

**LITERATUR REVIEW : EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA
PROMOSI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN
DAN POLA KONSUMSI ZAT BESI PADA REMAJA**

SKRIPSI



MONICA THERESIA MAGDALENA N

P01031216028

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**

2020

**LITERATUR REVIEW : EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA
PROMOSI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN
DAN POLA KONSUMSI ZAT BESI PADA REMAJA**

Skripsi ini Diajukan Sebagai Salah Syarat Untuk Menyelesaikan Program
Studi Sarjana Terapan Gizi Dietetika Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



MONICA THERESIA MAGDALENA N

P01031216028

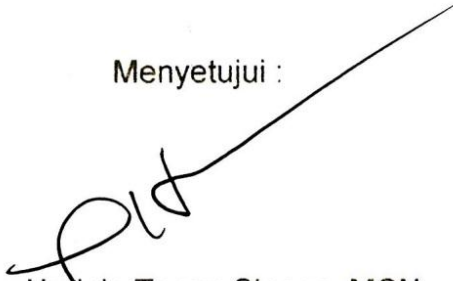
**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**

2020

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul :Literatur Review : Efektivitas Penggunaan
Media Promosi Kesehatan Terhadap
Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Zat Besi
Pada Remaja
Nama Mahasiswa : Monica Theresia Magdalena N
Nomor Induk Mahasiswa : P01031216028
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui :



Dr. Hanpin Togap Sinaga, MCN

Pembimbing Utama/ Ketua Penguji



Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes

Anggota Penguji I



Bernike Doloksaribu, STT, M.Kes

Anggota Penguji II

Mengetahui :

Ketua Jurusan



Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes

NIP. 19640321987031003

Tanggal Lulus : 1 Juli 2020

ABSTRAK

MONICA THERESIA MAGDALENA N “(LITERATUR REVIEW : EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA PROMOSI KESEHATAN GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN POLA KONSUMSI ZAT BESI PADA REMAJA)” (DIBAWAH BIMBINGAN HARIPIN SINAGA)

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke usia dewasa, dimana ditandai oleh perubahan fisik, fisiologis, dan psikososial. Tingkat pengetahuan pada remaja akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan disekolah maupun dirumah. Upaya untuk meningkatkan kualitas hidup dan pengetahuan remaja yang lebih baik dapat dilakukan dengan pemanfaatan media yang tepat, menarik dan mudah dipahami sebagai salah satu cara meningkatkan pelayanan kesehatan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja. Metode penelitian menggunakan metode Literatur Review dengan pengumpulan data sekunder dari artikel penelitian ilmiah dari tahun 2015-2020. Pencarian data menggunakan database Google Scholar, Mendeley, DOAJ dan Portal Garuda secara online dengan menggunakan kata-kata kunci yakni media promosi kesehatan, pengetahuan, pola konsumsi zat besi, remaja. Artikel – artikel kemudian dievaluasi berdasarkan tujuan, metode dan untuk meninjau kesamaan dan perbedaan di antara artikel – artikel tersebut.

Dari 11 hasil Literatur Review ini, terdapat 8 literatur yang menyatakan bahwa terdapat efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan yang mengalami peningkatan yang signifikan ($p < 0,05$) setelah diberi intervensi. Terdapat 2 dari 3 Literatur Review yang menunjukkan bahwa tidak terdapat efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pola konsumsi zat besi dengan nilai signifikan ($p > 0,05$) setelah diberi intervensi.

Kata Kunci : Media Promosi Kesehatan, Pengetahuan, Pola Konsumsi Zat Besi, Remaja

ABSTRACT

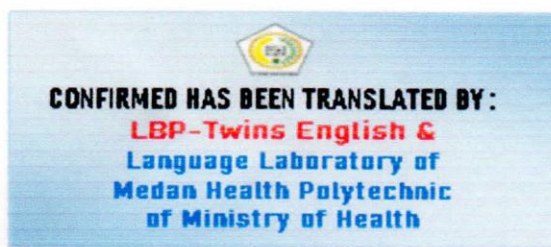
MONICA THERESIA MAGDALENA N "(LITERATURE REVIEW: EFFECTIVENESS OF MEDIA FOR NUTRITIONAL HEALTH PROMOTION USE ON KNOWLEDGE AND PATTERNS OF IRON CONSUMPTION IN ADOLESCENTS)" (CONSULTANT : HARIPIN SINAGA)

Adolescence is a period of transition from childhood to adulthood, which is marked by physical, physiological, and psychosocial changes. The level of knowledge in adolescents will affect attitudes and behavior in choosing food at school and at home. Efforts to improve the quality of life and better knowledge of adolescents can be made by utilizing appropriate, interesting and easy-to-understand media as a way to improve health services.

The purpose of this study was to determine the effectiveness of the use of health promotion media on knowledge and patterns of iron consumption in adolescents. The research method used the Literature Review method with secondary data collection from scientific research articles from 2015-2020. The data search used the Google Scholar database, Mendeley, DOAJ and Garuda Portal online using key words, namely health promotion media, knowledge, iron consumption patterns, adolescents. The articles are then evaluated according to their purpose, method and to review similarities and differences among them.

From 11 results of this Literature Review, there were 8 literature which stated that there was a significant increase in the use of health promotion media for knowledge ($p < 0.05$) after being given the intervention. There were 2 out of 3 Literature Reviews which showed that there was no effectiveness of health promotion media use on iron consumption patterns with a significant value ($p > 0.05$) after being given the intervention.

Keywords: Health Promotion Media, Knowledge, Iron Consumption Pattern, Adolescents



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“LITERATUR REVIEW : EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA PROMOSI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN POLA KONSUMSI ZAT BESI REMAJA”**.

Dalam Penyusunan Skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan ketulusan hati maka penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes RI Medan.
2. Dr.Haripin Togap Sinaga,MCN selaku pembimbing yang banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan, nasehat, saran serta motivasi dalam penulisan skripsi ini.
3. Dr. Mahdiah DCN, M.Kes selaku penguji I saya yang telah memberikan kritik dan saran dalam penulisan skripsi ini.
4. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku penguji II saya yang telah memberikan kritik dan saran dalam penulisan skripsi ini.
5. Kepada Orang Tua saya Henri Sahat Martua Nainggolan dan Irodeni Damanik yang turut mendukung membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Kepada Rekan Mahasiswa semester VIII A jurusan Gizi yang turut membantu memberikan masukan dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Kepada Kak Sola, Treva, Samuel, Glori, Haposan dan Pebi yang banyak membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan Skripsi ini.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Remaja	5
B. Zat Besi	10
C. Pengetahuan	14
D. Pola Konsumsi.....	17
E. Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan.....	18
F. Media.....	20
G. Promosi Kesehatan	21
H. Literatur Review.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	25
B. Tahapan Literatur Review	25
C. Sumber Data	27
D. Populasi dan Sampel	27
E. Metode Pengolahan Data	29
F. Analisis Data.....	29
G. Seleksi Studi dan Hasil Pencarian	30

H. Daftar Artikel.....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil	34
B. Pembahasan	52
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA.....	56
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Tabel AKG 2013 Zat Besi.....	10
2. Daftar Artikel Hasil Pencarian.....	32
3. Karakteristik Studi	34
4. Gambaran Pengetahuan Remaja.....	37
5. Gambaran Pola Konsumsi Zat Besi.....	40
6. Efektifitas Penggunaan Media Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja.....	42
7. Efektivitas Penggunaan Media Promosi Kesehatan terhadap Pola Konsumsi Zat Besi pada Remaja	45
8. Penilaian Kesesuaian Artikel	47
9. Kesamaan dan Ketidaksamaan Literatur.....	49
10. Memberikan pandangan.....	50

DAFTAR GAMBAR

Tabel	Halaman
1. Hasil Pencarian dan Seleksi Studi	31

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Daftar Artikel
- Lampiran 2 : Dokumentasi Pencarian Literatur
- Lampiran 3 : Jadwal Penelitian
- Lampiran 4 : Bukti Bimbingan Skripsi
- Lampiran 5 : Surat Pernyataan
- Lampiran 6 : Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 7 : Ethical Clearance (EC)

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi yang umum terjadi di dunia, terutama di negara berkembang. Diperkirakan lebih dari 30% penduduk dunia atau 1500 juta orang menderita anemia dan sebagian besar tinggal di daerah tropik. Anemia defisiensi zat besi merupakan masalah gizi yang paling lazim di dunia dan menjangkiti lebih dari 600 juta manusia. Prevalensi anemia secara global adalah sekitar 51%.

Berdasarkan hasil Riskedas 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% sedangkan penderita anemia berumur 15-24 tahun sebesar 18,4% dengan proporsi tempat tinggal 20,6% dipertanian dan 22,8% di pedesaan serta 23,9% pada perempuan. Prevalensi anemia pada remaja 27% di negara-negara berkembang dan 6% di negara maju (Suryani, 2015).

Remaja adalah individu baik perempuan maupun laki-laki yang berada pada usia antara anak-anak dan dewasa. Batasan remaja dalam hal ini adalah usia 10 sampai 19 tahun menurut klasifikasi *World Health Organization (WHO,2014)*. Masa remaja (adolesens) masa peralihan dari masa kanak-kanak ke usia dewasa, dimana ditandai oleh perubahan fisik, fisiologis, dan psikososial (A, Kadir, 2016).

Ciri khas dari masa remaja adalah adanya kematangan fungsi seksual, pacu tumbuh (growth spurt) dan tercapainya bentuk tubuh dewasa, yang terjadi karena pematangan fungsi endokrin (A, Kadir, 2016). Masa remaja merupakan suatu masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan batas usia 10-18 tahun, dimana secara fisik akan mengalami perubahan spesifik dan secara psikologi akan mulai mencari identitas diri (Ningsih, 2018).

Tingkat pengetahuan pada remaja akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan disekolah maupun dirumah.

Penyuluhan gizi sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang makanan dan mengubah kebiasaan makan remaja (Sediaoetama, 2000). Konsumsi zat gizi yang tidak seimbang baik kekurangan maupun kelebihan akan menurunkan kualitas sumber daya manusia (Juliani, 2018).

Zat besi merupakan salah satu mineral makro yang penting dalam pembentukan sel darah merah yang diperoleh dari makanan. Zat besi berfungsi bagi tubuh untuk membawa oksigen dan karbondioksida dalam pembentukan darah. Selain itu berfungsi sebagai komponen penyusun dari beberapa enzim berperan di dalam produksi energi, produksi antibody, dan untuk detoksifikasi zat racun dalam hati (Kesuma,2012).

Kekurangan zat besi akan menyebabkan penurunan sistem imun, gangguan perkembangan psikomotor dan menurunkan kemampuan kerja (Harapap,2014). Kekurangan selama siklus haid juga akan menyebabkan remaja putri terkena penyakit Anemia Gizi Besi (Suarjana, 2017). Anemia gizi besi yang terjadi pada remaja dipengaruhi oleh ketersediaan bahan panga, pola makan yang salah, menurangi jumlah makanan yang dikonsumsi karena faktor ingin langsing (Marmi,2013).

Promosi kesehatan adalah salah satu bentuk upaya dalam pelayanan kesehatan yang berdasarkan pada penyampaian pesan atau informasi tentang kesehatan sebagai penanaman pengetahuan mengenai kesehatan, sehingga muncul kesadaran akan hidup sehat (Kholid, 2012: 67). Untuk mencapai sasaran dalam promosi kesehatan, maka diperlukan strategi sebelum menjalankan promosi kesehatan. Strategi dari promosi kesehatan tersebut terdiri dari, advokasi, dukungan sosial, dan juga pemberdayaan masyarakat. Baik rumah sakit umum maupun rumah sakit jiwa perlu adanya promosi kesehatan dengan ketiga strategi tersebut, supaya masyarakat dapat menanamkan rasa kesadaran akan hidup bersih dan sehat.

Meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku perlu adanya pemberian informasi yang menurut WHO merupakan salah satu strategi untuk mendapatkan perubahan perilaku. Salah satu upaya pemberian

informasi adalah dengan menggunakan media promosi kesehatan. Media promosi kesehatan akan sangat membantu agar pesan-pesan yang disampaikan dalam promosi kesehatan dapat diberikan dengan jelas sehingga sasaran dapat menerima pesan dengan jelas dan tepat yang dapat terlihat dengan terjadinya peningkatan nilai pengetahuan (Notoaatmodjo, 2010).

Literasi kesehatan pada hakikatnya merupakan kemampuan seseorang untuk memperoleh, memproses dan memahami informasi serta kebutuhan akan pelayanan yang dibutuhkan dalam pengambilan keputusan yang tepat. Literasi kesehatan mutlak membutuhkan informasi kesehatan. Sedangkan informasi kesehatan dapat diperoleh dari berbagai sumber informasi seperti media cetak, media massa, media elektronik (Institute of Medicine, 2004).

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk memberi perhatian dan diteliti lebih lanjut seberapa besar pengetahuan gizi dengan pola konsumsi zat besi pada remaja berdasarkan literasi/literatur yang dikumpulkan lalu dikaji. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Literatur Review: Efektivitas Penggunaan Media Promosi Kesehatan terhadap Pengetahuan dan Pola Konsumsi Zat Besi pada Remaja”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “ Adakah pengaruh efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan pada remaja setelah diberikan intervensi media promosi berdasarkan hasil Literatur Review.
- b. Untuk mengetahui gambaran pola konsumsi pada remaja setelah diberikan intervensi media promosi berdasarkan hasil Literatur Review.
- c. Untuk menganalisis efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan pada remaja berdasarkan hasil Literatur Review.
- d. Untuk menganalisis efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pola konsumsi zat besi berdasarkan hasil Literatur Review.

D. Manfaat Penelitian

- a. Sebagai aplikasi teori dan praktek untuk menambahkan pengetahuan dan pengalaman penulis tentang manfaat media promosi kesehatan gizi terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja.
- b. Sebagai bahan informasi dari pembeding untuk penelitian selanjutnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. REMAJA

1. Pengertian Remaja

Remaja adalah individu baik perempuan maupun laki-laki yang berada pada usia antara anak-anak dan dewasa. Batasan remaja dalam hal ini adalah usia 10 sampai 19 tahun menurut klasifikasi *World Health Organization (WHO, 2014)*. Masa remaja (adolesen) masa peralihan dari masa kanak-kanak ke usia dewasa, dimana ditandai oleh perubahan fisik, fisiologis, dan psikososial (Kadir, 2016).

Ciri khas dari masa remaja adalah adanya kematangan fungsi seksual, pacuh tumbuh (growth spurt) dan tercapainya bentuk tubuh dewasa, yang terjadi karena pematangan fungsi endokrin (Kadir, 2016). Masa remaja merupakan suatu masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan batas usia 10-18 tahun, dimana secara fisik akan mengalami perubahan spesifik dan secara psikologi akan mulai mencari identitas diri (Ningsih, 2018).

Remaja termasuk golongan rentan terhadap masalah gizi karena berbagai sebab yaitu, pertama remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi karena peningkatan pertumbuhan fisik kognitif, dan psikososial. Kedua, adanya perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan remaja akan mempengaruhi baik asupan maupun kebutuhan gizinya. Ketiga, remaja yang mempunyai kebutuhan gizi khusus seperti remaja yang aktif dalam kegiatan olahraga, sedang hamil, menderita penyakit kronis, melakukan diet secara berlebihan, pecandu alkohol atau obat-obatan terlarang (Almatsier, 2010).

Bila gizi tidak seimbang baik kekurangan maupun kelebihan akan menurunkan kualitas sumber daya manusia. Selain itu masalah gizi pada remaja dapat berpengaruh besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya pada masalah gizi saat dewasa (Juliani, 2017). Kebiasaan remaja lebih cenderung tidak menyukai

makanan yang kaya akan zat besi dalam arti hanya menyukai makanan tertentu. Ketidakberagaman makanan yang dikonsumsi akan memicu tidak tercukupinya asupan zat gizi pada tubuh setiap harinya (Fitriani, 2015).

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik, mental dan aktivitas sehingga kebutuhan makanan yang mengandung zat-zat gizi menjadi lebih besar. Kebutuhan gizi remaja putri dan remaja pria sangat berbeda. Remaja putri lebih banyak membutuhkan zat besi, vitamin daripada remaja putra, karena untuk mengganti besi yang hilang bersamaan dengan darah haid. Makanan berfungsi untuk memelihara kesehatan tubuh melalui manfaat zat-zat gizi yang terkandung didalamnya (Suryani, 2015).

2. Fase Perubahan Yang Terjadi Pada Remaja

Menurut Batubara, 2010 fase yang memicu perubahan remaja secara psikologis, yaitu :

a. Periode pertama

Periode Pertama disebut remaja awal atau early adolescent, terjadi pada usia 12-14 tahun. Pada masa remaja awal anak-anak terpapar pada perubahan tubuh yang cepat, adanya akselerasi pertumbuhan, dan perubahan komposisi tubuh disertai awal pertumbuhan seks sekunder. Pada fase remaja awal mereka hanya tertarik pada keadaan sekarang, bukan masa depan, sedangkan secara seksual mulai timbul rasa malu, ketertarikan terhadap lawan jenis tetapi masih bermain berkelompok dan mulai bereksperimen dengan tubuh seperti masturbasi.

Selanjutnya pada periode remaja awal, anak juga mulai melakukan eksperimen dengan rokok, alkohol, atau narkoba. Peran peer group sangat dominan, mereka berusaha membentuk kelompok, bertingkah laku sama, berpenampilan sama, mempunyai bahasa dan kode atau isyarat yang sama. Pada masa remaja awal terjadi perubahan yang ditandai sebagai berikut :

- a) Krisis identitas
- b) Jiwa yang labil
- c) Meningkatnya kemampuan verbal untuk ekspresi diri
- d) Pentingnya teman dekat/sahabat
- e) Berkurangnya rasa hormat terhadap orangtua
- f) Kadang-kadang berlaku kasar
- g) Menunjukkan kesalahan orangtua
- h) Mencari orang lain yang disayangi selain orangtua
- i) Kecenderungan untuk berlaku kekanak-kanakan
- j) Terdapatnya pengaruh teman sebaya (peer group) terhadap hobi dan cara berpakaian.

b. Pada periode middle adolescent

Mulai tertarik akan intelektualitas dan karir. Secara seksual sangat memperhatikan penampilan, mulai mempunyai dan sering berganti-ganti pacar. Sangat perhatian terhadap lawan jenis. Sudah mulai mempunyai konsep role model dan mulai konsisten terhadap cita-cita. Periode middle adolescent terjadi antara usia 15-17 tahun, yang ditandai dengan terjadinya perubahan-perubahan sebagai berikut :

- 1) Mengeluh orangtua terlalu ikut campur dalam kehidupannya
- 2) Sangat memperhatikan penampilan
- 3) Berusaha untuk mendapat teman baru
- 4) Tidak atau kurang menghargai pendapat orangtua
- 5) Sering sedih/moody dan mulai menulis buku harian
- 6) Sangat memperhatikan kelompok main secara selektif dan kompetitif
- 7) Mulai mengalami periode sedih karena ingin lepas dari orangtua.

c. Periode late adolescent

Dimulai pada usia 18 tahun ditandai oleh tercapainya maturitas fisik secara sempurna. Pada fase remaja akhir lebih memperhatikan masa depan, termasuk peran yang diinginkan nantinya. Mulai serius dalam

berhubungan dengan lawan jenis, dan mulai dapat menerima tradisi dan kebiasaan lingkungan. Perubahan psikososial yang ditemui antara lain :

- 1) Identitas diri menjadi lebih kuat
- 2) Mampu memikirkan ide
- 3) Mampu mengekspresikan perasaan dengan katakata
- 4) Lebih menghargai orang lain
- 5) Lebih konsisten terhadap minatnya
- 6) Bangga dengan hasil yang dicapai
- 7) Selera humor lebih berkembang
- 8) Emosi lebih stabil.

3. Karakteristik Remaja

a. Pertumbuhan Fisik

Pada fase remaja awal terjadi pada umur 11-14 tahun dimana perubahan seks sekunder mulai tampak, seperti penonjolan payudara pada remaja perempuan, pembesaran testis pada remaja laki-laki, pertumbuhan rambut ketiak, atau rambut pubis. Perubahan seks sekunder ini tercapai dengan baik pada tahap remaja pertengahan (usia 14-17 tahun) dan pada tahap remaja akhir (17-20 tahun) struktur dan pertumbuhan reproduktif hampir komplit dan remaja telah matang secara fisik (Wulandari, 2014).

b. Kemampuan berpikir

Remaja mulai mencari nilai dan energi baru dalam dirinya serta membandingkan normalitas dengan teman sebaya yang jenis kelaminnya sama. Sedangkan pada remaja tahap akhir, mereka telah mampu memahami masalah secara komprehensif dengan identitas intelektual sudah terbentuk (Wulandari, 2014).

c. Identitas

Remaja mencoba berbagai peran, mengubah citra diri, kecintaan pada diri sendiri meningkat, mempunyai banyak fantasi kehidupan, stabilitas harga diri dan definisi terhadap citra tubuh serta peran jender hampir menetap pada remaja di tahap akhir. Remaja juga melakukan penerimaan

dan penolakan sebagai bentuk dalam mencari identitas dirinya (Wulandari, 2014).

d. Hubungan dengan orangtua.

Keinginan yang kuat untuk tetap bergantung pada orangtua adalah ciri yang dimiliki oleh remaja pada tahap awal. Remaja pada tahap pertengahan mengalami kesulitan dalam kemandirian dan kontrol diri. Pada tahap ini terjadi dorongan besar untuk emansipasi dan pelepasan diri. Perpisahan emosional dan fisik dari orangtua dapat dilalui dengan sedikit konflik ketika remaja akhir (Wulandari, 2014).

e. Hubungan dengan sebaya Remaja

Pada tahap awal dan pertengahan mulai terjadi adaptasi dalam menerima sikap dan perilaku teman sebaya yang berbeda-beda, mulai memilih dalam berteman namun pada masa ini remaja mereka mengeksplorasi kemampuan untuk menarik lawan jenis. Mereka berjuang untuk mengambil tempat di dalam sebuah kelompok dan mulai pembentukan sikap hasil dari pergaulan sehari-hari. Sedangkan pada tahap akhir, kelompok sebaya mulai berkurang dalam hal kepentingan yang berbentuk pertemanan individu. Mereka mulai menjalin hubungan antara wanita dan pria dalam bentuk hubungan berteman sangat dekat (Wulandari, 2014).

4. Faktor Penyebab Masalah Gizi Pada Usia Remaja

Faktor penyebab terjadinya masalah gizi pada usia remaja antara lain:

a. Kebiasaan makan yang buruk

Kebiasaan makan yang buruk yang berawal dari kebiasaan makan keluarga yang tidak baik tertanam dari sejak kecil dan akan terus terbawa sampai usia remaja. Makan seadanya tanpa mengetahui terpenuhi atau tidak dipenuhinya kebutuhan zat gizi bagi kesehatan mereka (Moehji, 2009).

b. Pemahaman gizi yang keliru

Remaja sering melakukan kebiasaan yang tidak sehat dimana mereka sering tidak makan pagi, malas minum air putih, diet tidak sehat karena

ingin terlihat langsing sehingga mengabaikan asupan zat gizi bagi tubuh, dan kebiasaan menyukai makanan siap saji yang semuanya berdampak tidak tercukupinya kebutuhan zat gizi dalam tubuh secara optimal (Saputri, 2015)

c. Informasi Kesehatan yang kurang

Rendahnya pengetahuan remaja terhadap informasi pola konsumsi makanan yang baik sangat berpengaruh pada perilaku dan penentuan jenis makanan yang dikonsumsi seperti zaman sekarang remaja lebih menyukai makanan junk food (Sholicha dan Maniroh, 2019).

B. ZAT BESI

1. Pengertian Zat Besi

Zat besi merupakan salah satu mineral makro yang penting dalam pembentukan sel darah merah yang diperoleh dari makanan (Kesuma, 2012). Di dalam tubuh manusia jumlah zat besi rata-rata 3-5 gram, kurang lebih 65 persen dijumpai dalam bentuk hemoglobin 4 persen dalam bentuk mioglobin, 1 persen dalam bentuk senyawa heme, 0,1 persen bergabung dengan protein transferin dalam plasma darah dan 15 – 30 persen disimpan dalam bentuk feritin yang memiliki fungsi esensial dalam tubuh (Guyton dalam Gunatmaningsih, 2007).

Kebutuhan harian zat besi dapat dihitung berdasarkan jumlah zat besi dari makanan yang diperlukan untuk mengatasi kehilangan basal karena menstruasi, dan kebutuhan bagi pertumbuhan . Kebutuhan zat besi bervariasi menurut umur yang dirangkum dalam tabel :

Tabel 1. Angka Kecukupan Gizi 2013 Menurut Umur Pada Remaja

	Umur	Zat Besi (mg/hari)
PEREMPUAN	10-12 tahun	20
	13-15 tahun	26
	16-18 tahun	26
LAKI-LAKI	10-12 tahun	13
	13-15 tahun	19
	16-18	15

2. Fungsi Zat Besi

Fungsi utama zat besi bagi tubuh adalah untuk membawa oksigen dan karbondioksida dalam pembentukan darah. Selain itu berfungsi sebagai komponen penyusun dari beberapa enzim berperan di dalam produksi energi, produksi antibody, dan untuk detoksifikasi zat racun dalam hati yang akan diuraikan di bawah ini :

- a. Pengangkutan Oksigen dan Karbondioksida, zat besi terdapat dalam hemoglobin dan mioglobin berfungsi untuk mengangkut oksigen dan karbondioksida sehingga secara tidak langsung zat besi pendukung untuk metabolisme energi (Kesuma, 2012).
- b. Pembentukan sel darah merah. Saat sel darah merah berkurang, hormone eritropoietin yang diproduksi oleh ginjal akan menstimulir pembentukan sel darah merah sehingga membentuk sel-sel muda. Dalam aliran darah sel-sel muda akan melepaskan intinya sehingga terbentuklah sel-sel darah merah dewasa yang tidak mengandung inti sel (Eritrosit) (Kesuma, 2012).

3. Metabolisme Zat Besi

Metabolisme zat besi terdiri dari beberapa proses yaitu, penyerapan, pengangkutan, pemanfaatan, penyimpanan, dan pengeluaran zat besi. Besi non-heme direduksi dari ferri menjadi bentuk ferro sebelum diabsorpsi dengan bantuan asam askorbat sedangkan besi heme atau ferro dapat langsung diabsorpsi. Absorpsi terjadi di proksimal duodenum dengan bantuan Transferin reseptor.

Transferin mukosa mengangkut besi dari saluran cerna ke dalam mukosa yang kemudian kembali ke lumen saluran cerna untuk mengikat besi yang lain. Zat besi yang telah diserap di duodenum kemudian masuk ke plasma darah dan diangkut ke seluruh jaringan tubuh dengan bantuan transferin transport. Sebagian besi lainnya disebarkan kedalam sumsum tulang untuk eritropoesis.

Kelebihan besi disimpan 22 sebagai ferritin di dalam hati sebanyak 30%, sumsum tulang belakang 30% dan selebihnya di dalam limpa dan

otot. Pengeluaran besi dari sel-sel yang sudah mati, yaitu melalui kulit, saluran pencernaan, ataupun yang keluar melalui urin berjumlah 1 mg setiap hari yang disebut kehilangan basal atau iron basal losses (Bakta, et al., 2015 dalam Ramandanti, 2019).

4. Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Konsumsi Zat Besi

Adapun faktor yang mempengaruhi tingkat konsumsi dikalangan remaja adalah :

a. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan faktor yang dapat memunculkan motivasi untuk menjaga atau meningkatkan konsumsi terhadap bahan makanan kaya akan zat besi yang dapat menimbulkan keyakinan individu mengenai objek yang dianggap positif dan baik untuk dikonsumsi (Marfuah, 2016).

b. Pola Makan

Sebagai gambaran mengenai macam, jumlah bahan makanan, cara memperoleh makanan, jenis makanan yang dikonsumsi dan juga frekuensi makan dari seseorang dalam melihat tingkat konsumsi zat besi (Putri,2017).

c. Ekonomi

Ekonomi berpengaruh terhadap ketersediaan bahan makanan. Keluarga dari kalangan ekonomi tinggi lebih mampu menyediakan makanan beraneka ragam, dibandingkan dengan keluarga dari kalangan ekonomi rendah (Putri, 2017).

d. Lingkungan dan Kebiasaan

Ibu sebagai penyedia makanan di keluarga adalah salah satu faktor yang menghasilkan sikap atau kebiasaan terhadap tingkat konsumsi dan pemilihan bahan makanan pada remaja putri (Putri, 2017).

e. Kekeliruan Persepsi

Citra tubuh remaja putri dapat menghambat peningkatan motivasi dalam konsumsi nutrisi zat besi karena takut gemuk (Marfuah, 2016).

5. Faktor Yang Mempengaruhi Penyerapan Zat Besi

Penyerapan zat besi sangat dipengaruhi oleh kombinasi makanan yang disantap pada waktu makan. Faktor faktor dari makanan :

- 1) Zat pemacu penyerapan Fe (enchancers)
 - a. Vitamin C (asam askorbat) pada buah
 - b. Asam malat dan tartrat pada sayuran : wortel, kentang, brokoli, tomat, kobis, labu kuning.
 - c. Asam amino cystein pada daging sapi, kambing, ayam, hati, ikan. Suatu hidangan yang mengandung salah satu atau lebih dari jenis makanan tersebut akan membantu optimalisasi penyerapan zat besi (Soekirman, 2000)
- 2) Zat penghambat Fe (inhibitors)
 - a. Fitat pada dedak, katul, jagung, protein kedelai, susu coklat dan kacang- kacangan.
 - b. Polifenol (termasuk tannin) pada teh, kopi, bayam, kacangkacangan.
 - c. Zat kapur / kalsium pada susu, keji
 - d. Phospat pada susu, keju (Soekirman, 2000).

6. Akibat Kekurang Zat Besi

- a. Defisiensi zat besi menyebabkan remaja putri menjadi lesu, cepat lelah, muka pucat, nafsu makan menurun, pusing, serta mudah terinfeksi penyakit lain (Devi, 2012).
- b. Apabila zat besi tidak terpenuhi maka akan mengakibatkan perkembangan dan pertumbuhan otak terutama pada fungsi penghantar syaraf (Neurotransmitter) pada remaja putri akan terhambat (Wahdani, 2017).
- c. Kehilangan zat besi selama siklus haid remaja putri dapat mengakibatkan penyakit Anemia Gizi Besi (AGB) (Suarjana, 2017).
- d. Kekurangan zat besi pada masa remaja berdampak pada saat kehamilan berpotensi melahirkan bayi dengan berat badan lebih rendah (Marmi, 2013).

7. Penanggulangan Defisiensi Zat Besi

Menurut Noviawati, 2012 secara umum terdapat empat pendekatan dasar pencegahan anemia defisiensi besi. Keempat pendekatan tersebut adalah sebagai berikut :

- a) Peningkatan asupan zat besi melalui makanan hal ini sangat terkait dengan kuantitas dan kualitas makanan yang dikonsumsi oleh seseorang. Hal ini sangat terkait dengan kondisi sosial ekonomi masyarakat dimana daya beli masyarakat yang rendah akan memperburuk kondisi kesehatan khususnya kekurangan zat besi.
- b) Pendidikan atau pelatihan gizi tentang pola konsumsi zat besi yang baik dan benar sehingga meningkatkan pengetahuan dan motivasi dalam bersikap pemenuhan asupan zat besi setiap harinya.
- c) Pengawasan atau pengobatan penyakit infeksi banyak membantu dalam mengurangi defisiensi besi. Dengan pengawasan dan pengobatan yang tepat dapat mengurangi atau tidak memperparah kondisi kekurangan zat besi.
- d) Pemberian tablet tambah darah sebagai salah satu upaya penting dalam pencegahan dan penanggulangan defisiensi zat besi secara efektif. Tablet tambah darah merupakan tablet yang diberikan kepada wanita usia subur dan ibu hamil.

C. PENGETAHUAN

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (over behavior) (Notoatmodjo, 2007).

Pengetahuan gizi adalah pemahaman mengenai makanan dan komponen zat gizi, sumber zat gizi pada bahan makanan, makanan yang

aman dikonsumsi yang tidak menimbulkan penyakit serta cara untuk mengolah bahan makanan yang tepat agar kandungan zat gizi dalam bahan makanan tidak hilang serta pola hidup sehat (Putri, dkk, 2017).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat memunculkan motivasi Instrinsik. Individu yang memiliki pengetahuan dalam bidang tertentu akan memiliki ketertarikan tersendiri terhadap hal-hal yang menarik. (Marfuah, 2016). Pengetahuan tentang gizi dapat menentukan perilaku individu dalam mengkonsumsi makanan. Remaja yang memiliki pengetahuan tentang gizi yang baik akan lebih mampu memilih makanan yang sesuai dengan kebutuhannya (Amelia, 2008).

2. Tingkatan Pengetahuan

Menurut Notoadmodjo (2010), pengetahuan yang dicakup di dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkat yakni:

- a. Tahu (*know*) diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya.
- b. Memahami (*comprehension*) diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasi materi tersebut secara benar.
- c. Aplikasi (*application*) diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi riil (sebenarnya).
- d. Analisis (*analysis*) diartikan suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain.
- e. Sintesis (*synthesis*) diartikan sebagai suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.
- f. Evaluasi (*evaluation*) diartikan sebagai suatu kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek.

Pengukuran dapat dilakukan dengan wawancara yang menyatakan tentang isi materi yang diukur dari objek penelitian.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2010) ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang antara lain:

a) Usia

Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Usia seseorang semakin bertambah maka daya tangkap dan pola pikirnya semakin berkembang, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

b) Pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan didalam dan diluar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi.

c) Pengalaman

Pengalaman dalam pekerjaan dapat dikembangkan serta memberikan pengetahuan dan keterampilan profesional dan pengalaman selama bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan yang merupakan manifestasi keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik yang bertolak dari masalah nyata dalam bidang keperawatan.

d) Tingkat sosial ekonomi

Tingkat sosial ekonomi yang rendah menyebabkan keterbatasan biaya untuk menempuh pendidikan, sehingga pendidikanpun rendah.

e) Informasi

Orang yang memiliki sumber informasi yang lebih banyak akan memiliki pengetahuan yang lebih luas pula.

4. Cara Memperoleh Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2010) menyatakan bahwa media informasi yang dapat menstimulasi pengetahuan seseorang adalah :

a) Media Cetak

Media cetak adalah alat-alat yang dapat memberikan informasi melalui tulisan pada surat kabar, majalah, leaflet atau pun poster yang memberikan informasi tentang kesehatan.

b) Media Elektronik

Media elektronik adalah sebagai sarana untuk menyampaikan pesan atau informasi kesehatan secara audio-visual yang banyak jenisnya seperti melalui televisi, radio, iklan, video, film dan lainnya.

D. POLA KONSUMSI

1. Pengertian Pola Konsumsi

Pola makan adalah tingkah laku manusia atau sekelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan makan yang meliputi sikap, kepercayaan dan pilihan makanan, yang terbentuk sebagai hasil dari pengaruh fisiologis, psikologis, budaya dan sosial. Secara umum faktor yang mempengaruhi terbentuknya pola makan adalah faktor ekonomi, sosial budaya, agama, pendidikan, dan lingkungan (Sulistyoningsih, 2012).

Pola makan yang baik perlu dibentuk sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi. Pola makan yang tidak sesuai akan menyebabkan asupan gizi berlebih atau sebaliknya. Asupan berlebih dapat menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan zat gizi. Sebaliknya asupan makan kurang dari yang dibutuhkan akan menyebabkan tubuh menjadi kurus dan rentan terhadap penyakit (Sulistyoningsih, 2012).

Pola menu seimbang terdiri dari beraneka ragam makanan dalam jumlah dan porsi yang sesuai, pemenuhan kebutuhan gizi untuk pemeliharaan dan perbaikan sel-sel tubuh yang rusak dalam proses kehidupan. Menu 4 sehat 5 sempurna merupakan menu seimbang yang

apabila disusun dengan baik akan memenuhi kebutuhan semua zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh (Istiany dan Rusilanti, 2013).

Secara umum pola makan memiliki 3 (tiga) komponen yang terdiri dari: jenis, frekuensi, dan jumlah makanan.

a. Jenis makan

Jenis makan adalah sejenis makanan pokok yang dimakan setiap hari terdiri dari makanan pokok, Lauk hewani, Lauk nabati, Sayuran, dan Buah yang dikonsumsi setiap hari Makanan pokok adalah sumber makanan utama di negara Indonesia yang dikonsumsi setiap orang atau sekelompok masyarakat yang terdiri dari beras, jagung, sagu, umbi-umbian, dan tepung (Sulistyoningsih, 2011).

b. Frekuensi makan

Frekuensi makan adalah beberapa kali makan dalam sehari meliputi makan pagi, makan siang, makan malam dan makan selingan. Frekuensi makan merupakan berulang kali makan sehari dengan jumlah tiga kali makan pagi, makan siang, dan makan malam (Sediaoetama, 2000).

c. Jumlah makan

Jumlah makan adalah banyaknya makanan yang dimakan dalam setiap orang atau setiap individu dalam kelompok. (Sulistyoningsih, 2012).

E. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Makan

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pola makan seseorang, antara lain sebagai berikut :

1) Ekonomi

Ekonomi dapat mempengaruhi konsumsi pangan seperti pendapatan keluarga dan meningkatnya pendapatan akan meningkatkan peluang untuk membeli pangan dengan kuantitas dan kualitas yang baik, dan penurunan pendapatan akan menyebabkan menurunnya daya beli pangan baik secara kualitas maupun kuantitas (Sulistyoningsih, 2012).

2) Sosial budaya

Pantangan dalam mengkonsumsi jenis makanan dapat dipengaruhi oleh faktor budaya/kepercayaan. Kebudayaan suatu masyarakat

mempunyai kekuatan yang besar untuk mempengaruhi seseorang dalam memilih dan mengolah makanan yang dikonsumsi (Sulistyoningsih, 2012).

3) Agama

Pantang terhadap makanan/minuman dari sisi agama dikarenakan makanan/minuman tersebut dapat membahayakan bagi kesehatan jasmani maupun rohani bagi yang mengkonsumsinya (Sulistyoningsih, 2012).

4) Pendidikan

Pendidikan dapat dikaitkan dengan pengetahuan akan berpengaruh terhadap pemilihan bahan makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi. Bagi kelompok yang berpendidikan rendah memilih makan yang mengenyangkan sehingga porsi karbohidrat lebih banyak dibandingkan dengan bahan lainnya. Sebaliknya dengan kelompok yang pendidikan lebih tinggi memiliki kecenderungan memilih bahan makanan sumber protein dan menyeimbangkan dengan kebutuhan lainnya (Sulistyoningsih, 2012).

5) Keluarga

Keluarga merupakan gerbang pertama seorang anak menerima informasi, mencari identitas, dan belajar kehidupan di luar. seseorang hidup dalam keluarga yang menganggap bentuk tubuh yang kurus itu anak akan berpikir bahwa tubuhnya kurus dapat diperoleh dari tidak mengkonsumsi makanan apapun atau dia akan makan tetapi dengan pola makan yang salah sehingga ia akan mengalami gangguan pola makan. Pengaruh keluarga dalam pola atau kebiasaan makan pada anak sangat besar (Sulistyoningsih, 2012).

6) Lingkungan

Faktor lingkungan mempunyai pengaruh lebih besar terhadap pembentukan perilaku makan. Lingkungan yang dimaksud dapat seperti lingkungan keluarga, sekolah, serta promosi media cetak atau massa. Lingkungan keluarga sangat berpengaruh besar terhadap pola makan seseorang seperti kebiasaan makan dalam suatu keluarga. Keberadaan

lingkungan sekolah atau tempat jajan sangat mempengaruhi terbentuknya pola makan (Sulistyoningsih, 2012).

F. Media

1. Pengetian Media

Kata “media” berasal dari kata Latin, merupakan bentuk jamak dari kata “medium”, yang memiliki arti perantara atau pengantar. Batasan mengenai media sangat luas, namun dibatasi pada media pendidikan saja yakni media yang digunakan sebagai alat dan bahan kegiatan pembelajaran (Aroni, 2016).

2. Macam – macam Media

Macam-macam media menurut Aroni, 2016 adalah:

a. Media *auditif*

Media *auditif* adalah media yang hanya mengandalkan kemampuan suara saja, seperti radio, *cassete recorde*, piringan hitam. Media ini tidak cocok untuk orang yang mempunyai kelainan dalam pendengaran.

b. Media *Visual*

Media *visual* adalah media yang hanya mengandalkan indera penglihatan, seperti film slide, foto, transparansi, lukisan, gambar dan berbagai bentuk bahan yang dicetak seperti media grafis dan lainnya. Media *visual* dapat menumbuhkan minat siswa dan dapat memberikan hubungan antara isi materi pelajaran dengan dunia nyata. Agar menjadi efektif, *visual* sebaiknya ditempatkan pada konteks bermakna dan siswa harus berinteraksi dengan *visual (image)* untuk meyakinkan terjadinya proses informasi.

c. Media *Audio-Visual*

Media *audio-visual* yaitu media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar, seperti rekaman video, berbagai ukuran film, slide suara, dan lain sebagainya. Kemampuan media ini dianggap lebih baik dan lebih menarik, sebab mengandung kedua unsur jenis media yang pertama dan kedua.

3. Ciri-Ciri Media Sosial

Menurut Nasrullah,2015 media sosial memiliki ciri-ciri yaitu :

- 1) Pesan yang disampaikan tidak hanya untuk satu orang saja namun bisa keberbagai banyak orang contohnya melalui pesan SMS ataupun Internet.
- 2) Pesan yang disampaikan bebas, tanpa harus melalui suatu Gatekeeper.
- 3) Pesan yang disampaikan cenderung lebih cepat dibandingkan media lainnya.
- 4) Penerima pesan yang menentukan waktu interaksi.

4. Manfaat Media Sosial

Menurut S Karo-karo, 2018 ada beberapa manfaat media sebagai pembelajaran yaitu :

- a. Penyampaian materi pelajaran dapat diseragamkan.
- b. Proses pembelajaran menjadi lebih jelas dan menarik.
- c. Proses pembelajaran menjadi lebih interaktif.
- d. Efisiensi dalam waktu dan tenaga.
- e. Meningkatkan kualitas hasil belajar siswa.
- f. Media memungkinkan proses belajar dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja.
- g. Media dapat menumbuhkan sikap positif siswa terhadap materi dan proses belajar.
- h. Merubah peran guru ke arah yang lebih positif dan produktif.

G. Promosi Kesehatan

1. Pengertian Promosi Kesehatan

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2018 Tentang Penyelenggaraan Promosi Kesehatan Rumah Sakit, promosi kesehatan adalah proses untuk memberdayakan masyarakat melalui kegiatan menginformasikan, mempengaruhi dan membantu masyarakat agar berperan aktif untuk mendukung perubahan perilaku dan

lingkungan serta menjaga dan meningkatkan kesehatan menuju derajat kesehatan yang optimal.

2. Strategi Promosi Kesehatan

Menurut Permenkes No. 74 tahun 2015, ada empat strategi nasional promosi kesehatan, yaitu:

- a. Advokasi (advocacy) lebih diarahkan pada sasaran tersier yang mempunyai potensi memberikan dukungan kebijakan dan sumberdaya dalam upaya pemberdayaan masyarakat adalah RT, RW, Kepala Desa, Lurah, Camat, Bupati/Walikota, BPD, DPRD
- b. Gerakan pemberdayaan masyarakat (empowerment) lebih diarahkan pada sasaran primer yaitu individu, keluarga dan kelompok masyarakat. Pemberdayaan masyarakat merupakan suatu strategi efektif untuk meningkatkan pengetahuan, kemauan, kemampuan dan partisipasi masyarakat dalam meningkatkan status kesehatannya, melalui pemberian pengalaman proses belajar secara bertahap, pemberian pendelegasian wewenang, sesuai sosial budaya setempat dengan mengoptimalkan potensi yang dimiliki masyarakat setempat.
- c. Kemitraan, merupakan strategi yang memperkuat ketiga strategi tersebut diatas, sehingga penerapan strategi promosi kesehatan lebih efektif dan efisien dengan menggunakan metode dan media yang sesuai.

H. Studi Kepustakaan (*Literatur Review*)

1. Pengertian Studi Kepustakaan (*Literatur Review*)

Menurut Kurniawan Arifin, dkk, 2013 Studi Kepustakaan (Literatur Review) adalah segala usaha yang dilakukan oleh peneliti untuk menghimpun informasi yang relevan dengan topik atau masalah yang akan atau sedang diteliti. Studi kepustakaan adalah penelitian yang dilakukan dengan membaca karya-karya yang terkait dengan persoalan yang akan dikaji dan mencatat bagian penting yang ada hubungannya dengan topik bahasan (Zed, 2008 dalam Yahya Usman, 2015).

2. Ciri Utama Studi Kepustakaan

Menurut Zed, 2003 dalam Supriyadi 2016 penelitian studi pustaka setidaknya ada empat ciri utama yang penulis perlu perhatikan diantaranya:

- a. Penulis atau peneliti berhadapan langsung dengan teks (nash) atau data angka, bukan dengan pengetahuan langsung dari lapangan.
- b. Data pustaka bersifat “siap pakai” artinya peneliti tidak terjun langsung kelapangan karena peneliti berhadapan langsung dengan sumber data yang ada di perpustakaan.
- c. Data pustaka umumnya adalah sumber sekunder, dalam arti bahwa peneliti memperoleh bahan atau data dari tangan kedua dan bukan data orisinal dari data pertama di lapangan.
- d. Kondisi data pustaka tidak dibatasi oleh ruang dan waktu.

3. Sumber Studi Kepustakaan

Sumber studi kepustakaan dibagi menjadi dua yaitu :

- a. Sumber primer adalah karangan asli yang ditulis oleh seorang yang melihat, mengalami, atau mengerjakan sendiri. Bahan Literatur semacam ini dapat berupa buku harian (*autobiography*), tesis, disertasi, laporan penelitian, dan hasil wawancara. Selain itu sumber primer dapat berupa laporan pandangan mata suatu pertandingan, statistik sensus penduduk dan lain sebagainya.
- b. Sumber sekunder (*secondary source*) adalah tulisan tentang penelitian orang lain, tinjauan, ringkasan, kritikan, dan tulisan-tulisan serupa mengenai hal-hal yang tidak langsung disaksikan atau dialami sendiri oleh penulis. Bahan Literatur sekunder terdapat di ensiklopedi, kamus, buku pegangan, abstrak, indeks, dan textbooks (Dapur Ilmiah, 2014)

4. Strategi Studi Kepustakaan

Untuk melakukan pencarian informasi diperlukan langkah-langkah berikut ini:

- a. Mendaftar semua variabel yang perlu diteliti
- b. Mencari setiap variabel pada "subject encyclopedia".
- c. Memilih deskripsi bahan-bahan yang diperlukan dari sumber-sumber yang tersedia.
- d. Memeriksa indeks yang memuat variable-variabel dan topik masalah yang diteliti.
- e. Selanjutnya yang menjadi lebih khusus adalah mencari artikel-artikel, buku-buku, dan biografi yang sangat membantu untuk mendapatkan bahan-bahan yang relevan dengan masalah yang diteliti.
- f. Setelah informasi yang relevan ditemukan, peneliti kemudian "mereview" dan menyusun bahan pustaka sesuai dengan urutan kepentingan dan relevansinya dengan masalah yang sedang diteliti.
- g. Bahan-bahan informasi yang diperoleh kemudian dibaca, dicatat, diatur, dan ditulis kembali. Untuk keperluan ini biasanya peneliti dapat menggunakan dua macam kartu, yaitu kartu bibliografi (*bibliography card*) dan kartu catatan (*content card*). Agar dapat dibedakan, kedua kartu tersebut dapat berbeda warnanya. Kartu bibliografi dibuat untuk mencatat keterangan tentang judul buku, majalah, surat kabar, dan jurnal. Catatan pada kartu bibliografi berisikan nama pengarang, judul buku, penerbit, dan tahun penerbitannya. Sedangkan pada kartu catatan atau content card, peneliti dapat menulis kutipan (*quotation*) dari tulisan tertentu, saduran, ringkasan, tanggapan atau komentar peneliti terhadap apa yang telah dibaca.
- h. Langkah terakhir peneliti menyusun dan menuliskan kembali informasi-informasi tersebut dalam bentuk essay. Tulisan ini nantinya akan dimasukkan di laporan penelitian (Kurniawan Aarifin, dkk, 2013).

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu serangkaian penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, atau penelitian yang obyek penelitiannya digali melalui beragam informasi kepustakaan (buku, ensiklopedia, jurnal ilmiah, koran, majalah, dan dokumen). Penelitian kepustakaan atau kajian literatur (*literature review, literature research*) merupakan penelitian yang mengkaji atau meninjau secara kritisi pengetahuan, gagasan, atau temuan yang terdapat di dalam tubuh literatur berorientasi akademik (*academic-oriented literature*), serta merumuskan kontribusi teoritis dan metodologisnya untuk topik tertentu.

Tujuan dari metode ini adalah untuk membantu peneliti lebih memahami latar belakang dari penelitian yang menjadi subjek topic yang dicari serta memahami kenapa dan bagaimana hasil dari penelitian tersebut sehingga dapat menjadi acuan untuk penelitian baru. Kelebihan dalam menggunakan *literature review* yaitu memberikan suatu *summary of evidence* bagi para klinis dan pembuat keputusan yang tidak memiliki banyak waktu untuk mencari berbagai bukri primer yang jumlahnya sangat banyak dan menelaahnya satu – persatu.

Fokus penelitian kepustakaan adalah menemukan berbagai teori, hukum, dalil, prinsip atau gagasan yang digunakan untuk menganalisis dan memecahkan pertanyaan penelitian yang dirumuskan. Adapun sifat dari penelitian ini adalah analisis deskriptif, yakni penguraian secara teratur data yang diperoleh, kemudian diberikan pemahaman dan penjelasan agar dapat dipahami dengan baik oleh pembaca.

B. Tahapan Literatur Review

Dalam penelitian yang menggunakan metode Literatur Review, ada beberapa tahapan yang harus dilakukan sehingga hasil dari Literatur

Reviewe tersebut dapat diakui kredibilitasnya. Adapun tahapan – tahapan tersebut sebagai berikut :

1. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah adalah proses pengenalan atau inventarisasi masalah. Masalah penelitian (*research problem*) merupakan sesuatu yang penting di antara proses yang lain, dikarenakan hal tersebut menentukan kualitas suatu penelitian. Dalam penelitian ini peneliti mengkaji permasalahan melalui jurnal-jurnal penelitian nasional yang berasal dari laporan hasil-hasil penelitian. Masalah penelitian ini adalah efektivitas media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja.

2. Pencarian Data

Data base yang digunakan dalam penelitian ini adalah Google Scholar, Mendeley, Portal Garuda, DOAJ, dan Perpustakaan Nasional Republik Indonesia. Jurnal harus terakreditasi dan berindeks oleh SINTA. Pencarian menggunakan kata kunci (*key words*) and *boolean operation* (*AND, OR NOT or AND NOT*) seperti promosi kesehatan dan remaja, pengetahuan dan remaja, pola konsumsi zat besi dan remaja. Jika artikel yang diperoleh tidak sesuai maka kata kunci diganti dengan “media intervensi”. Literatur Review ini menggunakan literatur terbitan tahun 2015 – 2020 atau rentang waktu penerbitan jurnal maksimal 5 tahun. Penulis harus berasal dari lembaga pendidikan yang diakui oleh pemerintah. Artikel yang dapat diakses *fulltext* dalam format pdf. Kriteria jurnal yang direview adalah artikel jurnal penelitian berbahasa Indonesia dengan subjek anak remaja.

3. Screening

Screening adalah penyaringan atau pemilihan data yang bertujuan untuk memilih masalah penelitian yang sesuai dengan topik yang diteliti. Adapun topik yang diteliti dalam penelitian ini adalah efektivitas media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja. Dengan topik tersebut, data jurnal yang diakses dalam

proses penelitian ini di-screening berdasarkan pada kriteria sebagai berikut :

- a) Jurnal diterbitkan dalam rentang waktu 5 tahun (2015 – 2020)
- b) Tipe jurnal (*Review articles, research articles*).
- c) Jurnal yang dapat diakses *fulltext*.

4. Penilaian Kualitas

Dalam penilaian kualitas pada metode *Systematic Literature Review* (SLR) yang dimaksud adalah penilaian sumber data jurnal yang layak dengan kriteria sebagai berikut: Peer Reviewer, terindeks SINTA dan terakreditasi.

C. Sumber Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder. Data sekunder merupakan data yang diperoleh bukan dari pengalaman langsung. Akan data tersebut diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang dimaksud berupa buku dan laporan ilmiah primer atau asli yang terdapat di dalam artikel atau jurnal (tercetak dan/atau non-cetak). Dalam Literatur Review, artikel yang dicari minimal 10 artikel untuk dikaji. Sumber jurnalnya yaitu artikel ilmiah yang terbit di jurnal terindeks di Sinta, DOAJ, Google Scholar, Crossref, Mendely, IPI, dll.

D. Populasi, Sampling dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti (Nursalam, 2015). Adapun yang menjadi populasi di penelitian ini adalah jurnal nasional yang berkaitan dengan efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja.

2. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah proses menyeleksi porsi dari populasi untuk dapat mewakili populasi. Teknik sampling merupakan cara-cara yang

digunakan dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang sesuai dari keseluruhan subjek penelitian (Nursalam, 2015). Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan kehendaki peneliti (tujuan dan masalah dalam penelitian), sehingga sampel dapat mewakili karakteristik populasi yang telah diketahui sebelumnya. Berdasarkan karakteristik populasi yang sudah diketahui sebelumnya yaitu telah disebutkan dalam kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini :

a) Kriteria Inklusi

Menurut (Notoadmodjo, 2010) kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Jurnal nasional yang berkaitan dengan penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja. Sesuai dengan kata kunci Media Promosi Kesehatan, Pengetahuan, Pola Konsumsi Zat Besi, Remaja.
- 2) Variabel yang harus dicari yaitu “Media Promosi Kesehatan, Pengetahuan, Pola Konsumsi Zat Besi, Remaja”.
- 3) Rentang usia pada remaja yaitu 10-19 tahun.
- 4) Terbit tahun 2010-2020
- 5) Media yang digunakan adalah media promosi kesehatan baik berupa *leaflet*, *flipchart*, booklet, lembar timbal balik, audio visual, video, banner, poster dll.

b) Kriteria Eksklusi

Kriteria Eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dari studi karena berbagai sebab.

3. Sampel

Sampel terdiri atas bagian populasi yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling. Terdapat dua syarat yang harus dipenuhi dalam menetapkan sampel yaitu, pertama representatif

dimana sample dapat mewakili populasi yang ada dan yang kedua sampel harus cukup banyak. sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih untuk menjadi subjek dalam sebuah penelitian atau sebagai jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sehingga, sampel dalam penelitian ini adalah satu skripsi dan Sembilan artikel yang berkaitan dengan media promosi kesehatan tentang diet sehat terhadap pengetahuan dan pola makan remaja.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode dokumentasi. Metode dokumentasi merupakan metode pengumpulan data dengan mencari atau menggali data dari literatur yang terkait dengan apa yang dimaksudkan dalam rumusan masalah. Data-data yang telah didapatkan dari berbagai literatur dikumpulkan sebagai suatu kesatuan dokumen yang digunakan untuk menjawab permasalahan yang telah dirumuskan.

Jurnal penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi kemudian dikumpulkan dan dibuat ringkasan jurnal meliputi nama peneliti, tahun terbit jurnal, negara penelitian, judul penelitian, metode dan ringkasan hasil atau temuan. Ringkasan jurnal penelitian tersebut dimasukkan ke dalam tabel diurutkan sesuai alfabet dan tahun terbit jurnal dan sesuai dengan format tersebut di atas.

Untuk lebih memperjelas analisis abstrak dan *full text* jurnal dibaca dan dicermati. Ringkasan jurnal tersebut kemudian dilakukan analisis terhadap isi yang terdapat dalam tujuan penelitian dan hasil/temuan penelitian. Analisis yang digunakan menggunakan analisis isi jurnal, kemudian dilakukan koding terhadap isi jurnal yang direview menggunakan kategori media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja. Data yang sudah terkumpul kemudian dicari persamaan dan perbedaannya lalu dibahas untuk menarik kesimpulan.

F. Analisis Data

Analisis data merupakan upaya mencari dan menata secara sistematis data yang telah terkumpul untuk meningkatkan pemahaman penelitian tentang kasus yang diteliti dan mengkajinya sebagai temuan bagi orang lain. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis anotasi bibliografi. Anotasi berarti suatu kesimpulan sederhana dari suatu artikel, buku, jurnal, atau beberapa sumber tulisan yang lain. Sedangkan bibliografi diartikan sebagai suatu daftar sumber dari suatu topik. Dari kedua definisi tersebut, anotasi bibliografi diartikan sebagai suatu daftar sumber-sumber yang digunakan dalam suatu penelitian, dimana pada setiap sumbernya diberikan simpulan terkait dengan apa yang tertulis di dalamnya.

Terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan dalam suatu analisis anotasi bibliografi, yaitu :

1. Identitas sumber yang dirujuk
2. Kualifikasi dan tujuan penulis
3. Simpulan sederhana mengenai konten tulisan
4. Kegunaan/pentingnya sumber yang dirujuk dalam menjawab permasalahan yang telah dirumuskan.

Untuk menyajikan data hasil penelusuran pustaka dilakukan beberapa tahapan. Pertama, melakukan ringkasan (*summary*) dimana ringkasan artikel disajikan dalam tabel meliputi Judul dan Peneliti, Nama Jurnal, Tahun Terbit, dan Indeks, Metode Penelitian dan Lokasi, Tujuan dan Hasil. Kedua, menilai kesesuaian antara tujuan dan hasil. Pada tabel ini penulis merujuk pada tujuan yang ditetapkan oleh peneliti kemudian membandingkan dengan hasil. Ketiga, melakukan penilaian tentang kesamaan dan juga menilai perbedaan dari artikel-artikel tersebut. Keempat, memberikan kritik atau pendapat terhadap masing-masing artikel.

G. Seleksi Studi dan Hasil Pencarian Artikel

Pencarian menggunakan database Google Scholar, DOAJ dan Mendeley. Pada tahap identifikasi total jumlah artikel yang muncul sesuai dengan kata kunci yang ditetapkan sebanyak 5523 artikel dengan rincian sebagai berikut.

Google Scholar

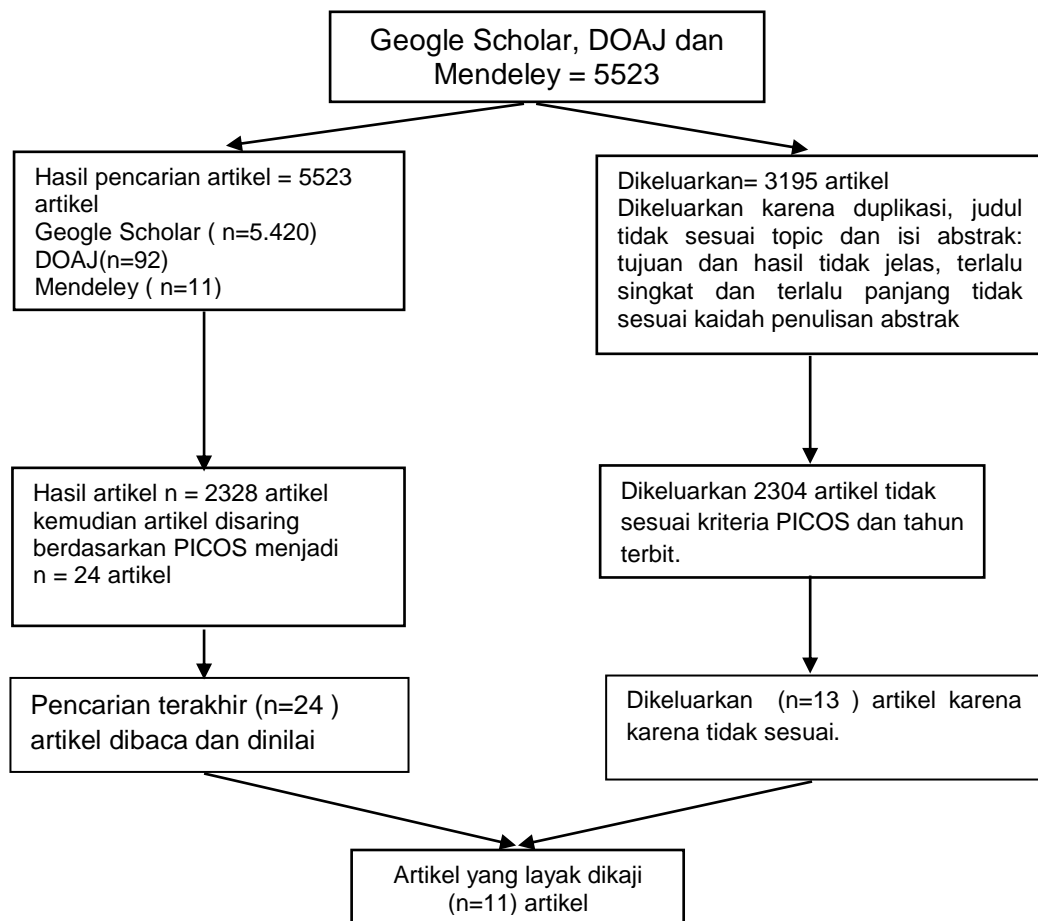
Kata kunci : Efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja = 5420 artikel.

DOAJ

Kata kunci : promosi kesehatan dan remaja = 47 artikel, pengetahuan dan remaja = 23, pola konsumsi dan remaja = 22 artikel.

Mendeley

Kata kunci : Efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja = 11 artikel.



Gambar 1. Hasil Pencarian dan Seleksi Pustaka

Tahap selanjutnya dilakukan identifikasi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Duplikasi, judul tidak relevan dengan topik dan abstrak, jumlah artikel yang layak untuk diproses selanjutnya 3195 artikel, dimana 3195 artikel tidak dapat diteruskan karena tidak layak. Seterusnya 2328 artikel diseleksi berdasarkan format PICOS. Jumlah artikel yang dikeluarkan sebanyak 2304 artikel dan sisanya 24 artikel. Pada penilaian terakhir (*final assessment*), dilakukan seleksi dengan menilai kualitas artikel. Penulis membaca 24 artikel full text dan memberikan tanda koreksi pada setiap lembar artikel. Akhirnya diperoleh 11 artikel yang relevan untuk dijadikan objek studi.

H. Daftar Artikel Hasil Pencarian

Tabel 2. Daftar Artikel

No	Nama Jurnal/ Terbit/Index	Judul Artikel/Literatur	Penulis
1	Jurnal: Jurnal Argipa Terbit: Vol.3 No.1 Tahun 2018 Index: SINTA, Google Scholar, Crossref.	Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi dengan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia pada Remaja Putri	Sutrio Syakir
2	Jurnal: Disease Prevention and Public Health Journal Terbit: Vol.4 No.1 Tahun 2018 Index: SINTA, Google Scholar, Crossref, LIPI, Base, Sherpa,ISJD.	Efektivitas Media Leaflet dan Film dalam Peningkatan Pengetahuan Pubertas di SMP N 226 Pondok Labu	Yanti Harjono Hadiwardjo, Mila Citrawati, Citra Ayu Aprilia
3	Jurnal: Aceh Nutrition Journal Terbit: Vol.9 No.1 Tahun 2019 Index: Google Scholar, Crossref, SINTA, EBSCO, PKP Index, University of Oxford	Intervensi Media Video Berpengaruh Pada Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Kurang Energi Kronik.	Waryana, Almira Sitasari, Danissa Wulan Febritasanti.
4	Jurnal: Jurnal Ilmiah Bidan Terbit: Vol.3 No.2 Tahun 2015	Pengaruh Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Negeri 08 Bitung	Frantin Karundeng, Sesca Solang, Henry imbar

	Index: SINTA, Neliti, Base, IOS, Google Scholar, Garuda.		
5	Jurnal: Ilmu Gizi Indonesia Terbit: Vol.3 No.2 Tahun 2020 Index: Google Scholar, Crossref, SINTA, EBSCO, LIPI.	Pengaruh Penggunaan Media Cakram Gizi terhadap pengetahuan remaja mengenai konsumsi buah dan sayur	Umi Mahmudah, Siska Puspita Sari.
6	Jurnal: Jurnal Kesehatan Terbit: Vol.11 No. 1 Tahun 2019 Index: DOAJ, Google Scholar, Garuda, SINTA, Stat Counter	Penyuluhan Anemia Gizi dengan Media Motion Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri.	Fitriani, Dwiana, Umamah, Dadang, Mamat, Pramintarto.
7	Jurnal : Jumantik Terbit: Vol.5 No.1 Tahun 2018 Index: PKP Index, Google Scholar, Garuda, SINTA, Crossref, Moraree.	Pengaruh Penggunaan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Kecukupan Energi Remaja	Lendra, Marlenywati, Abrori.
8	Jurnal : Jurnal Kesehatan Terbit: Vol.1 No.2 Tahun 2016 Index: DOAJ, Google Scholar, Garuda, SINTA.	Perbedaan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Setelah Diberi Pendidikan Dengan Metode Ceramah Tanpa Media Dan Ceramah Dengan Media Buku Cerita	Rohim, Zulaekah, Kusumawati
9	Jurnal: Media Kesehatan Terbit: Vol.15 No.1 Tahun 2020 Index: Google Scholar, ISJDNeo, SINTA, IPI, Crossref, Neliti, Base, IOS	Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Asupan Energi, Protein dan Besi pada Remaja.	Asmarudin Pakhri, Sukmawati, Nurhasanah
10	Jurnal: Kesmas Terbit: Vol.11 No. 2 Tahun 2016 Index: DOAJ, Crossref, Google Scholar, EBSCO, IPI, ISJD, SINTA, Neliti, CABI, SJR	Potensi Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Asupan Gizi Pada Remaja Putri Yang Anemia Di Kota Medan	Verarica Silalahio, Evawany Aritonang, Taufik Ashar.
11	Jurnal: PROFESI Terbit: Vol.14 No. 1 Tahun 2016 Index: Crossref, Google Scholar, DOI,	Efektifitas Edukasi Gizi Terhadap Perbaikan Asupan Zat Besi Pada Remaja Putri	Dewi Marfuah, Dewi Pertiwi Dyah Kusudaryati

	Mendeley, IPI, DOAJ, SINTA, Dimensions.		
--	--	--	--

BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Karakteristik Studi

Tabel 3. Karakteristik Studi

No	Penulis	Lokasi Penelitian	Desain Penelitian	Media Promosi Kesehatan
1	Syakir, <i>et al.</i> 2018	Penelitian ini dilaksanakan di SMA Kota Bandar Lampung	<i>Pre-eksperimental one group pretest-posttest design</i>	Media animasi audio visual
2	Hadiwiardjo, <i>et al.</i> 2020	Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 226, Pondok Labu, Jakarta Selatan.	<i>Quasi experiment one group pretest-posttest design</i>	Media <i>Leaflet</i> dan media film
3	Waryana, <i>et al.</i> 2019	Penelitian ini dilaksanakan di Desa Tridadi, Kabupaten Sleman.	<i>Quasi experiment with control group design</i>	Media Video dan media <i>food model</i>
4	Karundeng, <i>et al.</i> 2015	Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 08 Bitung.	<i>Pre-eksperimental one group pretest-posttest design</i>	Media <i>Leaflet</i>
5	Mahmudah, <i>et al.</i> 2020	Penelitian ini dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta	<i>Quasi experiment one group pretest-posttest design</i>	Media Cakram Gizi
6	Fitriani, <i>et al.</i> 2019	Penelitian ini dilaksanakan di Sma Bina Muda Cicalengka.	<i>Quasi experiment one group pretest-posttest design</i>	Media Motion Video
7	Lendra, <i>et al.</i> 2018	Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 1 Pontianak.	<i>Quasi experiment one group pretest-posttest</i>	Media <i>Booklet</i>

			<i>design</i>	
8	Rohim, <i>et al.</i> 2016	Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 1 Surakarta.	<i>Quasi experiment with control group design</i>	Media Buku Cerita
9	Pakhri, <i>et al.</i> 2020	Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 35 Makassar.	<i>Quasi experiment one group pretest-posttest design</i>	Media Leaflet
10	Silalahi, <i>et al.</i> 2016	Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 21 Medan	<i>Quasi experiment one group pretest-posttest design</i>	Media Booklet
11	Marfuah, <i>et al.</i> 2016	Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 1 Simo Boyolali.	<i>Experiment one group pretest-posttest design</i>	Media Booklet

Dari sebelas artikel yang memenuhi kriteria inklusi, dibagi menjadi dua tema besar yaitu efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pola konsumsi zat besi pada remaja. Jumlah artikel yang membawa tema pertama sebanyak 8 artikel dan kedua sebanyak 3 artikel. Sebanyak 2 artikel bentuk desain penelitiannya *Quasi Experiment Controll Group Design* atau yang menggunakan kelompok kontrol, sebanyak 6 artikel bentuk desain penelitiannya *Quasi Experiment One Group Pre and Post Test Design* atau yang tidak menggunakan kelompok kontrol namun hanya menggunakan satu kelompok untuk diberikan perlakuan, sebanyak 2 artikel menggunakan desain *Pre Experiment One Group Pre and Post test design* dan 1 artikel menggunakan desain *Experiment Experiment One Group Pre and Post test design*.

Lokasi studi penelitian di Indonesia terbagi menjadi 4 lokasi yaitu sebanyak 2 studi dilaksanakan di pulau Sumatera, sebanyak 6 studi dilaksanakan di pulau Jawa, sebanyak 2 studi dilaksanakan di Kalimantan dan 1 studi dilaksanakan di pulau Sulawesi.

Media promosi kesehatan terbagi menjadi 8 media yang digunakan, 1 studi menggunakan media animasi, 1 studi menggunakan media *leaflet* dengan media film, 1 studi menggunakan media video dengan media *food model*, sebanyak 2 studi menggunakan *leaflet* saja, 1 studi menggunakan cakram gizi, 1 studi menggunakan *motion video*, sebanyak 3 studi menggunakan booklet saja dan 1 studi menggunakan buku cerita.

2. Gambaran Pengetahuan Remaja

Tabel 4. Gambaran Pengetahuan Remaja

No	Penulis	Judul Artikel/Literatur	Tujuan	Hasil Gambaran Pengetahuan Remaja
1	Syakir, <i>et al.</i> 2018	Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi dengan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia pada Remaja Putri	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh intervensi penyuluhan gizi dengan media animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri SMA di Kota Bandar Lampung.	Pada <i>pre-test</i> nilai minimal sebesar 40 dan maksimal 90 dengan rata-rata 69,88. Nilai <i>post-test</i> minimal 60 dan maksimal 95 dengan rata-rata 77,70, terdapat peningkatan sebesar 7,9 pada nilai rata-rata subjek. Hasil penelitian menunjukkan ada perubahan skor pengetahuan dan sikap setelah dilakukan intervensi dengan menggunakan media animasi ($p < 0,05$)
2	Hadiwardjo, <i>et al.</i> 2020	Efektivitas Media Leaflet dan Film dalam Peningkatan Pengetahuan Pubertas di SMP N 226 Pondok Labu	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas media <i>leaflet</i> dan media film dalam peningkatan pengetahuan pubertas di sekolah menengah pertama negeri (SMPN) 226 Pondok Labu Jakarta Selatan.	Terdapat perbedaan pengetahuan pubertas sebelum dan sesudah diberi promosi kesehatan dengan media film pada siswa ($p\text{-value} < 0,05$) dan terjadi peningkatan median dari sebelum promosi kesehatan yaitu 86,67 menjadi 93,33 setelah diberi promosi kesehatan dengan media film.
3	Waryana, <i>et al.</i> 2019	Intervensi Media Video Berpengaruh Pada Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Kurang Energi Kronik.	Penelitian bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam pencegahan kurang energi kronik (KEK) antara yang diintervensi penyuluhan dengan media video dan dengan food model.	Ada selisih skor pengetahuan tentang pencegahan KEK pada kedua kelompok tersebut sebesar 1,07. Berdasarkan uji statistik (beda rata-rata) diperoleh nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan nilai pengetahuan tentang pencegahan KEK setelah diberikan penyuluhan pada kedua kelompok.

4	Karundeng, <i>et al.</i> 2015	Pengaruh Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Negeri 08 Bitung	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh promosi kesehatan reproduksi remaja terhadap pengetahuan dan sikap siswa SMP Negeri 08 Bitung.	Menunjukkan ada perubahan nilai mean skor pengetahuan siswa sebelum dan sesudah promosi kesehatan 5,54 dengan $p=0,0001$; $t_{hitung}-37,410$ dan sikap siswa sebelum dan sesudah promosi kesehatan 6,46 dengan $p= 0,0001$ $t_{hitung}-37,873$ maka H_0 ditolak H_a diterima.
5	Mahmudah, <i>et al.</i> 2020	Pengaruh Penggunaan Media Cakram Gizi terhadap pengetahuan remaja mengenai konsumsi buah dan sayur	Untuk mengetahui pengaruh penggunaan media cakram gizi terhadap pengetahuan remaja mengenai konsumsi buah dan sayur.	Nilai pengetahuan minimum pada <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> adalah 46,67 dan 40,00, sedangkan nilai maksimum baik <i>pretest</i> maupun <i>posttest</i> sama yaitu 93,33. Terdapat peningkatan rerata nilai pengetahuan dari 68,30 menjadi 72,67.
6	Fitriani, <i>et al.</i> 2019	Penyuluhan Anemia Gizi dengan Media Motion Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri.	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan anemia gizi dengan media <i>motion video</i> terhadap pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah intervensi pada remaja putri.	Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata pengetahuan dan sikap anemia sebelum diberikan penyuluhan anemia gizi adalah 5.10 dan 23.19, setelah diberikan penyuluhan meningkat menjadi 8.71 dan 25.51.
7	Lendra, <i>et al.</i> 2018	Pengaruh Penggunaan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Kecukupan Energi Remaja	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penggunaan Media <i>Booklet</i> terhadap peningkatan pengetahuan tentang kecukupan energi remaja.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian Media <i>Booklet</i> Kecukupan Energi efektif meningkatkan pengetahuan remaja di SMAN 1 Pontianak. Hal tersebut dibuktikan dengan skor pengetahuan remaja sebelum intervensi 11.70% meningkat menjadi 16.23% dengan ($p\ value = 0.000 < 0.05$).
8	Rohim, <i>et al.</i> 2016	Perbedaan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Setelah Diberi Pendidikan Dengan Metode Ceramah Tanpa Media Dan Ceramah	Penelitian ini bertujuan mengetahui perbedaan pengetahuan anemia dengan metode ceramah tanpa media dan ceramah	Pendidikan metode ceramah dengan buku cerita memberikan hasil yang lebih baik 11,49 lebih tinggi dibandingkan dengan ceramah tanpa media.

		Dengan Media Buku Cerita	menggunakan buku cerita.	
--	--	--------------------------	--------------------------	--

Berdasarkan 8 artikel studi yang dikaji, hasil dari gambaran pengetahuan remaja seluruhnya mengalami peningkatan skor, persentasi ataupun rata-rata (*mean*) setelah diberikan media promosi kesehatan yang dikumpulkan melalui tes oleh peneliti dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner maupun pengamatan secara langsung terhadap responden (Syakir, *et al.* 2018; Hadiwardjo, *et al.* 2020; Waryana, *et al.* 2019; Karundeng, *et al.* 2015; Mahmudah, *et al.* 2020; Fitriani, *et al.* 2019; Lendra, *et al.* 2018; Rohim, *et al.* 2016).

3. Gambaran Pola Konsumsi Zat Besi pada Remaja

Tabel 5. Gambaran Pola Konsumsi Zat Besi pada Remaja

No	Penulis	Judul Artikel/Literatur	Tujuan	Hasil Gambaran Pola Konsumsi Zat Besi Remaja
1	Pakhri, <i>et al.</i> 2020	Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Asupan Energi, Protein dan Besi pada Remaja.	Bertujuan untuk meneliti tentang pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan gizi, asupan energi, protein, dan zat besi pada remaja di SMP Negeri 35 Makassar.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sampel yang memiliki tingkat asupan baik sebelum edukasi gizi yaitu energi sebesar 47,1%, protein 55,9% dan zat besi 0%. sedangkan sampel yang memiliki tingkat asupan baik setelah edukasi gizi yaitu energi sebesar 52,9%, protein 82,4% dan zat besi 0%.
2	Silalahi, <i>et al.</i> 2016	Potensi Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Asupan Gizi Pada Remaja Putri Yang Anemia Di Kota Medan	Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan gizi dan konsumsi zat gizi remaja putri.	Hasil menunjukkan bahwa skor pengetahuan gizi meningkat dari 62,39±12,05 poin menjadi 72,31±17,01 poin. Asupan gizi (protein, vitamin C, vitamin A, asam folat, besi, zink, tembaga) mengalami penurunan sesudah intervensi.
3	Marfuah, <i>et al.</i> 2016	Efektifitas Edukasi Gizi Terhadap Perbaikan Asupan Zat Besi Pada Remaja Putri	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas edukasi gizi terhadap asupan zat besi pada remaja putri.	Hasil penelitian ini adalah mayoritas asupan zat besi remaja putri sebelum diberikan edukasi gizi termasuk kategori kurang (82,14%) dan setelah diberikan edukasi gizi mayoritas kategori cukup (75%). Pemberian edukasi gizi efektif meningkatkan rata-rata asupan zat besi pada remaja putri sebesar 15,5 mg (p value = 0.000).

Berdasarkan 3 artikel studi yang dikaji, hasil dari gambaran asupan zat besi remaja setelah diberikan media promosi kesehatan yakni sebanyak 1 studi tidak mengalami peningkatan konsumsi/pola zat besi sama sekali (Pakhri, *et al.* 2020). 1 studi mengalami penurunan asupan zat besi setelah diberikan media promosi kesehatan (Silalahi, *et al.* 2016). Dan 1 studi mengalami peningkatan skor, persentasi ataupun rata-rata (*mean*) asupan zat besi setelah diberikan media promosi kesehatan yang dikumpulkan melalui tes oleh peneliti dengan menggunakan instrumen berupa *food recall 24 hours* maupun pengamatan secara langsung terhadap responden (Marfuah, *et al.* 2016).

4. Efektivitas Penggunaan Media Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja

Tabel 6. Efektifitas Penggunaan Media Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja

No	Penulis	Judul Artikel	Nilai Signifikansi	Keterangan
1	Syakir, <i>et al.</i> 2018	Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi dengan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia pada Remaja Putri	$p = 0,0001$	Menunjukkan ada perubahan skor pengetahuan dan sikap setelah dilakukan intervensi dengan menggunakan media animasi ($p < 0,05$).
2	Hadiwiardjo, <i>et al.</i> 2020	Efektivitas Media Leaflet dan Film dalam Peningkatan Pengetahuan Pubertas di SMP N 226 Pondok Labu	$p = 0,000$	Menunjukkan terdapat pengaruh atau efektivitas Media Leaflet dan Film dalam Peningkatan Pengetahuan Pubertas di SMP N 226 Pondok Labu
3	Waryana, <i>et al.</i> 2019	Intervensi Media Video Berpengaruh Pada Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Kurang Energi Kronik.	$p = 0,000$	Terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap remaja putri antara grup media video dan grup media food model dalam edukasi tentang pencegahan kurang energi kronik pada remaja putri
4	Karundeng, <i>et al.</i> 2015	Pengaruh Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Negeri 08 Bitung	$p = 0,0001$	Hal ini memberikan makna bahwa ada pengaruh promosi kesehatan reproduksi remaja terhadap pengetahuan siswa di SMP Negeri 08 Bitung.
5	Mahmudah, <i>et al.</i> 2020	Pengaruh Penggunaan Media Cakram Gizi terhadap pengetahuan remaja mengenai konsumsi buah dan sayur	$p = 0,007$	Terdapat pengaruh penggunaan media cakram gizi terhadap pengetahuan remaja mengenai konsumsi buah dan sayur.
6	Fitriani, <i>et al.</i> 2019	Penyuluhan Anemia Gizi dengan Media Motion Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja	$p = 0,000$	Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan anemia gizi dengan media <i>motion video</i> terhadap pengetahuan ($p = 0,000$)

		Putri.		
7	Lendra, <i>et al.</i> 2018	Pengaruh Penggunaan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Kecukupan Energi Remaja	p =0,000	Menunjukkan bahwa pemberian Media <i>Booklet</i> Kecukupan Energi efektif meningkatkan pengetahuan remaja di SMAN 1 Pontianak.
8	Rohim, <i>et al.</i> 2016	Perbedaan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Setelah Diberi Pendidikan Dengan Metode Ceramah Tanpa Media Dan Ceramah Dengan Media Buku Cerita	p =0,000	Terdapat perbedaan yang bermakna tingkat pengetahuan anemia pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ($p=0,000$).

Berdasarkan 8 artikel yang dikaji untuk tema efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan pada remaja, seluruhnya menyatakan adanya pengaruh atau efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan pada remaja dengan pemberian media yang berbeda-beda oleh setiap artikel (Syakir, *et al.* 2018; Hadiwardjo, *et al.* 2020; Waryana, *et al.* 2019; Karundeng, *et al.* 2015; Mahmudah, *et al.* 2020; Fitriani, *et al.* 2019; Lendra, *et al.* 2018; Rohim, *et al.* 2016).

5. Efektivitas Penggunaan Media Promosi Kesehatan terhadap Pola Konsumsi Zat Besi pada Remaja

Tabel 7. Efektivitas Penggunaan Media Promosi Kesehatan terhadap Pola Konsumsi Zat Besi pada Remaja

No	Penulis	Judul Artikel	Nilai Signifikansi	Keterangan
9	Pakhri, <i>et al.</i> 2020	Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Asupan Energi, Protein dan Besi pada Remaja.	$p = 0,555$	Asupan zat besi menunjukkan tidak adanya pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah Edukasi gizi.
10	Silalahi, <i>et al.</i> 2016	Potensi Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Asupan Gizi Pada Remaja Putri Yang Anemia Di Kota Medan	$p = 0,269$	Tidak ada perbedaan ($p > 0,05$) asupan zat besi sebelum dan sesudah intervensi.
11	Marfuah, <i>et al.</i> 2016	Efektifitas Edukasi Gizi Terhadap Perbaikan Asupan Zat Besi Pada Remaja Putri	$p = 0,000$	Pemberian edukasi gizi efektif meningkatkan rata-rata asupan zat besi pada remaja putri

Berdasarkan 3 artikel yang dikaji untuk tema efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pola konsumsi zat besi pada remaja, sebanyak 2 artikel menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh atau efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pola konsumsi zat besi pada remaja (Pakhri, *et al.* 2020; Silalahi, *et al.* 2016). Sedangkan 1 artikel menyatakan terdapat pengaruh atau efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pola konsumsi zat besi pada remaja (Marfuah, *et al.* 2016).

6. Penilaian Kesesuaian Artikel

Tabel 8. Penilaian Kesesuaian Artikel

No	Penulis	Judul Artikel	Kesesuaian Tujuan dengan Hasil
1	Syakir, <i>et al.</i> 2018	Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi dengan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia pada Remaja Putri.	Tujuan penelitian sesuai dengan hasil penelitian.
2	Hadiwiardjo, <i>et al.</i> 2020	Efektivitas Media Leaflet dan Film dalam Peningkatan Pengetahuan Pubertas di SMP N 226 Pondok Labu	Tujuan penelitian sesuai dengan hasil penelitian.
3	Waryana, <i>et al.</i> 2019	Intervensi Media Video Berpengaruh Pada Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Kurang Energi Kronik.	Tujuan penelitian sesuai dengan hasil penelitian.
4	Karundeng, <i>et al.</i> 2015	Pengaruh Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Negeri 08 Bitung	Tujuan penelitian sesuai dengan hasil penelitian.
5	Mahmudah, <i>et al.</i> 2020	Pengaruh Penggunaan Media Cakram Gizi terhadap pengetahuan remaja mengenai konsumsi buah dan sayur	Tujuan penelitian sesuai dengan hasil penelitian.
6	Fitriani, <i>et al.</i> 2019	Penyuluhan Anemia Gizi dengan Media Motion Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri.	Tujuan penelitian sesuai dengan hasil penelitian.
7	Lendra, <i>et al.</i> 2018	Pengaruh Penggunaan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Kecukupan Energi Remaja	Tujuan penelitian sesuai dengan hasil penelitian.
8	Rohim, <i>et al.</i> 2016	Perbedaan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Setelah Diberi Pendidikan Dengan Metode Ceramah Tanpa Media Dan Ceramah Dengan Media Buku Cerita	Tujuan penelitian sesuai dengan hasil penelitian.
9	Pakhri, <i>et al.</i> 2020	Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Asupan Energi, Protein dan Besi pada Remaja.	Tujuan penelitian tidak sesuai dengan hasil penelitian.

10	Silalahi, <i>et al.</i> 2016	Potensi Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Asupan Gizi Pada Remaja Putri Yang Anemia Di Kota Medan	Tujuan penelitian tidak sesuai dengan hasil penelitian.
11	Marfuah, <i>et al.</i> 2016	Efektifitas Edukasi Gizi Terhadap Perbaikan Asupan Zat Besi Pada Remaja Putri	Tujuan penelitian sesuai dengan hasil penelitian.

7. Persamaan dan Perbedaan Literatur

Tabel 9. Persamaan dan Perbedaan Literatur

No	Kesamaan
1	Secara keseluruhan, 15 artikel yang dikaji menggunakan eksperimen yang berarti memberikan perlakuan untuk mengukur dampak dari perlakuan yang diberikan.
2	Dari hasil Literatur Review untuk tema efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan pada remaja, seluruh artikel menyatakan terdapat pengaruh penggunaan media promosi kesehatan baik media cetak atau elektronik dalam meningkatkan pengetahuan pada remaja.
	Ketidaksamaan
1	Desain quasi eksperimen yang diberikan berbeda-beda, sebanyak 2 artikel menggunakan kelompok kontrol sebagai tolak ukur, 6 artikel menggunakan satu kelompok sebagai uji perlakuan sebelum dan sesudah diberikan media promosi, sebanyak 2 artikel menggunakan pre eksperimen sebagai informasi awal terhadap pertanyaan yang ada dalam penelitian dan 1 artikel sebagai eksperimen murni atau sesungguhnya.
2	Media promosi kesehatan yang digunakan berbeda-beda, ada yang menggunakan media animasi, leaflet dengan film, video dengan <i>food model</i> , leaflet saja, cakram gizi, <i>motion video</i> , <i>booklet</i> dan buku cerita.

8. Memberikan Pandangan (Criticize)

Tabel 10. Memberikan Pandangan (Criticize)

No	Penulis	Judul Penelitian	Pandangan
1	Syagir, <i>et al.</i> 2018	Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi dengan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia pada Remaja Putri.	Setuju terhadap hasil penelitian yang diuraikan oleh peneliti karena peneliti telah menjawab tujuan penelitian yakni ada pengaruh penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja.
2	Hadiwardjo, <i>et al.</i> 2020	Efektivitas Media Leaflet dan Film dalam Peningkatan Pengetahuan Pubertas di SMP N 226 Pondok Labu	Setuju terhadap hasil penelitian yang diuraikan oleh peneliti karena peneliti telah menjawab tujuan penelitian yakni ada pengaruh penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja.
3	Waryana, <i>et al.</i> 2019	Intervensi Media Video Berpengaruh Pada Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Kurang Energi Kronik.	Setuju terhadap hasil penelitian yang diuraikan oleh peneliti karena peneliti telah menjawab tujuan penelitian yakni ada pengaruh penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja.
4	Karundeng, <i>et al.</i> 2015	Pengaruh Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Negeri 08 Bitung	Setuju terhadap hasil penelitian yang diuraikan oleh peneliti karena peneliti telah menjawab tujuan penelitian yakni ada pengaruh penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja.
5	Mahmudah, <i>et al.</i> 2020	Pengaruh Penggunaan Media Cakram Gizi terhadap pengetahuan remaja mengenai konsumsi buah dan sayur	Setuju terhadap hasil penelitian yang diuraikan oleh peneliti karena peneliti telah menjawab tujuan penelitian yakni ada pengaruh penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja.
6	Fitriani, <i>et al.</i> 2019	Penyuluhan Anemia Gizi dengan Media Motion Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri.	Setuju terhadap hasil penelitian yang diuraikan oleh peneliti karena peneliti telah menjawab tujuan penelitian yakni ada pengaruh penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja.
7	Lendra, <i>et al.</i> 2018	Pengaruh Penggunaan Media Booklet Terhadap Peningkatan	Setuju terhadap hasil penelitian yang diuraikan oleh peneliti karena peneliti telah menjawab tujuan

		Pengetahuan Tentang Kecukupan Energi Remaja	penelitian yakni ada pengaruh penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja.
8	Rohim, <i>et al.</i> 2016	Perbedaan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Setelah Diberi Pendidikan Dengan Metode Ceramah Tanpa Media Dan Ceramah Dengan Media Buku Cerita	Setuju terhadap hasil penelitian yang diuraikan oleh peneliti karena peneliti telah menjawab tujuan penelitian yakni ada pengaruh penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja.
9	Pakhri, <i>et al.</i> 2020	Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Asupan Energi, Protein dan Besi pada Remaja.	Tidak setuju terhadap hasil penelitian yang diuraikan oleh peneliti karena peneliti tidak menjawab tujuan penelitian yakni tidak ada pengaruh penggunaan media promosi kesehatan terhadap pola konsumsi zat besi pada remaja.
10	Silalahi, <i>et al.</i> 2016	Potensi Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Asupan Gizi Pada Remaja Putri Yang Anemia Di Kota Medan	Tidak setuju terhadap hasil penelitian yang diuraikan oleh peneliti karena peneliti tidak menjawab tujuan penelitian yakni tidak ada pengaruh penggunaan media promosi kesehatan terhadap pola konsumsi zat besi pada remaja.
11	Marfuah, <i>et al.</i> 2016	Efektifitas Edukasi Gizi Terhadap Perbaikan Asupan Zat Besi Pada Remaja Putri	Setuju terhadap hasil penelitian yang diuraikan oleh peneliti karena peneliti telah menjawab tujuan penelitian yakni ada pengaruh penggunaan media promosi kesehatan terhadap pola konsumsi zat besi pada remaja.

B. Pembahasan

Dari jumlah keseluruhan literatur yakni 11 artikel yang dikaji, sebanyak 8 artikel dengan tema atau topik yang berhubungan dengan efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan pada remaja seluruhnya menyatakan bahwa dalam penelitiannya media promosi kesehatan berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan remaja dengan berbagai media yang berbeda yang digunakan oleh peneliti dilihat dari nilai signifikansi atau $p < 0,05$ yang berarti memiliki efektivitas yang lebih baik.

Meningkatkan pengetahuan perlu adanya pemberian informasi yang menurut WHO merupakan salah satu strategi untuk mendapatkan perubahan perilaku. Salah satu upaya pemberian informasi adalah dengan menggunakan media promosi kesehatan. Media promosi kesehatan akan sangat membantu agar pesan-pesan yang disampaikan dalam promosi kesehatan dapat diberikan dengan jelas sehingga sasaran dapat menerima pesan dengan jelas dan tepat yang dapat terlihat dengan terjadinya peningkatan nilai pengetahuan (Notoaatmodjo, 2010).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dimana terjadi peningkatan nilai mean pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian promosi kesehatan melalui media leaflet. Hal ini dapat terjadi karena penyajian dalam leaflet tersebut sudah cukup jelas sehingga dapat dibaca dan dipahami dengan baik (Susanti, 2017). Penelitian lainnya juga menyatakan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dengan menggunakan leaflet serta ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah menerima penyuluhan dengan menggunakan leaflet (Fauziah, 2017).

Media audio visual seperti film merupakan jenis media yang selain mengandung unsur suara juga mengandung unsur gambaran yang dapat dilihat, seperti rekaman video, slide suara dan lain sebagainya (Notoaatmodjo, 2010). Kemampuan media audio visual ini dianggap lebih baik dan menarik, sebab mengandung kedua unsur, yaitu didengar dan dilihat. Pancaindera yang banyak menyalurkan pengetahuan ke otak

adalah mata ($\leq 75\%$ - 87%), sedangkan 13% sampai 25%, pengetahuan manusia diperoleh dan disalurkan melalui panca indera yang lain. Penelitian ini selaras dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan antara pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah menerima penyuluhan dengan menggunakan media film. Selain itu, media film juga efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja (Nanda, 2017).

Dari 3 artikel dengan tema atau topik yang berhubungan dengan efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pola konsumsi zat besi pada remaja, sebanyak 2 artikel menyatakan bahwa dalam penelitiannya media promosi kesehatan tidak berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan remaja dilihat dari nilai signifikansi atau $p > 0,05$. Sedangkan 1 artikel menyatakan bahwa dalam penelitiannya media promosi kesehatan terdapat pengaruh media promosi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan remaja dilihat dari nilai signifikansi atau $p < 0,05$ yang berarti memiliki efektivitas yang lebih baik.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Sefaya (2017) pada siswa SMA Semarang yang menunjukkan pendidikan gizi dengan media leaflet tidak berpengaruh pada konsumsi zat besi. Namun berbeda dengan hasil penelitian Marfiah dan Kusudaryati (2016), yang menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi efektif meningkatkan rata-rata asupan zat besi pada remaja putri dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan gizi yang diberikan tidak mampu mengubah pola makan remaja putri dikarenakan penyediaan makanan bergantung pada penyediaan makanan yang disediakan oleh orang tua di rumah. Orang tua berperan besar dalam mengatur kebiasaan makan anaknya. Meskipun anak mendapatkan pendidikan gizi, bila orang tuanya tidak mendapatkan pendidikan gizi, maka konsumsi makanan cenderung tidak akan berubah. Selain itu, tingkat sosial ekonomi keluarga juga memengaruhi ketersediaan makanan di tingkat rumah (Silalahi, 2016).

Penggunaan media promosi kesehatan dalam kegiatan pembelajaran tidak hanya sekedar sebagai alat bantu, melainkan sebagai pembawa informasi atau pesan yang ingin disampaikan yang dapat memberikan dampak positif bagi responden atau pendengarnya. Oleh karena itu, media promosi kesehatan yang dikembangkan merupakan media yang menjanjikan untuk mendukung perubahan di dalam kehidupan anak remaja. Peneliti selanjutnya juga dapat lebih terfokus dalam upaya pengoptimalan perkembangan media promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan, perilaku dan sikap.

Upaya untuk meningkatkan media promosi kesehatan telah dilakukan oleh pemerintah yang menjadi salah satu program pemerintah dibawah koordinasi Kementerian Kesehatan. Beberapa contoh promosi kesehatan yang sering dilakukan pemerintah dalam bentuk video yaitu Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), Mengonsumsi makanan sehat seperti sayur dan buah, Mengonsumsi makanan Gizi Seimbang. Pemerintah telah mengeluarkan beberapa kebijakan untuk mendukung promosi kesehatan dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 1193/MENKES/SK/X/2004 tentang Kebijakan Nasional Promosi Kesehatan Menteri Kesehatan Republik Indonesia.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Dari hasil Literatur Review ini, terdapat 8 literatur yang menyatakan bahwa terdapat efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan yang mengalami peningkatan yang signifikan ($p < 0,05$) setelah diberi intervensi.
2. Terdapat 2 dari 3 Literatur Review yang menunjukkan bahwa tidak terdapat efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pola konsumsi zat besi dengan nilai signifikan ($p > 0,05$) setelah diberi intervensi.
3. Dari hasil analisis 11 artikel penelitian tentang media promosi kesehatan menyatakan bahwa promosi kesehatan berbasis media audio-visual lebih efektif dalam proses pembelajaran.

B. Saran

1. Penggunaan media promosi kesehatan baik media audio-visual, cetak dan media sosial lebih dikembangkan lagi sesuai dengan perkembangan zaman.
2. Pemerintah sebaiknya mulai berinovasi menciptakan media-media dalam promosi kesehatan sesuai dengan perkembangan zaman agar masyarakat tidak bosan dengan media promosi kesehatan yang ada.
3. Banyak peneliti yang sudah mulai berinovasi dalam menciptakan media promosi kesehatan dari mulai media cetak, media berbasis audio-visual, media berbasis android dan internet yang dapat membantu media promosi kesehatan ini diterapkan secara berkelanjutan. Sehingga, peneliti lainnya diharapkan dapat melakukan penelitian lanjutan tentang efektivitas penggunaan media promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan pola konsumsi zat besi pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- A, Kadir, 2016. *Kebiasaan Makan Dan Gangguan Pola Makan Serta Pengaruhnya Terhadap Status Gizi Remaja*. Jurnal Publikasi Pendidikan. Fakultas Ilmu Pendidikan UNM.
- AKG, (2013). *Angka Kecukupan Gizi, Zat Besi Yang Dianjurkan Bagi Remaja Puteri*. Lampiran Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013.
- Almatrsier, S. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Amelia F. 2008. *Konsumsi Pangan, Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik dan Status Gizi pada Remaja di Kota Sungai Penuh Kabupaten Kerinci Provinsi Jambi*. Skripsi. Fakultas Pertanian, Institusi Pertanian Bogor.
- Andriyanto Arief, Hidayati Nur Rina. 2018. *Literature Review: Pemanfaatan Media Promosi Kesehatan (Smartphone) Dalam Mencegah Dan Mengendalikan Kadar Gula Diabetes Tipe 2*. Jurnal Ners dan Kebidanan, Volume 5, Nomor 2, Agustus 2018. STIKes Bina Sehat PPNI Mojokerto.
- Aroni, Hasan. 2016. *Pengembangan Media Pendidikan Gizi, Dalam Ilmu Gizi Teori Dan Aplikasi (Penyunting Hardinsyah dan Supriasa, I.D.N)*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Batubara, RL, 2010. *Adolescent Development (Perkembangan Remaja)*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia Jakarta*.
- Christin Angelina, F, dkk. 2019. *Efektifitas Pemanfaatan Media Gambar Bergerak dan Video Animasi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Gizi Seimbang pada Balita*. Jurnal Kesehatan Volume 10, Nomor 2, Agustus 2019. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Malahayati Bandar Lampung, Indonesia.
- Devi, N. 2012. *Gizi Anak Sekolah*. Jakarta: Kompas
- Dewi. 2013. *Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Sikap Terhadap Gizi Dan Pola Konsumsi Siswa Kelas XII Program Keahlian Jasa Boga Di SMK Negeri 6 Yogyakarta*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Teknik Boga Dan Busana Universitas Negeri Yogyakarta.

- Fauziah AN, Maesaroh S, Sulistyorini E. Penggunaan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI). *Gaster| J Ilmu Kesehat.* 2017;15(2):204–15.
- Fitriani, 2015. *Promosi Kesehatan.* Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Gunatmaningsih, Dian. 2007. *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes.* Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat. Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Hidayat, A. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data.* Jakarta: Salemba Medika
- Ifroh Hayati Riza, dkk. 2019. *Peran Petugas Promosi Kesehatan Dalam Penggunaan Audiovisual Sebagai Media Komunikasi Informasi Dan Edukasi.* *Jurnal Ilmu Kesehatan* Vol. 7 No. 2, Mei 2019. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman, Samarinda Kalimantan Timur.
- Igiany Devy Prita, dkk. 2016. *Efektivitas Penggunaan Video Dan Buku Bergambar Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, Dan Keterampilan Ibu Mencuci Tangan Memakai Sabun.* *Berita Kedokteran Masyarakat*, Volume 32 Nomor 3 Halaman 89-94. Departemen Perilaku Kesehatan, Lingkungan dan Kedokteran Sosial, Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada.
- Ilmiah Dapur, 2014. <http://dapurilmiah.blogspot.com/2014/06/penelitian-literatur.html> (Online).
- Imron, 2019. *Analisa Pengaruh Kualitas Produk Terhadap Kepuasan Konsumen Menggunakan Metode Kuantitatif Pada CV. Muebele Berkah Tangerang.* *Indonesian Journal on Siftware Engineering*, Vol.5, No.1, Juni 2019. Universitas Bina Sarana Informatika.
- Juliani, D. 2017. *Gambaran Kebiasaan Makan Dan Status Gizi Remaja SMA Harapan Mandiri Medan Tahun 2017.* Skripsi Sarjana. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Sumatera Utara Medan.
- Kadir, A. 2016. *Kebiasaan Makan dan Gangguan Pola Makan Serta Pengaruhnya Terhadap Status Gizi Remaja.* *Jurnal Publikasi Pendidikan*, Vol VII (1) hal 49-55.
- Karemu, 2019. *Hubungan Media Sosial Sengan Asupan Zat Besi Pada Remaja.* Program Studi Ilmu Gizi Universitas Dhyana Pura.

- Kesuma, Citra. 2012. *Anemia Gizi, Masalah dan Pencegahannya*. Jakarta: Kalika.
- Kholid, Ahmad. 2012. *Promosi Kesehatan Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, Dan Aplikasinya*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Kumala, Anandita Mega, dkk. 2019. *Hubungan Antara Durasi Penggunaan Alat Elektronik (Gadget), Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Usia 13-15 Tahun*. *Jurnal of Nutrition College* Volume 8, Nomor 2, Tahun 2019, Halaman 73-80. Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
- Kurniawan Arifin, dkk, 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Dan Pengajaran Matematika Telaah Kepustakaan*. https://www.slideshare.net/Saddam_svc/studi-kepustakaan-19891180. Jurusan Matematika, Fakultas Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Padang.
- Mahmudah Umi. 2019. *Pengaruh Media Teka-Teki Silang Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar*. *Ilmu Gizi Indonesia*, Vol. 02, No. 02, 107-114 Februari 2019. Prodi S-1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta.
- Marfuah, dkk. 2016. *Efektifitas Edukasi Gizi Terhadap Perbaikan Asupan Zat Besi Pada Remaja Putri*. Program Studi S1 Ilmu Gizi Stikes PKU Muhammadiyah Surakarta.
- Masitoh, 2017. *Pola Makan dan Status Gizi Siswa Program Keahlian Jasa Boga Di SMK Negeri 1 Kalasa*. Skripsi. Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta.
- Marmi, 2013. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Megawati, Zahrudin. 2018. *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Dengan Media Audio Visual Terhadap Sikap Memilih Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Di Sdn Gunung Sari 02 Umbulsari Kabupaten Jember*. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi* Vol. 6 No. 1 2018;474-481. Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Dr. Soebandi Jember.
- Meidinana Risma, dkk. 2018. *Pengaruh Edukasi Melalui Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Overweight*. *Jurnal Kesehatan* Volume 9, Nomor 3, November 2018. Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu, Indonesia.

- Moelek, 2014. *Standar Tablet Tambah Darah Bagi Wanita Usia Subur dan Ibu Hamil*. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 88 Tahun 2014.
- Moehji, Sjahmien. 2009. *Ilmu Gizi 2 Penanggulangan Gizi Buruk*. Jakarta: Papas Sinar Sinanti
- MS, Mahmud, 2017. *Tabel Komposisi Pangan Indonesia*. Jakarta : PT Gramedia
- Nanda RO, Nasution E, Sudaryati E. Pengaruh Penyuluhan Gizi tentang Pencegahan Obesitas dengan Media Film Animasi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah SD Muhammadiyah 01 Pematang Siantar. *Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiol.* 2017;1(1):1–8.
- Nursalam, 2015. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: <https://id.scribd.com/doc/313557846/3-2Metodologi-Nursalam-EDISI-4-21-NOV>*. : Surabaya : Salemba Medika
- Nasrullah, Rulli. 2015. *Media Sosial : Perspektif Komunikasi, Budaya dan Siosioteknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Ningsih, Silawati. 2018. *Pengaruh Edukasi Pedoman Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Kukus*. *Jurnal Of Midwifer Science*. Stikes Payung Negeri Pekanbaru.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo,S. 2010. *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. “Metodologi Penelitian kesehatan”. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Noverina Dhita, dkk. 2020. *Pengaruh Explanation Video Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Di Smpn 65 Jakarta Utara*. *Jurnal Darussalam Nutrition*. Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul.
- Noviawati, 2012. *Hubungan Antara Zat Besi dan Kejadian Anemia Pada Mahasiswi PSPD Angkatan 2009-2011 UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. Laporan Penelitian Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan uin Syarif Hidayatullah Jakarta.

- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 74/Permenkes/2015 Tentang Upaya Peningkatan Kesehatan Dan Pencegahan Penyakit.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 44/Permenkes/2018 Tentang Penyelenggaraan Promosi Kesehatan Rumah Sakit
- Perdana Fachruddin, dkk. 2017. *Pengembangan Media Edukasi Gizi Berbasis Android Dan Website Serta Pengaruhnya Terhadap Perilaku Tentang Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar*. Jurnal Gizi Pangan, November 2017, 12(3):169-178. Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia (FEMA), Institut Pertanian Bogor, Bogor 16680.
- Ramadanti, Rachmatia. 2019. *Hubungan Asupan Zat Besi Dan Protein Dengan Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil Di Kota Bandar Lampung*. Skripsi. Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Bandar Lampung
- Rohim Nur Azizah, dkk. 2016. *Perbedaan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Setelah Diberi Pendidikan Dengan Metode Ceramah Tanpa Media Dan Ceramah Dengan Media Buku Cerita*. Jurnal Kesehatan, Vol. 1, No. 2, Desember 2016.
- Saputri, dkk. 2015. *Perbedaan Asupan Protein, Zat Besi, Asam Folat, Vitamin B12 dan Kejadian Anemia Pada Ibu Nifas Yang Melakukan Mutih dan Tidak Melakukan Mutih Di Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus*. Jurnal of Nutrition College, Volume 4, Nomor 2, Halaman 599-606. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- S Karo-karo, rohani, 2018. *Manfaat Media Dalam Pembelajaran*, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan.
- Sediaoetama, AD. 2000. Ilmu Gizi. Jilid I Cetakan Keempat. Dian Rakyat : Jakarta
- Sefaya, K,T; Nugraheni dan Dina Rahayuning, 2017. Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan tingkat Kecukupan Gizi Terkait Pencegahan Anemia Remaja. Jurnal Kes.Masy. (ejournal) Vol 5 No. 1, Jan 2017 (<http://ejournals1.undip.ac.id/index.php/jkm>)
- Sholicha, dkk. 2019. *Hubungan Asupan Zat Besi, Protein, Vitamin C dan Pola Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Manyar Gresik*. Departemen Gizi Kesehatan, Fakultas

- Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia.
- Suarjana, Nyoman. 2017. *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Putri Terhadap Pentingnya Konsumsi Makanan Yang Mengandung Zat Besi Saat Menstruasi Di SMAN 2 Tabanan Tahun 2013*. Program Studi Kesehatan Masyarakat. Universitas Dhyana Pura.
- Soekirman, 2000. *Ilmu Gizi dan Aplikasinya*. Direktorat Jendral Pendidikan Nasional: Jakarta.
- Sulistyoningsih, H. 2012. *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Graha Ilmu : Yogyakarta
- Supriyadi, 2016. *Community Of Practitioners : Solusi Alternatif Berbagi Pengetahuan Antar Pustakawan*. Lentera Pustaka 2 (2): 83-93, 2016 Online at: <http://ejournal.undip.ac.id/index.php/lpustaka>. Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Diponegoro
- Suryani Desri, dkk. 2015. *Analisis Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kota Bengkulu*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas, Vol.10, No.1 Oktober 2015.
- Susanti N, Qodariah, Yessi H, Rasyid Z. Efektifitas Leaflet terhadap Pengetahuan dan Mengatur Pola Makan Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Serasan Kabupaten Natuna. *J Phot.* 2017;7(2):33–8
- Wadhani, dkk. 2017. *Tingkat Konsumsi Zat Besi (Fe), Seng (Zn) dan Status Gizi Serta Hubungannya Dengan Prestaasi Belajar Anak Sekolah Dasar*. Jurnal Gizi Indonesia.
- Waryana, dkk. 2019. *Intervensi Media Video Berpengaruh Pada Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Kurang Energi Kronik*. Jurnal Aceh Nutrition Journal, Mei 2019 (4)1: 58-6. Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- World Health Organization (WHO). 2014. *Obesity and Overweight*. <http://who.int/mediacenter/factsheets/fs311/en/> diakses pada Januari 2015
- Wulandari, Ade, 2014. *Karakteristik Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya*. Jurnal Keperawatan Anak
- Yani Ahmad, dkk. 2017. *Pengaruh Sms Reminder Terhadap Perilaku Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe*. Jurnal Media Kesehatan

Masyarakat Indonesia. Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Muhammadiyah Palu.

Yahya Usman, 2015. *Konsep Pendidikan Anak Usia Sekolah Dasar (6-12) Tahun Di Lingkungan Keluarga Menurut Pendidikan Islam*. Jurnal Islamika, Volume 15 Nomor 2 Tahun 2015. Jurusan Tarbiyah, STAIN Kerinci.

Lampiran 1

DAFTAR ARTIKEL

No	Nama Jurnal/ Terbit/Index	Judul Artikel/Literatur	Penulis
1	Jurnal: Jurnal Argipa Terbit: Vol.3 No.1 Tahun 2018 Index: SINTA, Google Scholar, Crossref.	Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi dengan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia pada Remaja Putri	Sutrio Syakir
2	Jurnal: Disease Prevention and Public Health Journal Terbit: Vol.4 No.1 Tahun 2018 Index: SINTA, Google Scholar, Crossref, LIPI, Base, Sherpa,ISJD.	Efektivitas Media Leaflet dan Film dalam Peningkatan Pengetahuan Pubertas di SMP N 226 Pondok Labu	Yanti Harjono Hadiwardjo, Mila Citrawati, Citra Ayu Aprilia
3	Jurnal: Aceh Nutrition Journal Terbit: Vol.9 No.1 Tahun 2019 Index: Google Scholar, Crossref, SINTA, EBSCO, PKP Index, University of Oxford	Intervensi Media Video Berpengaruh Pada Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Kurang Energi Kronik.	Waryana, Almira Sitasari, Danissa Wulan Febritasanti.
4	Jurnal: Jurnal Ilmiah Bidan Terbit: Vol.3 No.2 Tahun 2015 Index: SINTA, Neliti, Base, IOS, Google Scholar, Garuda.	Pengaruh Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Negeri 08 Bitung	Frantin Karundeng, Sesca Solang, Henry imbar
5	Jurnal: Ilmu Gizi Indonesia Terbit: Vol.3 No.2 Tahun 2020 Index: Google Scholar, Crossref, SINTA, EBSCO, LIPI.	Pengaruh Penggunaan Media Cakram Gizi terhadap pengetahuan remaja mengenai konsumsi buah dan sayur	Umi Mahmudah, Siska Puspita Sari.
6	Jurnal: Jurnal Kesehatan Terbit: Vol.11 No. 1 Tahun 2019 Index: DOAJ, Google Scholar, Garuda, SINTA, Stat Counter	Penyuluhan Anemia Gizi dengan Media Motion Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri.	Fitriani, Dwiana, Umamah, Dadang, Mamat, Pramintarto.

7	Jurnal : Jumantik Terbit : Vol.5 No.1 Tahun 2018 Index : PKP Index, Google Scholar, Garuda, SINTA, Crossref, Moraree.	Pengaruh Penggunaan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Kecukupan Energi Remaja	Lendra, Marlenywati, Abrori.
8	Jurnal : Jurnal Kesehatan Terbit : Vol.1 No.2 Tahun 2016 Index : DOAJ, Google Scholar, Garuda, SINTA.	Perbedaan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Setelah Diberi Pendidikan Dengan Metode Ceramah Tanpa Media Dan Ceramah Dengan Media Buku Cerita	Rohim, Zulaekah, Kusumawati
9	Jurnal : Media Kesehatan Terbit : Vol.15 No.1 Tahun 2020 Index : Google Scholar, ISJDNeo, SINTA, IPI, Crossref, Neliti, Base, IOS	Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Asupan Energi, Protein dan Besi pada Remaja.	Asmarudin Pakhri, Sukmawati, Nurhasanah
10	Jurnal : Kesmas Terbit : Vol.11 No. 2 Tahun 2016 Index : DOAJ, Crossref, Google Scholar, EBSCO, IPI, ISJD, SINTA, Neliti, CABI, SJR	Potensi Pendidikan Gizi Dalam Meningkatkan Asupan Gizi Pada Remaja Putri Yang Anemia Di Kota Medan	Verarica Silalahio, Evawany Aritonang, Taufik Ashar.
11	Jurnal : PROFESI Terbit : Vol.14 No. 1 Tahun 2016 Index :Crossref, Google Scholar, DOI, Mendeley, IPI, DOAJ, SINTA, Dimensions.	Efektifitas Edukasi Gizi Terhadap Perbaikan Asupan Zat Besi Pada Remaja Putri	Dewi Marfuah, Dewi Pertiwi Dyah Kusudaryati

Lampiran 2 Dokumentasi

The screenshot shows a Google Scholar search results page. The search query is "efektivitas penggunaan media promosi terhadap pengetahuan remaja dan pola konsumsi sayur buah". The results list several articles, including:

- Edukasi gizi dengan media audiovisual terhadap pola konsumsi sayur buah pada remaja SMP di Jakarta Timur** [PDF] yapenas21maros.ac.id
- Perbedaan Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan Tentang Gizi Seimbang dengan Menggunakan Media Video di SMP Negeri 2 ...** [PDF] ums.ac.id
- EFEKTIFITAS PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN PENGGUNAAN MEDIA AUDIO VISUAL VIDEO TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG ...** [PDF] universitaspahlawan.ac.id
- Efektivitas Penggunaan Edutainment Konseling Gizi terhadap Pemahaman** [PDF] uny.ac.id

The page also includes filters for "Kapan saja" (Since 2020, Since 2019, Since 2016, Rentang khusus...), "Urutkan menurut relevansi", "Urutkan menurut tanggal", and checkboxes for "sertakan paten" and "mencakup kutipan".

The screenshot shows the DOAJ search results page. The search query is "a promosi terhadap pengetahuan". The results list several journals, including:

- PEMANFAATAN KOMIK STRIP SEBAGAI MEDIA PEMBELAJARAN MAHASISWA PENDIDIKAN EKONOMI UM METRO** by Triani Ratnawati, Jurnal Promosi Program Studi Pendidikan Ekonomi, 2016,4(2) DOI 10.24127/ja.v4i2.632
- PENGARUH MEDIA KOMIK TERHADAP PENGETAHUAN KESEHATAN MATA PADA ANAK**

The page also includes a search bar, a "SUPPORT DOAJ" button, and a message about the website's relaunch in Autumn 2020.

Kotak Masuk (439) - jonathanoc x Skripsi ku waktu sidang - sialagi x mendeley journal articles - Penel x Search Results | Mendeley x

mendeley.com/search/?page=1&query=pengaruh%20media%20promosi%20gizi%20terhadap%20pengetahuan

Mendeley What is Mendeley? Search Create a free account Sign In

Articles pengaruh media promosi gizi terhadap pengetahuan Search

11 results Sort by: Most relevant

YEAR

- 2019 (1)
- 2018 (5)
- 2015 (2)
- 2014 (1)
- 2012 (2)

DOCUMENT TYPE

- Journal (11)

JOURNAL

JOURNAL OPEN ACCESS PDF	N/A Citations
PENGARUH MEDIA PROMOSI GIZI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU GIZI PADA SISWA SEKOLAH DASAR	31 Readers
Kurdanti W., Khasana T. M., Fatimah A. S. <i>GIZI INDONESIA (2019)</i>	
Penelitian bertujuan mengetahui perbedaan pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media pop up book, PGS ... dan setelah penyuluhan PGS menggunakan media promosi gizi (pop up book, PGS card, dan leaflet) dan sebaliknya	
+ Add to library Sign in to view PDF	
JOURNAL	N/A Citations
Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar	70

SKRIPSI MONICA SKRIPSI RISKA RE...docx Show all

Programs IN 21:29 21/11/2020

Lampiran 3











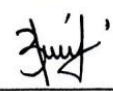

Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	2019			2020				
		Juli	Ags	Des	Jan	Mei	Juni	Nov	Des
1	Penelusuran Pustaka	■							
2	Survey Pendahuluan		■						
3	Pembahasan hasil survey pendahuluan			■					
4	Penyelesaian proposal				■				
5	Seminar proposal				■				
6	Perbaikan proposal					■			
7	Pengumpulan Data					■			
8	Pengolahan Data						■		
9	Penulisan Hasil Penelitian						■		
10	Seminar Skripsi						■		
11	Perbaikan skripsi							■	■

Lampiran 4

Bukti Bimbingan Skripsi

Nama : Monica Theresia Magdalena N
Nim : P01031216028
Judul : Literatur Review : Efektivitas Penguasaan Media Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Pola Konsumsi Zat Besi pada Remaja.
Dosen Pembimbing : Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN

No	Tanggal	Topik Bimbingan	T. Tangan Mahasiswa	T. Tangan Pembimbing
1.	29 Juli 2019	Diskusi tentang Judul dan Topik Penelitian		
2.	19 Agustus 2019	Membahas Script untuk membuat video blog (vlog)		
3.	23 Agustus 2019	Memberi tunjuk vlog dan membahas Bab I		
4.	29 Agustus 2019	Koreksi Bab I		
5.	10 Desember 2019	Mendiskusikan Uji Pendahuluan yang akan dilakukan		
6	13 Desember 2019	Diskusi Kuesioner untuk Uji Pendahuluan dan Menunjukkan video		
7	20 Desember 2019	Diskusi mengenai uji pendahuluan yang sudah dilaksanakan dan membahas lokasi penelitian		
8	6 Januari 2020	Menunjukkan hasil perbaikan bab1, 2 dan 3		
9	7 Januari 2020	Menunjukkan Video Hasil Perbaikan		

10	8 Januari 2020	Diskusi hasil Seminar Proposal yang akan diperbaiki		
11	21 Januari 2020	Diskusi hasil perbaikan dari seminar proposal yang telah dikerjakan		
12	26 Januari 2020	Diskusi perbaikan proposal seminar dan perbaikan video vlog		
13	29 Mei 2020	Diskusi perbaikan bab IV dan bab V		
15	2 Juni 2020	Diskusi perbaikan bab IV dan bab V		
16	16 Juni 2020	Diskusi perbaikan bab IV dan bab V		
17	29 Juni 2020	ACC Skripsi untuk seminar proposal		
18	17 Nov 2020	Perbaikan Jurnal Skripsi		
19	27 Nov 2020	Perbaikan Jurnal Skripsi		
20	7 Des 2020	Perbaikan Kata Kunci pada metode dan abstrak		
21	16 Des 2020	ACC Skripsi Secara Full		

Lampiran 5

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Monica Theresia Magdalena N

NIM : P01031216028

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di Skripsi saya adalah benar saya ambil dan bila tidak , saya bersedia mengikuti ujian ulang (Ujian utama saya dibatalkan).

Yang Membuat Surat Pernyataan



Monica Theresia Magdalena N

Lampiran 6

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Monica Theresia Magdalena N
Tempat/Tgl Lahir : Duri, 10 Juni 1998
Jumlah Anggota Keluarga : 4
Alamat : Jl.Bakti Sebangga-Duri
No Hp /Telp : 082284855447
Riwayat Pendidikan : SDS Santo Yosef-Duri,Riau
SMPS Santo Yosef-Duri, Riau
SMAN 1 Mandau-Duri,Riau
Hobby : Membaca Novel dan Menonton Drama Korea
Motto : Bersukacitalah dalam pengharapan, sabarlah
dalam kesesakan, dan bertekunlah dalam
doa (Roma 12:12)

Lampiran 7



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLTEKKES KESEHATAN KEMENKES MEDAN**

Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136
Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644
email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com



**PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 0883/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2020**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

“Literature Review : Efektivitas Penggunaan Media Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Zat Besi Pada Remaja”

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/
Peneliti Utama : **Monica Theresia Magdalena N**
Dari Institusi : **Prodi DIV Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Medan**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian kesehatan.
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, Juli 2020
Ketua
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan



Dr.Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes
NIP. 196101101989102001