

## Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Akun Instagram Dalam Meningkatkan Pengetahuan Anemia

Amirah Syahidah<sup>1</sup>, Ade Devriany<sup>2\*</sup>, Akhiat<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Pangkalpinang

\*Email : ade.devriany@gmail.com

### Kata kunci :

Anemia, Edukasi Gizi,  
Instagram, Remaja Putri

### Keywords :

*Anemia, Instagram,  
Nutrition Education,  
Adolescent*

### Info Artikel:

#### Tanggal dikirim:

27 Agustus 2023

#### Tanggal direvisi:

22 September 2023

#### Tanggal diterima:

19 Oktober 2023

### DOI Artikel:

10.33862/citradelima.  
v7i2.374

**Halaman:** 98-104

### Abstrak

Remaja putri termasuk kelompok yang beresiko mengalami anemia gizi besi. Remaja putri mengalami peningkatan kebutuhan zat gizi terutama zat gizi besi. Hal ini terjadi akibat dari siklus menstruasi yang mulai terjadi pada fase remaja putri. Selain itu, remaja putri mulai memperhatikan bentuk tubuh sehingga menjalani diet yang berlebihan. Salah satu faktor penyebab terjadinya perilaku tersebut adalah pengetahuan anemia yang rendah. Untuk mengatasi masalah tersebut dapat dilakukan edukasi pengetahuan anemia pada remaja putri. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah melalui Instagram. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui media sosial Instagram terhadap pengetahuan anemia remaja putri di Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang. Metode penelitian ini menggunakan desain pra eksperimental dengan one group pretest-posttest design yang melibatkan 222 sampel di Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang yang dipilih dengan teknik *stratified random sampling*. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Wicolson*. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan responden, dari skor 63,96 menjadi 72,64. Uji statistik menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan ( $p$ -value 0,000). Tidak ada perbedaan signifikan tingkat pengetahuan anemia mahasiswi antar jurusan. Edukasi melalui akun Instagram berpengaruh terhadap pengetahuan anemia mahasiswi di Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang. Peneliti selanjutnya dapat menjadikan remaja putri yang berada di masa awal (12-15 tahun) untuk menjadi subjek penelitian berikutnya.

### Effect Of Nutrition Education Through Instagram Account On Anemia's Knowledge

### Abstract

Adolescent girls are a group that is prone to iron deficiency anemia. Adolescent girls experience an increased need for nutrients, especially iron nutrients. This problem is due to the menstrual cycle that begins to occur in the adolescent phase. In addition, teenagers are starting to pay attention to their body shape, so they go on excessive diets. One of the factors causing this behavior is low knowledge of anemia. Knowledge of anemia can be increased by nutrition education. One method that can be used is education through Instagram. This study aimed to determine the effect of nutrition education through Instagram social media on the anemia knowledge of female students at Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang. This research used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest design involving 222 samples selected by stratified random sampling technique. The statistical test used is the Wilcoxon test. The results showed an increase in the average knowledge of the respondents, from a score of 63.96 to 72.64. The statistical test shows an increase in knowledge ( $p$ -value 0.000). The level of anemia knowledge of female students was similar between departments. Education through Instagram accounts affects female students' knowledge of anemia at Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang. Further researchers may research adolescents in the early years (12-15 years) to be the subject of the following study.

## PENDAHULUAN

Remaja putri termasuk dalam kelompok yang beresiko terkena anemia gizi besi. Peningkatan kebutuhan zat gizi besi akibat menstruasi yang mulai dialami remaja putri menyebabkan resiko tersebut muncul. Selain itu, remaja putri cenderung mulai memperhatikan bentuk tubuh sehingga melakukan pembatasan asupan makanan. Perilaku tersebut dapat menyebabkan keanekaragaman zat gizi yang dibutuhkan remaja putri tidak dapat tercukupi untuk melakukan sintesis pembentukan hemoglobin (Hb). Jika keadaan tersebut terjadi dalam rentang waktu yang lama dapat mengurangi kadar Hb dan selanjutnya menjadi anemia. Anemia adalah suatu kondisi dimana konsentrasi Hb < 12 g/dl dalam darah (Subratha & Ariyanti, 2020).

Salah satu penyebab terjadinya perilaku tersebut pada remaja putri adalah pengetahuan gizi yang rendah. Remaja putri dengan pengetahuan gizi yang baik akan lebih cermat dalam mencegah anemia dibandingkan remaja putri dengan pengetahuan yang kurang (Kusnadi, 2021). Pengetahuan remaja putri tentang anemia memiliki kaitan erat dengan kejadian anemia (Laksmi & Yenie, 2018).

Anemia dapat menimbulkan dampak negatif yang berpengaruh dalam jangka pendek maupun jangka panjang terhadap remaja putri. Pada jangka pendek, anemia dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari, diantaranya remaja putri yang terkena anemia mengalami penurunan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit. Disamping itu, rendahnya kadar Hb pada remaja putri menyebabkan otak kekurangan asupan oksigen. Hal ini dapat mengganggu konsentrasi remaja putri dan selanjutnya mempengaruhi prestasi belajar. Gejala lemah, letih, dan lesu pada remaja putri anemia tidak dapat dihindari. Kondisi anemia pada remaja putri yang tidak segera ditangani dapat berpengaruh pada fase kehidupan berikutnya, yakni fase ibu hamil. anemia pada ibu hamil beresiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR). Bayi tersebut berpotensi tumbuh menjadi anak stunting dan mempengaruhi siklus berikutnya, yakni masa remaja dan ibu hamil. Tidak hanya resiko stunting, kecerdasan (IQ) yang rendah, gangguan psikologis serta penyakit kronik, seperti diabetes dan hipertensi, beresiko terjadi apabila tidak dicegah lebih dini (Taufiq, *et al*, 2020).

Perbaikan gizi pada remaja dapat dilakukan melalui intervensi spesifik dan sensitif, termasuk diantaranya adalah melalui pendidikan gizi. Sebelum pandemi Covid-19, pendidikan gizi biasanya dilakukan secara tatap muka dan menggunakan media cetak visual.

Namun adanya pembatasan sosial yang diterapkan pemerintah Indonesia untuk mengatasi laju penyebaran Covid-19 membuat masyarakat Indonesia terbiasa dengan teknologi, terutama remaja. Kebiasaan tersebut dapat menjadi peluang untuk melakukan proses edukasi gizi melalui media sosial (Assabila & Sefrina, 2020). Media sosial mempunyai kemampuan untuk menjangkau dan mempengaruhi masyarakat luas dalam waktu bersamaan (Sampurno, *et al*, 2020).

Media sosial yang digemari masyarakat Indonesia salah satunya adalah Instagram. Instagram merupakan salah satu media sosial berbasis gambar yang menyediakan layanan berbagi foto atau video secara *online* dengan berbagai fitur menarik yang disediakan. Berdasarkan laporan yang dipublikasikan oleh NapoleonCat. Jumlah pengguna Instagram di Indonesia berada di urutan keempat di dunia, yakni sebanyak 97.171.400 akun pada Desember 2022. Dari jumlah tersebut, 38% atau sekitar 36.925.132 pengguna berusia 18-24 tahun yang termasuk kelompok usia remaja akhir dan dewasa awal.

Pemanfaatan media sosial Instagram sebagai media kampanye kesehatan dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menggunakan media sosial Instagram untuk mengkampanyekan gerakan *New Normal* pada masyarakat saat gerakan tersebut pertama kali dicetuskan oleh pemerintah. Melalui Instagram, pemerintah gencar menyebarluaskan konten yang bertujuan untuk mengenalkan gerakan *New Normal* serta batasan-batasannya ke masyarakat Indonesia (Jovanki, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2020) pada remaja umur 18-24 tahun menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pedoman gizi seimbang melalui media sosial Instagram. Selain itu, Simanjuntak, *et al* (2022) menyatakan bahwa edukasi melalui Instagram paling efektif dalam mengubah sikap dan perilaku sasaran dibandingkan media sosial lainnya. Sabrina, *et al*, (2021) juga melakukan penelitian pengaruh edukasi gizi terkait anemia melalui Instagram pada mahasiswi Poltekkes Kemenkes Jakarta II. Pada penelitian tersebut, Sabrina menggunakan teknik *accidental sampling* serta mengukur asupan makanan responden.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh edukasi gizi melalui media sosial Instagram dalam meningkatkan pengetahuan anemia mahasiswa di Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang. Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang adalah salah satu perguruan tinggi yang berada di

Bangka Belitung. Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti terdapat 51,6% mahasiswa belum terpapar pengetahuan anemia dan kaitannya dengan gizi. Selain itu 97,8% mahasiswa Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang memiliki akun Instagram.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain pra eksperimental dengan *one group pretest-posttest*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2023 di Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan *stratified random sampling* sebanyak 222 mahasiswi dari seluruh jurusan. Sampel yang dipilih adalah mahasiswa tingkat satu, yang belum mendapatkan materi pembelajaran terkait anemia di kelas Edukasi gizi dilaksanakan selama 4 (empat) hari berturut-turut melalui Instagram (@edukasigizi2023) dengan penyampaian empat materi berbeda setiap harinya. Sampel dipastikan mengakses akun Instagram dan membuka gambar (materi) melalui tampilan viewers pada story instagram yang menampilkan akun mana saja yang sudah membuka gambar (materi) tersebut. Untuk *pretest-posttest* menggunakan *google form* yang disebar melalui *grupchat* WhatsApp. *Pretest* diberikan sebelum materi awal disampaikan sedangkan *posttest* diberikan pada hari terakhir setelah materi disampaikan. Analisis data statistik pada penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon* dengan uji normalitas *Shapiro-Wilk*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

**Tabel 1. Karakteristik Umum Responden**

Variabel	n	%
Umur		
18 tahun	18	8,1
19 tahun	81	36,5
20 tahun	68	30,6
21 tahun	55	24,8
Jurusan		
Farmasi	46	20,7
Gizi	45	20,3
Kebidanan	50	22,5
Keperawatan	81	36,5
Tingkat		
Tingkat 1	53	23,9
Tingkat 2	88	39,6
Tingkat 3	81	36,5

Sumber : Data Primer, 2023

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa sebagian besar responden berusia 19 tahun (36,5%). Responden kebanyakan berasal dari Jurusan Keperawatan (36,5%). Selain itu, responden paling banyak berasal dari tingkat 2 (39,6%).

**Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Anemia**

Variabel	$x \pm SB$	Min – Maks
Hasil <i>pre-test</i>	64,0 ± 12,2	25 – 85
Hasil <i>post-test</i>	72,6 ± 9,8	45 – 95

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 2 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pada pengetahuan anemia responden setelah diberikan edukasi, dari skor 64,0 meningkat menjadi 72,6.

**Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Tingkat Pengetahuan Anemia**

Kategori Pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	n	%	n	%
Baik	27	12,2	76	34,2
Cukup	137	61,7	130	58,6
Kurang	58	26,1	16	7,2
Total	222	100	222	100

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 3 menunjukkan bahwa responden dengan kategori pengetahuan anemia baik mengalami peningkatan dari 12,2% menjadi 34,2%. Sebaliknya, responden dengan kategori pengetahuan kurang menurun dari 26,1% menjadi 7,2%.

**Tabel 4. Distribusi Pengetahuan Anemia Responden berdasarkan Pengetahuan Anemia**

Jurusan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	$x \pm SB$	Min - Maks	$x \pm SB$	Min - Maks
Farmasi	64,3 ± 10,9	30 – 80	72,2 ± 9,9	55 – 85
Gizi	65,8 ± 12,4	25 – 85	75,9 ± 10,6	50 – 95
Kebidanan	63,9 ± 12,0	35 – 85	71,9 ± 9,6	50 – 90
Keperawatan	62,9 ± 12,7	25 – 85	71,5 ± 9,1	45 – 90

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebelum dan sesudah edukasi, responden yang berasal dari jurusan gizi memiliki nilai rata-rata paling tinggi, yakni 65,8 dan meningkat ke 75,9.

**Tabel 5. Distribusi Kategori Tingkat Pengetahuan Anemia Sebelum Edukasi Responden berdasarkan Jurusan**

Jurusan	Baik		Cukup		Kurang	
	n	%	n	%	n	%
	Farmasi	6	13,0	30	65,2	10
Gizi	8	17,8	25	55,5	12	26,7
Kebidanan	5	10,0	32	64,0	13	26,0
Keperawatan	8	9,9	50	61,7	23	28,4

Tabel 5 menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi gizi, responden yang berasal dari keperawatan paling sedikit berada pada kategori baik yakni 9,9%. Pada kategori kurang, paling banyak berasal dari jurusan keperawatan yakni 28,4%.

**Tabel 6. Distribusi Kategori Tingkat Pengetahuan Anemia Sesudah Edukasi Responden berdasarkan Jurusan**

Jurusan	Baik		Cukup		Kurang	
	n	%	n	%	n	%
	Farmasi	16	34,8	24	52,2	6
Gizi	20	44,4	23	51,1	2	4,5
Kebidanan	15	30,0	31	62,0	4	8,0
Keperawatan	25	30,9	52	64,2	4	4,9

Tabel 6 menyatakan bahwa setelah diberikan intervensi berupa edukasi gizi, responden yang berasal dari jurusan kebidanan berada pada kategori baik yang paling sedikit yakni 30,0%. Pada kategori kurang, yang paling banyak adalah responden yang berasal dari jurusan farmasi yaitu 13,0%.

**Tabel 7. Pengaruh Gizi melalui Akun Instagram**

Variabel	n	SD	SE	Mean	P Value
Sebelum Edukasi	222	12,18	0,81	63,96	0,000
Sesudah Edukasi	222	9,83	0,66	72,64	

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 7 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan anemia setelah diberikan edukasi gizi melalui akun Instagram dengan hasil analisis statistik uji *Wilcoxon* nilai *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ).

## Pembahasan

### Karakteristik Umum

Penelitian ini diikuti oleh responden yang berada di rentang usia 18-21 tahun dan paling banyak berumur 19 tahun (36,3%). Berdasarkan klasifikasi remaja oleh

Monks (1999) dalam Mabrurroh (2016), rentang usia 18 – 21 tahun adalah masa remaja akhir. Pada tahap ini, remaja sudah mendekati kedewasaan yang ditandai dengan pencapaian, yang salah satunya adalah minat semakin mantap terhadap fungsi-fungsi intelektual. Remaja akhir mulai memiliki ego untuk mencari kesempatan besatu dengan orang lain dan mendapatkan pengalaman baru. Selain itu, responden dalam penelitian ini adalah mahasiswi tingkat 1, 2, dan 3. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Pirade, *et al*, (2018) bahwa tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh mahasiswa kesehatan berbanding lurus dengan tingkat semester yang ditempuh mahasiswa tersebut. Hal ini dipengaruhi oleh pengalaman yang dimiliki oleh tingkat yang lebih tinggi.

### Pengetahuan Anemia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan anemia responden sebagian besar berada pada kategori cukup. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswi Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang yang berasal dari jurusan farmasi, gizi, kebidanan dan keperawatan. Mahasiswa kesehatan memiliki tingkat pengetahuan terkait isu kesehatan yang lebih baik dibandingkan mahasiswa non kesehatan. Hal ini dapat disebabkan mahasiswa kesehatan telah terpapar materi yang berkaitan dengan kesehatan, baik saat perkuliahan ataupun di luar perkuliahan (Lumbangaol & Nainggolan, 2021). Banyak faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang diantaranya adalah tingkat pendidikan, informasi atau media massa, pengalaman hingga usia (Listyani, 2019).

Responden yang berasal dari jurusan gizi memiliki rata-rata tingkat pengetahuan anemia yang lebih tinggi dibandingkan jurusan lainnya. Setelah edukasi, pengetahuan yang dimiliki juga meningkat karena responden sudah menerima materi yang sama sebelumnya di kelas. Mahasiswi jurusan gizi sudah terpapar materi penyakit anemia dari tingkat 1. Jurusan gizi fokus mempelajari makanan, terutama kaitannya dengan kesehatan dan kehidupan. Penyakit anemia erat kaitannya dengan siklus daur kehidupan, terutama perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Natour *et al*, (2022) yang menyimpulkan bahwa mahasiswa kesehatan Universitas Nasional Najah di Palestina yang mengambil kelas gizi memiliki pengetahuan anemia yang lebih baik dibandingkan yang belum atau tidak mengambil kelas gizi.

Pengetahuan yang mumpuni terkait hidup sehat tanpa anemia juga dibutuhkan oleh lulusan kebidanan,

yang nantinya akan melakukan pelayanan kesehatan pada ibu dan anak. Responden yang berasal dari jurusan kebidanan dalam penelitian ini sebagian besar telah memiliki tingkat pengetahuan anemia pada kategori cukup yakni 63% sebelum edukasi dan 59,3% setelah edukasi. Mahasiswa kebidanan dengan tingkat pengetahuan yang baik tentang anemia, baik yang didapatkan dari ahli/pakar maupun media massa, akan mengetahui langkah pencegahan anemia, utamanya pada ibu hamil (Sari & Anggraini, 2020).

Berbeda dengan mahasiswa jurusan gizi dan kebidanan yang biasa berinteraksi dengan penyakit anemia di kelas, mahasiswa jurusan farmasi dan keperawatan tidak mempelajari secara khusus materi mengenai anemia. Walau demikian, mayoritas tingkat pengetahuan anemia mahasiswa di jurusan tersebut berada di kategori cukup. Berdasarkan informasi yang didapatkan dari responden yang berasal dari jurusan keperawatan, responden tidak mempelajari tanda dan gejala anemia atau dampak ke kehidupan sehari-hari secara khusus di kelas. Namun, mahasiswa keperawatan belajar bagaimana proses biologis yang terjadi di tubuh manusia yang terkena penyakit anemia. Selain itu, saat menjalani praktik kerja lapangan (PKL) di rumah sakit, responden berkesempatan menangani pasien dengan penyakit anemia. Kondisi tersebut memungkinkan mahasiswa untuk mendapatkan informasi lebih dalam mengenai penyakit anemia. Hal ini sejalan dengan pendapat Listyani (2019) bahwa pengetahuan tidak hanya didapatkan dari jenjang pendidikan yang ditempuh, namun juga dapat didukung oleh informasi yang diterima dari media massa, internet, lingkungan dan pengalaman.

Peneliti juga mendapatkan informasi yang senada dari responden yang berasal dari jurusan farmasi. Mahasiswa jurusan farmasi tidak spesifik membahas mengenai anemia di kelas. Namun, ada mata kuliah yang menyinggung sedikit tentang anemia, yakni mata kuliah Swamedikasi. Swamedikasi, atau pengobatan mandiri, merupakan bagian dari usaha masyarakat untuk mengobati keluhan atau gejala penyakit yang dideritanya tanpa melakukan konsultasi terlebih dahulu kepada dokter. Namun, seringkali masyarakat melakukan kesalahan dalam penggunaan obat. Hal ini dapat disebabkan pemahaman yang terbatas dimiliki mengenai konsumsi obat-obatan (Pirade, *et al*, 2018). Maka dari itu, sebagai calon tenaga teknis kefarmasian, mahasiswa jurusan farmasi mempelajari mengenai swamedikasi, termasuk di dalamnya topik terkait anemia. Anemia memiliki gejala umum seperti lemah,

letih, lesu, lunglai, dan lalai yang mana umum dijumpai di kalangan masyarakat.

### **Edukasi Gizi melalui Akun Instagram**

Pada penelitian ini, edukasi gizi yang disampaikan melalui Instagram adalah seputar anemia dan zat besi, meliputi definisi, penyebab, dampak, tanda dan gejala, pencegahan, hingga sumber makanan zat besi. Materi disampaikan dengan memanfaatkan fitur *feeds* dan *instastory* di Instagram. Peneliti memastikan sampel membaca informasi yang disebarluaskan melalui tampilan *viewers* pada *story* instagram yang menampilkan akun mana saja yang sudah membuka gambar (materi) tersebut. Selain itu, sampel yang telah membaca gambar yang ditampilkan pada *feeds* diminta untuk memberikan *like* dan komentar. Hal ini memudahkan penyampaian informasi dari peneliti ke responden tanpa harus mengumpulkan responden dalam satu ruang dan waktu yang sama. Menurut Sampurno, *et al*, (2020) media sosial mempunyai kemampuan untuk menjangkau dan mempengaruhi masyarakat luas dalam waktu bersamaan. Selain itu, responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia 18-21 tahun. Pada rentang usia tersebut, penggunaan media sosial sudah menjadi bagian dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Meiditriawan (2022), siswa lebih sering berselancar di media sosial dibandingkan belajar ketika menggunakan *smartphone*. Maka dari itu, penggunaan Instagram sebagai media pembelajaran memiliki kelebihan diantaranya adalah guru dan siswa lebih mudah melakukan interaksi dan penyampaian materi serta aplikasi yang digunakan bebas biaya dan mudah diakses (Ambarsari, 2021).

Dalam pelaksanaan penelitian, seluruh sampel mendapatkan perlakuan yang sama untuk mengakses Instagram dan membuka gambar (materi) melalui *feeds* dan *story* instagram selama empat hari berturut-turut. Namun dalam proses penelitian masih terdapat beberapa sampel yang tidak mengakses Instagram secara penuh selama 4 hari. Untuk itu, peneliti menghubungi dan mengkonfirmasi sampel yang tidak mengakses Instagram pada hari pertama, kedua, ketiga atau keempat.

Di satu sisi, penggunaan Instagram sebagai media edukasi memiliki beberapa hambatan, salah satunya adalah keterbatasan kuota internet serta stabilitas jaringan internet yang dimiliki responden. Romadhona dan Anistiyasari (2020) menyatakan bahwa pendidik yang ingin memanfaatkan media sosial sebagai media pembelajaran harus mempertimbangkan masalah kuota internet yang dimiliki peserta didik. Tidak adanya kuota internet dapat menghambat siswa dalam mengikuti pelajaran.

## Pengaruh Edukasi Gizi melalui Akun Instagram terhadap Pengetahuan Anemia

Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi tentang anemia dengan media sosial Instagram pada mahasiswi Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang. Hal ini dibuktikan dengan hasil analisis statistik uji *Wilcoxon* yakni nilai *p-value* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Rata-rata nilai pengetahuan anemia mengalami peningkatan skor sebanyak 8,65. Sabrina (2021) juga menyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada mahasiswi Kampus A Poltekkes Kemenkes Jakarta II setelah diberikan edukasi melalui media sosial Instagram. Pada saat ini, remaja lebih senang memanfaatkan kemajuan teknologi dalam mencari informasi yang dibutuhkan. Selain itu, media sosial memiliki tampilan yang menyenangkan serta berisikan berbagai konten dengan tema yang bervariasi, sesuai dengan logaritma pengguna. Maka dari itu, penggunaan media sosial berperan dalam proses pendidikan, terutama peningkatan pengetahuan gizi pada remaja (Rinarito, *et al*, 2022).

Tamsil, *et al*, (2023), juga mendapatkan hasil penelitian yang serupa. Tamsil menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan gizi melalui Instagram terhadap skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah intervensi. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar. Peningkatan skor pengetahuan tersebut diduga disebabkan konten edukasi yang diberikan menggunakan media gambar dengan animasi yang dapat menarik perhatian mahasiswa. Selain itu, edukasi gizi melalui Instagram dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja. Hal ini tentunya memudahkan mahasiswa untuk mendapatkan informasi di sela waktu yang padat saat sebagai mahasiswa.

## SIMPULAN

Ada perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi tentang anemia dengan media sosial Instagram pada mahasiswi Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang. Edukasi melalui akun Instagram berpengaruh terhadap pengetahuan anemia mahasiswi.

## DAFTAR PUSTAKA

Ambarsari, Z. (2021). Penggunaan Instagram sebagai Media Pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia pada Era 4.0. *Prosiding Seminar Nasional Pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia*. 3. 81-86. <http://digilib.unimed.ac.id/41225/>.

- Anggraini, F. (2020). Hubungan Peningkatan Pengetahuan Pedoman Gizi Seimbang melalui Media Sosial Instagram terhadap Remaja Umur 18-24 tahun. *Skripsi*. Depok, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Retrieved from <https://repository.upnvj.ac.id/6765/>.
- Assabila, S. Y., & Sefrina, L. R., (2022). Kajian Pustaka: Penggunaan Media Digital sebagai Alternatif Media Pendidikan Gizi pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19. *POLTEKITA: Jurnal Ilmu Kesehatan*. 16(1). 118-125 doi:10.33860/jik.v16i1.693.
- Jovanki, B. P. (2022). Pengaruh Pesan Kampanye Gerakan “New Normal” terhadap Perubahan Sikap Mematuhi Protokol Kesehatan. *Skripsi*. Tangerang, Universitas Media Nusantara, Banten. Retrieved from <https://kc.umn.ac.id/id/eprint/20003/>.
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Hutama*, 3(1), 1293-1298. <https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/266>.
- Laksmi, S., & Yenie, H. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten Tenggamas. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), 104-107. doi:10.26630/jkep.v14i1.1016.
- Listyani, D. (2019). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Kelas X Tentang Anemia Defisiensi Besi di SMK N 2 Godean Sleman Yogyakarta. *Karya Tulis Ilmiah*. Yogyakarta, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Retrieved from <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/3670/>.
- Lumbangaol, R., & Nainggolan, M. M. (2021). Pengetahuan Mahasiswa tentang Protokol Kesehatan dalam Pencegahan Penyebaran Covid-19 di Era New Normal pada Program Studi STIKes Santa Elizabeth Medan Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah PANNMED*, 17(1), 18-26. doi:10.36911/pannmed.v17i1.1244.
- Mabrurroh, S. (2016). Hubungan antara Attachment Ibu dengan Kecerdasan Emosi Remaja Awal. *Skripsi*. Surabaya, UIN Sunan Ampel. Retrieved from <http://digilib.uinsa.ac.id/13682/>.
- Meiditriawan, I. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran Microblog Berbasis Aplikasi Instagram pada Materi Ikatan Kimia. *Skripsi*. Tangerang Selatan, UIN Syarif Hidayatullah. Retrieved from <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/66512>.
- NapoleonCat. (2022, December). Instagram Users in Indonesia. Retrieved from: <https://napoleoncat.com/stats/instagram-users-in-indonesia/2022/12/>.

- Natour, N., Tell, M. A., & Shakhshirm M. (2022). Knowledge on Anemia Causes and Associated Risks Improve with Education and Better Socioeconomic Standards among Students of Medicine, Pharmacy, Nursing and Other Allied Health Professions in Palestinian Territories. *Research Square*, 1-18. doi: 10.21203/rs.3.rs-1442578/v1.
- Rinarto, D. L., Ilmi, I. M. B., & Fatmawati, I. (2022). Pengaruh Edukasi dengan Media Sosial Instagram dan Youtube terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 11(3). 287-292. doi: 10.33221/jikm.v11i03.1056.
- Romadhona, M. R., & Anistyasari, Y. (2020). Studi Literatur Penggunaan Media Sosial sebagai Media Pembelajaran di SMK. *Jurnal IT-EDU*. 5(1). 105-112. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/it-edu/article/view/36460>.
- Sabrina, S. A., Ngadiarti, I., & Muntikan. (2021). Tingkat Pengetahuan, Sikap, serta Asupan Zat Besi dan Vitamin C Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi Gizi Mengenai Anemia Gizi Besi dengan Media Aplikasi Instagram pada Mahasiswa Kampus A Poltekkes Kemenkes Jakarta II. *Skripsi*. Jakarta Selatan, Poltekkes Kemenkes Jakarta II. Retrieved from [https://perpus.poltekkesjkt2.ac.id/respoy/index.php?p=show\\_detail&id=5929&keywords=](https://perpus.poltekkesjkt2.ac.id/respoy/index.php?p=show_detail&id=5929&keywords=).
- Sampurno, M. B., Kusumandyoko, T. C., & Islam, M. A. (2020). Budaya Media Sosial, Edukasi Masyarakat dan Pandemi COVID-19. *Jurnal Sosial & Budaya Syar-i*, 7(6), 529-542. doi: 10.15408/sjsbs.v7i5.15210.
- Sari, M. H., & Anggraini, D. D. (2020). Analisis Sikap dan Pengetahuan terhadap Upaya Pencegahan Anemia pada Mahasiswa Bidan. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 5, 135-142. doi: 10.15408/sjsbs.v7i5.15210.
- Simanjuntak, M., Yuliati, L. N., Rizkillah, R., & Maulidina, A. (2022). Pengaruh Inovasi Edukasi Gizi Berbasis Social Media Marketing terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Ilmiah Keluarga dan Konsumen*, 15(2), 164-177. doi: 10.24156/jikk.2022.15.2.164.
- Subratha, H. F., & Ariyanti, K. S. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia di Tabanan. *Jurnal Medika Husada*, 3(2), 48-53. doi:10.54107/medikausada.v3i2.75.
- Tamsil, A. S. A., Hartono, R., Chaerunnimah. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram sebagai Media Edukasi Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Asupan Zat Besi serta Kadar Hemoglobin pada Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Makassar. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*. 28(1). 6-15. doi:10.32382/medkes.v18i1.
- Taufiq, Z., Ekawidyani, K. R., & Sari, T. P. (2020) *Aku Sehat Tanpa Anemia: Buku Saku Anemia untuk Remaja Putri*. Pasaman Barat: CV. Wonderland Family Publisher.