., & Sundari, S. W. (2020). Gambaran Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 5(2), 7–12. <https://doi.org/10.33867/jaia.v5i2.183>
- Novianti, S., Aisyah, I. S., Studi, P., Masyarakat, K., Kesehatan, I., & Siliwangi Tasikmalaya, U. (2018). Hubungan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Bblr. *Jurnal Siliwangi*, 4(1), 6–8.
- Pakhri, A., Gizi, J., Kesehatan, P., & Makassar, K. (2018). *Dan Asupan Energi , Protein Dan Besi Pada Remaja*.
- Pujiana, D., & Suratun, S. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja Selama Darurat Covid – 19. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 6(1), 49–55. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v6i1.4189>
- Rahmad, A. H. Al, Sofyan, H., Usman, S., Mudatsir, & Firdaus, S. B. (2023). Pemanfaatan Leaflet Dan Poster Sebagai Media Edukasi Gizi Seimbang Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Di Aceh Besar. *Jurnal Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 33(1), 23–32.
- Suseno, M. R., Fitri Hamidiyanti, B. Y., & Ayu Ningsih, W. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Dan Alat Peraga Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Masa Menstruasi Dalam Layanan Homecare. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 59–69. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v10i2.216>
- Widiari, N. K. M., Budiani, N. N., & Novya Dewi, I. G. A. A. (2023). Perbedaan Perilaku Personal Hygiene Anak Prasekolah Sebelum dan Sesudah Diberikan Video Animasi di Taman Kanak-Kanak Nara Budhi Suari. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 11(1), 105–113. <https://doi.org/10.33992/jik.v11i1.2451>