EFEKTIFITAS EDUKASI MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN SISWA TENTANG PERAN ASAM FOLAT DALAM KESEHATAN PRA KONSEPSI

Surati Ningsih, Novi Indah Aderita

Politeknik Kesehatan Bhakti Mulia, Sukoharjo, Jawa Tengah, Indonesia

Abstrak

Latar Belakang: kekurangan asam folat selama kehamilan dapat memicu terjadinya kelahiran kurang bulan (premature), gangguan pertumbuhan janin, serta berat badan lahir rendah. Oleh karena itu, ibu hamil perlu memastikan asupan asam folat yang cukup untuk mencegah masalah tersebut dengan mengonsumsi makanan kaya asam folat atau suplemen yang direkomendasikan oleh tenaga medis. Pemberian edukasi kepada remaja putri merupakan salah satu upaya pencegahan terjadinya anemia tersebut. Studi yang dilakukan di SMAN 3 Sukoharjo bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penggunaan video edukatif dalam meningkatkan pengetahuan siswi mengenai peranan asam folat sebelum konsepsi. Penelitian quasi eksperimental ini mengaplikasikan desain Non Equivalent Control Group. Total sampel adalah 88 siswi kelas XII, dibagi menjadi dua kelompok: eksperimental dengan 44 siswi dan kontrol dengan 44 siswi. Kelompok ditentukan secara acak, sedangkan pemilihan subjek dilakukan melalui purposive sampling. Kuesioner digunakan sebagai alat pengumpulan data, sedangkan analisis data dengan uji Mann-Whitney. Hasil analisis data membuktikan peningkatan pengetahuan rata-rata pada kelompok eksperimental, dari 57,23 menjadi 91,9 setelah pemberian edukasi melalui video, sementara pada kelompok kontrol pengetahuan rata-rata naik dari 64,75 menjadi 85,8 melalui ceramah. Hasil analisis menunjukkan nilai $p(0,001) < 0,05$ dan signifikan pada $\alpha = 0,05$, studi ini menyimpulkan bahwa edukasi melalui video terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswi tentang peran asam folat dalam kesehatan pra-konsepsi.

Kata kunci: asam folat, edukasi, pengetahuan, pra konsepsi, video

THE EFFECTIVENESS OF EDUCATION USING VIDEO MEDIA IN INCREASING STUDENTS' KNOWLEDGE ABOUT ROLE FOLIC ACID IN PRECONCEPTIONAL HEALTH

Surati Ningsih, Novi Indah Aderita

Abstract

Background: folic acid deficiency during pregnancy can trigger premature birth, impaired fetal growth, and low birth weight. Therefore, pregnant women need to ensure adequate folic acid intake to prevent these problems by consuming foods rich in folic acid or supplements recommended by medical personnel. Providing education to young women is important to prevent anemia. The study conducted at SMAN 3 Sukoharjo aimed to evaluate the effectiveness of using educational videos in increasing female students' knowledge regarding the role of folic acid before conception. This Quasi Experimental Research applies a Non Equivalent Control Group design. The total sample was 88 class XII female students, divided into two groups: experimental with 44 female students and control with 44 female students. Groups were determined randomly, while subject selection was carried out through purposive sampling. Questionnaires were used as a data collection tool, while data analysis was carried out using the Mann-Whitney test. The results of data analysis prove an increase in average knowledge in the experimental group, from 57.23 to 91.9 after providing education via video, while in the control group average knowledge increased from 64.75 to 85.8 through lectures. The results of the

analysis show a p value (0.001) <0.05 and significant at $\alpha = 0.05$, this study concludes that education via video has proven effective in increasing female students' understanding of the role of folic acid in pre-conception health.

Keywords: education, folic acid, knowledge, preconception, videos

Korespondensi: Surati Ningsih, PoltekNIK Kesehatan Bhakti Mulia, Jl. Raya Solo – Sukoharjo Km 09 Sukoharjo, Jawa Tengah, Email: suratiningsihbm@gmail.com

PENDAHULUAN

Anemia menjadi isu penting dalam konteks kesehatan prakonsepsi bagi wanita, ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) di bawah 12 gr/dl yang tidak mencukupi kebutuhan tubuh. WHO (2021) menyampaikan bahwa angka kejadian anemia untuk wanita di usia produktif berkisar di umur 15-49 tahun secara global tercatat 29.9% pada tahun 2021. Data hasil Riskesdas pada tahun 2018 memaparkan bahwa angka kejadian pada kasus anemia pada usia remaja yaitu sekitar usia 15 hingga 24 tahun mencapai 32%. Hal ini berarti bahwa terdapat kurang lebih 3 hingga 4 dari 10 remaja mengalami anemia (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

Faktor-faktor yang menyumbang pada terjadinya anemia antara lain adalah defisiensi nutrisi yang berperan dalam produksi hemoglobin seperti vitamin A, asam folat, zat Fe, dan vitamin B12. Kondisi kesehatan dengan peradangan, kelainan bawaan, dan adanya infeksi oleh parasit juga berpengaruh pada sintesis hemoglobin serta produksi sel darah merah (WHO, 2011 dalam Akhmad, 2021). Asam folat memiliki peran penting pada proses metabolisme zat asam amino yang esensial dalam membentuk sel darah merah serta berfungsi sebagai komponen vital dalam sintesis DNA sebagai koenzim dalam sintesis pirimidin (Mahenez & Ismail 2011 dalam Astriningrum, et al., 2017).

Kekurangan asam folat dapat mengakibatkan anemia megaloblastik, yang ditandai dengan gangguan dalam maturisasi inti eritrosit, menghasilkan eritrosit yang berukuran dan berbentuk tidak normal. Defisiensi asam folat juga dapat mengganggu replikasi DNA serta proses pembelahan sel, yang berdampak pada metabolisme zat besi (Kurniati et al., 2013). Willis (1931) dalam Darwanti & Antini (2012) menekankan pentingnya asam folat dalam mencegah anemia selama kehamilan. Tingkat asam folat dan hemoglobin yang memadai pada ibu hamil berkontribusi pada pertumbuhan janin yang sehat, sementara kekurangannya dikaitkan dengan risiko lebih tinggi BBLR, kelahiran prematur, serta pertumbuhan janin yang terganggu (Charles et al., 2005 dalam Astriningsrum, et al., 2017).

Suplemen tablet penambah darah yang diberikan memiliki kandungan 60 mg zat Fe serta 0,4 mg asam folat. Pemberian ini merupakan langkah penting pencegahan dan penanggulangan anemia (Kemenkes RI, 2016). Suplemen folat pada periode perikonsepsi dapat menurunkan risiko terjadinya kecacatan pada tabung saraf (Neural Tube Defects - NTD) hingga 70% (Dewantari, 2013).

Penting juga bagi masyarakat untuk terlibat dalam pemberian edukasi pada remaja putri, serta turut serta dalam upaya pencegahan anemia. Pengetahuan yang adekuat mampu membangun

sikap serta perilaku yang positif dalam pemilihan makanan yang dikonsumsi (Martini, 2015). Keberhasilan edukasi kesehatan juga bergantung pada penggunaan media yang efektif. Penelitian menunjukkan bahwa video edukatif dapat memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan pengetahuan karena kemampuannya untuk menarik perhatian dan memberikan informasi dalam format yang menarik dan mudah dipahami (Simarmata, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan di SMAN 3 Sukoharjo, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum mendapatkan informasi kesehatan tentang peran asam folat pada kesehatan pra-konsepsi, menandakan pentingnya adanya intervensi edukatif lebih lanjut dalam hal ini.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian bertujuan untuk membuktikan keefektifan pada penggunaan media video dalam meningkatkan pengetahuan yang dimiliki siswa mengenai peranan asam folat dalam kesehatan prakonsepsi.

METODE/DESAIN PENELITIAN

Penelitian kuasi eksperimen ini mengaplikasikan desain Non Equivalent Control Group. Pengambilan data dilaksanakan dengan instrumen kuesioner yang telah lolos uji etik dengan nomor: 179/LPPM-UYM/VI/2024 dan data diuji secara statistik dengan rumus uji Mann-Whitney.

POPULASI, SAMPEL DAN TEKNIK SAMPLING

Penelitian menggunakan sampel sebanyak 88 siswi kelas XII di SMAN 3 Sukoharjo. Sampel yang ada selanjutnya dibedakan dalam dua kelompok yaitu kelompok eksperimen sejumlah 44 orang dan kelompok kontrol sejumlah 44 orang. Penentuan kelompok menggunakan teknik randomisasi, sementara pemilihan responden menggunakan teknik purposive sampling.

HASIL PENELITIAN

Hasil pengujian pengetahuan siswa tentang peran asam folat dalam kesehatan prakonsepsi sebelum diberikan perlakuan berupa edukasi tampak pada Tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Siswa Sebelum Diberikan Edukasi

Tingkat Pengetahuan	Kel. Eksperimen		Kel. Kontrol	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	0	0	5	11,4
Cukup	28	63,6	30	68,2
Kurang	16	36,4	9	20,5
Total	44	100	44	100

Tabel 1 menampilkan bahwa mayoritas siswa sebelum diberikan edukasi menggunakan video memiliki tingkat pengetahuan yang cukup mengenai peran asam folat dalam kesehatan prakonsepsi, yakni 63,6% pada kelompok

eksperimen dan 68,2% pada kelompok kontrol.

Tingkat pengetahuan siswa tentang peran asam folat dalam kesehatan pra konsepsi setelah diberikan edukasi tampak pada Tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Siswa Setelah Diberikan Edukasi

Tingkat Pengetahuan	Kel. Eksperimen		Kel. Kontrol	
	Frekuensi	Persentase(%)	Frekuensi	Persentase(%)
Baik	42	95,5	39	88,6
Cukup	2	4,5	5	11,4
Kurang	0	0	0	0
Total	44	100	44	100

Pada Tabel 2, terlihat bahwa setelah diberikan edukasi menggunakan video, kebanyakan siswa mempunyai tingkat pengetahuan pada kategori baik mengenai peran asam folat dalam kesehatan prakonsepsi, yakni 95,5% untuk kelompok eksperimen dan 88,6% untuk kelompok kontrol.

Temuan terkait perbedaan pemahaman siswa mengenai peran asam folat dalam kesehatan pra konsepsi sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi terlihat dalam Tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3.
Perbedaan Tingkat Pengetahuan Siswa tentang Peran Asam Folat dalam Kesehatan Pra Konsepsi Sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi Video dan Ceramah Langsung

Kelompok	Sebelum Edukasi			Setelah Edukasi			p value
	Min	Max	Mean (SD)	Min	Max	Mean (SD)	
Video	38	64	57,23 (5,502)	74	100	91,9 (6,159)	0,001
Ceramah langsung	44	78	64,75 (8,922)	66	100	85,8 (9,080)	0,001

Tabel 3 menunjukkan adanya perubahan dalam tingkat pengetahuan rata-rata sebelum mendapatkan edukasi dan rata-rata sesudah mendapatkan edukasi pada kedua kelompok. Pada kelompok eksperimen, terdapat peningkatan tingkat pengetahuan rata-rata dari 57,23 menjadi 91,9 setelah pemberian perlakuan berupa edukasi menggunakan video, sedangkan pada kelompok kontrol terjadi peningkatan dari 64,75 menjadi 85,8 setelah edukasi melalui ceramah langsung. Perbedaan ini menunjukkan bahwa edukasi memiliki dampak signifikan terhadap pengetahuan siswa dalam

kedua kelompok. Hal ini didukung secara statistik oleh hasil uji Wilcoxon, di mana diperoleh nilai $p(0,001) < 0,05$ untuk kedua kelompok, yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah edukasi.

Perbedaan tingkat pengetahuan siswa tentang peran asam folat dalam kesehatan pra konsepsi setelah diberikan edukasi menggunakan video dan ceramah langsung terlihat dalam Tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4.
Perbedaan Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Peran Asam Folat dalam Kesehatan Pra Konsepsi Setelah Diberikan Edukasi

	Tingkat Pengetahuan
Mann-Whitney U	524,000
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,000

Hasil pengujian Mann-Whitney menampilkan nilai p sebesar ($<0,000$) $< 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya perbedaan antara tingkat pengetahuan siswa tentang peran asam folat dalam kesehatan prakonsepsi setelah mereka menerima edukasi menggunakan video dan ceramah langsung yang signifikan. Berdasarkan hasil tersebut maka terlihat bahwa pemberian edukasi melalui media video secara signifikan berdampak pada peningkatan pemahaman siswa tentang peran asam folat dalam kesehatan pra-konsepsi.

PEMBAHASAN

Tingkat pengetahuan siswa tentang peran asam folat dalam kesehatan pra konsepsi sebelum diberikan edukasi

Pengetahuan mengenai peran asam folat dalam kesehatan prakonsepsi memegang peranan penting dalam memastikan kecukupan asam folat seseorang. Tingkat pengetahuan tersebut mempengaruhi kemampuan seseorang dalam membentuk pengetahuan serta sikap yang positif. Semakin positif pengetahuan individu, maka semakin positif pula sikap yang tercipta, sehingga mampu mendorong perilaku yang sesuai. Pengetahuan baik yang dimiliki oleh remaja putri terkait masalah peran asam folat dalam kesehatan prakonsepsi dan konsekuensi kekurangan asam folat

cenderung memiliki sikap yang positif terhadap kepatuhan, termasuk dalam konsumsi asam folat. Kurangnya pengetahuan mengenai asam folat dapat memengaruhi pemahaman seseorang terhadap konsep, prinsip, dan informasi terkait kebutuhan asam folat (Siwi, 2009 dalam Simatupang, 2018).

Kekurangan asam folat mampu menimbulkan gangguan pada maturisasi inti eritrosit, menghasilkan eritrosit yang berukuran dan berbentuk tidak normal, yang biasa dikenal dengan istilah anemia megaloblastik. Adanya gangguan dalam metabolisme zat asam folat juga mempengaruhi pembelahan sel serta replikasi DNA, yang berdampak pada fungsi tubuh secara keseluruhan, termasuk dalam metabolisme zat besi. Dengan demikian, defisiensi folat dan besi seringkali terjadi bersamaan (Kurniati et al., 2013). Willis (1931) dalam Darwanti dan Antini (2012) menekankan pentingnya folat sebagai langkah pencegahan anemia selama hamil. Kadar hemoglobin serta asam folat yang dimiliki ibu selama kehamilan akan berdampak secara langsung pada laju pertumbuhan serta perkembangan janin. Kurangnya zat asam folat yang ada pada tubuh ibu hamil, dapat mengakibatkan lahirnya bayi dengan berat lahir rendah, kelahiran yang terjadi sebelum waktunya serta adanya gangguan pertumbuhan pada janin tersebut (Charles et al., 2005 dalam Astriningsrum, et al., 2017).

Tingkat pengetahuan siswa tentang peran asam folat dalam kesehatan pra konsepsi sesudah diberikan edukasi

Hasil penelitian membuktikan bahwa mayoritas siswa memiliki pemahaman yang baik tentang peran asam folat dalam kesehatan

pra-konsepsi setelah menerima edukasi melalui video, sementara setelah menerima ceramah langsung, mayoritas siswa masih memiliki pemahaman yang cukup. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan pada siswa setelah mendapatkan edukasi, terutama pada kelompok yang menggunakan media video, di mana mayoritas siswa yang awalnya memiliki tingkat pengetahuan cukup menjadi baik.

Informasi yang diperoleh akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Seseorang cenderung menambah pengetahuannya jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran, sedangkan kurangnya informasi dapat menghambat peningkatan pengetahuan (Budiman dan Riyanto, 2013 dalam Widayani dan Ulfah, 2021).

Edgar Dale menekankan pentingnya interaksi aktif audiens dalam menyampaikan informasi, melibatkan berbagai indera seperti penglihatan, pendengaran, perabaan, penciuman, dan pengecap. Menurut konsep Cone of Experience oleh Edgar Dale, pengalaman yang paling diingat oleh remaja putri adalah dari pengalaman visual dan auditori. Dengan demikian, pemanfaatan media audio visual dalam proses pembelajaran akan menciptakan pengalaman positif yang lebih signifikan serta berkesan bagi para remaja putri. Penggunaan berbagai indera dalam pembelajaran, remaja putri dapat memahami pesan yang disampaikan dengan lebih baik (Arsyad, 2017).

Perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan setelah diberikan edukasi menggunakan video dan ceramah langsung.

Hasil penelitian membuktikan bahwa rerata tingkat pengetahuan siswa tentang peran asam folat

dalam kesehatan prakonsepsi setelah diberikan edukasi baik melalui media video maupun ceramah langsung mengalami peningkatan. Sebelum edukasi, tingkat pengetahuan mahasiswi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol relatif serupa. Namun, setelah menerima perlakuan berupa edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan di antara kedua kelompok.

Di samping itu, rata-rata nilai tingkat pengetahuan setelah diberi edukasi melalui media video cenderung lebih baik daripada yang diberikan dengan metode ceramah langsung. Hal ini membuktikan bahwa pemanfaatan media video untuk memberikan edukasi mampu meningkatkan tingkat pengetahuan lebih efektif daripada ceramah langsung.

Keberhasilan edukasi kesehatan sangat bergantung pada penggunaan media yang tepat. Media yang menarik dapat mempercepat perubahan kognitif (pengetahuan), afektif (sikap), dan psikomotor (perilaku) menjadi meningkat (Ann, et al., 2018). Pemanfaatan media video dalam kegiatan edukasi menimbulkan suasana yang dinamis, tidak membosankan, dan menyenangkan, yang berdampak pada tertariknya perhatian audiens. Selain itu, media video memungkinkan penyampaian informasi secara visual dan menarik, serta memenuhi berbagai kebutuhan pembelajaran dari beragam jenis audiens (Simarmata, 2020).

Perbedaan tingkat pengetahuan siswa tentang peran asam folat dalam kesehatan pra konsepsi setelah diberikan edukasi menggunakan video dan ceramah langsung

Hasil penelitian menegaskan adanya perbedaan antara tingkat pengetahuan siswa tentang peran

asam folat dalam kesehatan prakonsepsi setelah diberikan edukasi dengan memanfaatkan media video dan ceramah langsung. Pemanfaatan media video dalam proses edukasi mampu menimbulkan dampak yang signifikan pada peningkatan pengetahuan siswa mengenai peran asam folat dalam kesehatan prakonsepsi.

Media edukasi merupakan alat atau sarana untuk menyampaikan pesan atau materi pembelajaran, memiliki peran yang krusial dalam kegiatan edukasi dengan merangsang perhatian, minat, pikiran, dan perasaan audiens untuk mencapai tujuan tertentu. (Sumarsono, 2017). Penggunaan media video dalam pembelajaran memiliki banyak manfaat, seperti kemampuan untuk menggambarkan proses dengan cepat dan tepat, serta mendorong motivasi siswa untuk memperhatikan materi (Arsyad, 2017).

Video edukasi di samping memiliki penampilan yang menarik, juga mempermudah penyerapan informasi yang disampaikan dan memberikan pengalaman yang menyenangkan bagi audiens (Melissa & Huntley, 2018). Media audiovisual tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memiliki kemampuan untuk mengubah perilaku kesehatan seseorang seperti perubahan perilaku dan tindakan keluarga terkait pencegahan penyakit seperti demam berdarah (Arneliwati & Agrina, 2018).

Penemuan ini konsisten dengan hasil penelitian Aisah et al. (2021), yang membuktikan bahwa video efektif dalam menambah pemahaman dan pengetahuan terkait masalah kesehatan karena karakteristiknya yang menarik, dinamis, mudah dipahami, dan mampu menyampaikan informasi. Temuan lain oleh Makalalag et al.

(2021) juga mendukung hal ini dengan membuktikan bahwa pemanfaatan media video untuk pembelajaran IPS mampu secara signifikan meningkatkan hasil belajar siswa.

KESIMPULAN

Terdapat peningkatan rerata tingkat pengetahuan siswa setelah mendapatkan edukasi menggunakan video, dari 57,23 sebelum edukasi menjadi 91,9 setelah edukasi. Sementara itu, pada kelompok kontrol yang mendapatkan edukasi melalui ceramah langsung, terjadi peningkatan rerata tingkat pengetahuan dari 64,75 menjadi 85,8. Adanya perbedaan ini menunjukkan bahwa efektifitas media video dalam edukasi terbukti lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa dibandingkan dengan ceramah langsung.

Hasil uji statistik secara signifikan terbukti bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan yang dimiliki siswa setelah pemberian edukasi dengan media video dan ceramah langsung dengan nilai $p(0,001) < 0,05$. Perbedaan tersebut tidak terjadi secara kebetulan, melainkan terdapat perbedaan yang signifikan antara efektifitas edukasi menggunakan media video dan ceramah langsung dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang peran asam folat dalam kesehatan pra konsepsi.

SARAN

Pemangku kebijakan dapat mempertimbangkan untuk menggunakan pendekatan yang beragam seperti penggunaan media video, ceramah langsung, materi tertulis, diskusi kelompok, atau kampanye penyuluhan kesehatan di lingkungan sekolah atau masyarakat sehingga pesan-pesan mengenai pentingnya asam folat dalam

mencegah anemia dapat didedukasikan dengan metode yang menarik serta mudah dipahami oleh remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad PA. (2021). Literature Review Pengaruh Asam Folat Pada Kadar Hemoglobin Untuk Wanita Prakonsepsi Dengan Anemia. *Skripsi*. Semarang: Universitas Ngudi Waluyo.
- Ann L Kellams , Kelly K Gurka , Paige P Hornsby , Emily Drake, M. R. C. (2018). A Randomized Trial of Prenatal Video Education to Improve Breastfeeding Among Low-Income Women. *Breastfeed Med*, 13(10), 666–673. <https://doi.org/doi:10.1089/bfm.2018.0115>
- Arneliwati, & , Agrina, A. P. D. (2018). The effectiveness of health education using audiovisual media on increasing family behavior in preventing dengue hemorrhagic fever (DHF). *Riau International Nursing Conference*, 30–33
- Arsyad, A. (2017). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Aisah, et al. (2021). Edukasi Kesehatan dengan Media Video Animasi: Scoping Review. *Jurnal Perawat Indonesia*, Volume 5 No 1 : 641-655, <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jpi/article/view/926/485>
- Astriningrum EP, Hardinsyah, Nurdin NM. (2017). Asupan Asam Folat, Vitamin B12 Dan Vitamin C Pada Ibu Hamil Di Indonesia Berdasarkan Studi Diet Total. *Jurnal Gizi Pangan*, Vol.12 No.1: 31-40, diakses 23 Januari 2023, <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan/article/view/17990>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Laporan Nasional RKD 2018. Jakarta: Kemenkes RI, diakses 13 Februari 2023, http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf.
- Darwanti J, Antini A. (2012). Kontribusi Asam Folat Dan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Terhadap Pertumbuhan Otak Janin di Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, Vol. 3 No 2: 82-90, diakses 14 Februari 2023, <https://media.neliti.com/media/publications-test/107125-kontribusi-asam-folat-dan-kadar-haemoglo-108cf939.pdf>
- Dewantari, Ni Made. 2013. Peranan Gizi dalam Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Skala Husada*. Vol.10, No.2:219-224.
- Hisa,K., Haruna, M., Hikita, N., Sasagawa, E., Yonezawa, K., Suto, M., Ota, E. (2019). Prevalence of and Factors Related to Anemia among Japanese Adult Women: Secondary Data Analysis Using Health Check-Up Database. *Scientific Report*.
- Kemenkes RI. (2016) *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kurniati, Thaha AR, Jafar N. (2013). Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Kejadian Anemia pada Wanita Prakonsepsi di Kecamatan Bringkanaya. *Skripsi*. Makassar: Universitas Hasanudin.
- Makalalag, D.R., Mutmainah, Anuli,

- W.Y. (2021). Penggunaan Media Video Edukasi untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa dalam Pembelajaran IPS Sekolah Dasar. *Journal of Elementary Educational Research* 1 (2).
- Martini. (2015). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Man 1 Metro. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, Vol.8 No.1: 1–7, diakses 14 Desember 2022, <https://www.ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKM/article/view/162>
- Melissa, G., Huntley D. R. W. (2018). The Use of Audiovisual Aids for Patient Educational in the Interventional Radiology Ambulatory Setting: A Literature Review. *Journal of Radiology Nursing*, 37 (3).
- Simarmata, J. (2020). *Elemen-Elemen Multimedia Untuk Pembelajaran*. Yayasan Kita Menulis.
- Simatupang, A. M. (2018). Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Pranikah di Kecamatan Batang Kuis. Skripsi. Politeknik Kesehatan Medan Jurusan Gizi Prodi Diploma Empat.
- Sumarsono, R. (2017). *Media Pembelajaran*. Pustaka Abadi.
- Widayani, W & Ulfah, K. (2021). Pengetahuan, Sikap, Dan Efikasi Diri Wanita Usia Subur Terkait Asuhan Prakonsepsi. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, vol. 13 no. 1, diakses 23 Desember 2022, https://doi.org/10.34011/juriske_sbdg.v13i1.1871
- WHO. (2021). *Anemia*. <http://www.who.int/topics/anemia/en/>