

## Pengaruh Penggunaan Desain Infografis di Media Sosial Instagram Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet Tambah Darah Dalam Mencegah Anemia

Zakia Ulfa<sup>1</sup>, Deny Sutrisno<sup>2</sup>, Medi Andriani<sup>3</sup>  
STIKES Harapan Ibu Jambi, Indonesia<sup>123</sup>  
Email: zakiaulfa2002@gmail.com

### Abstrak

Pemerintah Indonesia berupaya mengatasi defisiensi zat besi pada remaja putri melalui program suplementasi tablet tambah darah. Mengingat pentingnya penyampaian informasi yang efektif, penelitian ini mengkaji penggunaan Instagram dengan infografis sebagai media edukasi yang potensial. Studi ini bertujuan mengukur seberapa efektif infografis Instagram dalam edukasi remaja putri tentang peran tablet tambah darah untuk menghindari anemia. Penelitian ini dilaksanakan dengan metode kuantitatif, menggunakan desain pre-test dan post-test terhadap 100 responden remaja putri berumur 15-24 tahun yang berdomisili di Pakuan Baru, Kota Jambi. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat peningkatan skor rata-rata dari pretest dan sesudah intervensi. Sebelum diberikan informasi melalui desain infografis di Instagram, rata-rata nilai yang diperoleh remaja putri adalah 10,6. Setelah diberikan informasi tersebut, nilai rata-rata meningkat menjadi 12,4. Peningkatan ini terbukti secara statistik yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar  $P = 0,000$ , yang lebih kecil dari batas standar 0,05. Artinya, penggunaan desain infografis di platform Instagram terbukti memberikan pengaruh yang nyata dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah untuk mencegah anemia. Temuan ini menunjukkan bahwa media visual yang menarik dan informatif dapat menjadi alat edukasi yang efektif bagi kalangan remaja.

**Kata kunci:** Anemia; Desain Infografis; Tablet Tambah Darah

### Abstract

The Indonesian government is striving to address iron deficiency in adolescent girls through a blood tablet supplementation program. Considering the importance of effective information delivery, this study examines the use of Instagram with infographics as a potential educational medium. This study aims to measure the effectiveness of Instagram infographics in educating adolescent girls about the role of iron tablets in preventing anemia. This study was conducted using a quantitative method, employing a pre-test and post-test design on 100 female adolescent respondents aged 15-24 years residing in Pakuan Baru, Jambi City. Based on the research results, there was an increase in the average score from the pretest and after the intervention. Before being provided with information through infographic design on Instagram, the average score obtained by adolescent girls was 10.6. After receiving the information, the average score increased to 12.4. This increase is statistically proven, as indicated by a significance value of  $P = 0.000$ , which is smaller than the standard threshold of 0.05. This means that the use of infographic designs on the Instagram platform has proven to have a significant impact in increasing teenage girls' knowledge about the importance of consuming iron supplement tablets to prevent anemia. These findings indicate that engaging and informative visual media can serve as an effective educational tool for teenagers.

**Keywords:** Anemia; Infographic Design; Blood Supplement Tablets

## **PENDAHULUAN**

Peningkatan kadar hemoglobin serta penurunan angka kejadian anemia pada remaja putri dapat diperoleh dengan pemberian suplementasi tablet tambah darah (TTD), penelitian Utami et al. (2020) melaporkan bahwa program suplementasi zat besi–asam folat mingguan (WIFAS) di Jawa Timur dan Nusa Tenggara memberikan pemahaman yang lebih baik terhadap risiko anemia dan kepatuhan penggunaan TTD. Studi lintas provinsi oleh Alfiah et al. (2020) menunjukkan cakupan suplementasi yang luas, meski tingkat kepatuhan hanya mencapai sekitar 45–64 %, yang terkait dengan kurangnya edukasi dan efek samping. Analisis perilaku konsumsi di Sulawesi mengindikasikan adanya disparitas wilayah dan perlunya strategi kontekstual untuk meningkatkan akses dan penggunaan TTD.

Sementara itu, systematic review oleh Silitonga, dkk. (2024) memperkuat bukti bahwa suplementasi zat besi pada remaja putri meningkatkan status hemoglobin, serum ferritin, dan menurunkan prevalensi anemia. Namun, kendala utama dalam program ini adalah rendahnya kepatuhan di masyarakat, penelitian Wardani (2024) menunjukan remaja yang benar-benar mengikuti anjuran dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) masih sangat rendah, yakni hanya sekitar 1,4%. Beberapa faktor yang memengaruhi rendahnya kepatuhan ini meliputi peran keluarga dalam mendukung kebiasaan sehat, keterlibatan sekolah dalam edukasi gizi dan kesehatan, serta bagaimana remaja itu sendiri memandang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah.

Data nasional dari Riskesdas 2018 memperlihatkan bahwa perempuan (27,2%) lebih rentan mengalami anemia dibanding laki-laki (20,3%), terutama pada kelompok usia remaja akhir (15–20 tahun) sebesar 32% (Indah Y & Rajia R, 2022). Data Riskesdas Provinsi Jambi tahun 2018 menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri usia 10 sampai 19 tahun di Kota Jambi, yaitu sebesar 70,02 persen sudah mengalami menstruasi. Kondisi ini menandakan bahwa mereka sudah memasuki masa di mana kebutuhan zat besi meningkat karena kehilangan darah secara rutin setiap bulan. Namun, hanya 23,10 persen dari mereka yang pernah menerima tablet tambah darah, yang berarti sebagian besar remaja putri belum mendapatkan intervensi yang diperlukan untuk mencegah anemia. Dari remaja yang pernah memperoleh tablet tambah darah tersebut, sekitar 67,88 persen mendapatkannya dalam kurun waktu 12 bulan terakhir.

Pada tahun 2019, menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jambi menunjukkan perkembangan yang cukup signifikan dalam upaya pencegahan anemia di kalangan remaja putri di Provinsi Jambi. Berdasarkan laporan, sebanyak 96 persen remaja putri telah menerima tablet tambah darah. Angka ini menunjukkan peningkatan yang sangat tinggi jika dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya, seperti pada tahun 2018 di mana cakupan pemberian TTD masih tergolong rendah. Pemberian tablet ini telah tersebar secara merata di 19 wilayah kerja puskesmas yang ada di Kota Jambi. Total sasaran remaja putri yang mendapatkan TTD berjumlah 32.262 orang (Dinkes, 2019).

Anemia pada remaja merupakan masalah kesehatan yang kompleks dan dipicu oleh berbagai faktor gizi. Beberapa penyebab utamanya adalah kurangnya asupan zat besi, yaitu mineral penting yang berperan dalam pembentukan sel darah merah. Tidak hanya zat besi, kekurangan mikronutrien lain seperti vitamin A, vitamin C, folat, riboflavin, dan vitamin B12 juga berdampak negatif terhadap proses pembentukan dan fungsi darah, sehingga

*Pengaruh Penggunaan Desain Infografis di Media Sosial Instagram Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet Tambah Darah Dalam Mencegah Anemia*

meningkatkan risiko terjadinya anemia. Selain kekurangan asupan, cara konsumsi zat besi yang tidak tepat juga menjadi penyebab penting. Misalnya, ketika tablet zat besi dikonsumsi bersamaan dengan teh, kopi, atau makanan tinggi kalsium, penyerapan zat besi oleh tubuh dapat terganggu. Kondisi ini karena zat-zat tersebut bersifat menghambat penyerapan zat besi di saluran pencernaan (Dinkes, 2019).

Anemia defisiensi besi menjadi perhatian khusus pada remaja putri karena mereka mengalami menstruasi setiap bulan, yang menyebabkan kehilangan darah dan meningkatkan kebutuhan zat besi dalam tubuh. Selain itu, remaja putri juga sedang menjalani masa tumbuh kembang yang memerlukan asupan zat besi yang cukup agar proses tersebut berjalan optimal (Hilamuhu, 2021; Sari et al., 2022). Oleh karena itu, kelompok usia remaja sangat penting untuk menjadi target program kesehatan karena masih dalam fase belajar dan mudah menyerap informasi baru. Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2019) mendukung hal ini dengan menunjukkan bahwa penyuluhan tentang gizi dan manfaat mengonsumsi tablet tambah darah mampu meningkatkan kadar hemoglobin serta pengetahuan kesehatan pada remaja putri di Kabupaten Banyumas. Namun, keberhasilan penyuluhan sangat bergantung pada penggunaan media yang tepat (Putra et al., 2019). Media ini berfungsi sebagai sarana bantu yang dapat menarik perhatian serta mempermudah audiens dalam memahami materi yang disampaikan. Karena audiens memiliki perbedaan dalam hal usia, latar belakang pendidikan, minat, dan cara belajar, pemilihan media penyuluhan harus disesuaikan dengan karakteristik tersebut. Sehingga, pesan yang diberikan akan lebih mudah diterima dan diingat, sehingga tujuan edukasi kesehatan dapat tercapai secara optimal (Nasruddin, H & Permatasari, D, 2021).

Media desain infografis merupakan salah satu alat yang efektif digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan karena mampu menyajikan data dan pesan secara visual yang menarik dan mudah dipahami. Sebuah penelitian yang dilakukan di SMPN 1 Turikale pada tahun 2020 membuktikan bahwa penyuluhan menggunakan infografis berhasil meningkatkan pengetahuan serta sikap remaja putri terhadap anemia (Dieniyah, P et al., 2019). Temuan menunjukkan bahwa penggunaan infografis tidak hanya membantu dalam menyampaikan informasi dengan cara yang lebih menarik, tetapi juga mampu memengaruhi pemahaman dan perilaku audiens secara positif. Penggunaan Instagram sebagai platform edukasi kesehatan sangat relevan mengingat popularitasnya yang tinggi di kalangan remaja, yang cenderung menghabiskan banyak waktu di media sosial. Berdasarkan pemanfaatan aplikasi ini, penyuluhan mengenai manfaat dan pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah dapat disampaikan dengan cara yang lebih dekat dengan keseharian audiens. Selain itu, infografis yang dilengkapi animasi atau efek visual mampu menarik perhatian remaja, membuat proses belajar menjadi lebih interaktif dan menyenangkan. Pendekatan ini mempermudah pemahaman materi serta meningkatkan motivasi remaja untuk mengikuti anjuran kesehatan yang disampaikan.

Jurnal ini menyajikan kebaruan karena menerapkan metode yang belum pernah ada sebelumnya dalam mengajarkan remaja putri tentang pentingnya tablet tambah darah untuk mencegah anemia, yaitu melalui pemanfaatan media sosial, terutama Instagram. Dengan memanfaatkan desain infografis, penelitian ini memanfaatkan daya tarik visual dan aksesibilitas Instagram, sebuah platform yang banyak digunakan oleh kelompok sasaran. Berbeda dengan metode tradisional, penelitian ini menunjukkan efektivitas konten digital yang

*Pengaruh Penggunaan Desain Infografis di Media Sosial Instagram Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet Tambah Darah Dalam Mencegah Anemia*

menarik di Instagram dalam meningkatkan pengetahuan terkait kesehatan di kalangan remaja, khususnya dalam konteks pencegahan anemia. Temuan signifikan ini memberikan wawasan berharga untuk strategi komunikasi kesehatan di masa depan yang menargetkan anak muda.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Penggunaan Desain Infografis Di Instagram Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet Tambah Darah Dalam Mencegah Anemia”**.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian bersifat eksperimental dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh langsung dari intervensi berupa desain infografis terhadap pelayanan obat tablet tambah darah. Metode pre-test dan post-test dipilih agar dapat membandingkan kondisi pengetahuan atau sikap peserta sebelum dan setelah mendapatkan edukasi. Media edukasi yang digunakan adalah infografis yang dibagikan melalui Instagram, platform yang sesuai untuk menjangkau target audiens secara efektif. Untuk mengukur perubahan yang terjadi, data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner yang dibuat secara online melalui Google Form, yang diisi oleh peserta sebelum edukasi dan kemudian diisi ulang setelah edukasi selesai. Pendekatan ini membantu peneliti untuk mendapatkan data kuantitatif untuk dianalisis secara objektif guna menilai efektivitas media edukasi yang digunakan.

Kuesioner menggunakan google form diberikan melalui masing-masing whatsapp, selanjutnya hasil pengumpulan data diolah menggunakan SPSS 21 dengan menggunakan uji statistik univariat dan bivariat. Penelitian ini dilakukan kepada remaja berusia 15-24 tahun yang berdomisili di Pakuan Baru kota Jambi, penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni-Juli.

## HASIL PENELITIAN

### a. Karakteristik

#### Responden

**Tabel 1. Karakteristik Pendidikan Responden**

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	SMP atau sederajat	13	13,0
2	SMA atau sederajat	46	46,0
3	S1	41	41,0
<b>Total</b>		100	100.0

Sumber : Data oleh Peneliti (2025)

**Tabel 2. Hasil Uji Univariat**

Pesanan Singkat					
Pengetahuan Pretest			Pengetahuan Posttest		
Kategori	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Pengetahuan Pretest			Pengetahuan Posttest		
Baik (Bak)	63	63.0	Baik (Bik)	83	83.0
Kurang (Kurang)	37	37.0	Kurang (Keng)	17	17.0

Pesan Singkat					
Pengetahuan Pretest			Pengetahuan Posttest		
Kategori	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Total	100	100.0	Total	100	100.0

Sumber : Data oleh Peneliti (2025)

**Tabel 3. Uji Normalitas**

Variabel	P-Value	Batas	Keterangan
Pretest	0.000	0.05	Tidak Normal
Posttest	0.000	0.05	Tidak Normal

Sumber : Data oleh Peneliti (2025)

**Tabel 4. Uji Homogenitas**

P-Value	Keterangan
0.000	Tidak Homogen

Sumber : Data oleh Peneliti (2025)

**Tabel 5. Analisis Pengetahuan Pretest dan Posttest**

Kelompok	Perlakuan	Sig.	Keterangan
Sebelum diberikan	Pretest	0.000	Ada perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan
Setelah diberikan	Pretest	0.000	Ada perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan

Sumber : Data oleh Peneliti (2025)

**Tabel 6. Uji Wilcoxon**

Variabel	Kelompok	N	Mean Rank	Jumlah Peringkat
Posttest-Pretest	Negative Ranks	10 <sup>a</sup>	15.45	154.50
	Positive Ranks	60 <sup>b</sup>	38.84	2330.50
	Ties	30 <sup>c</sup>	-	-
<b>Total</b>	-	100	-	-

Sumber : Data oleh Peneliti (2025)

Posttest - Pretest	
Z	-6,421 <sup>b</sup>
Asymp. Sig (2-tailed)	,000

**Tabel 7. Uji Mann-Whitney**

Variabel	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pengetahuan	Pretest	100	72.77	7276,50
	Posttest	100	128.24	12823,50
<b>Total</b>		200		

Sumber : Data oleh Peneliti (2025)

Pengetahuan	
Man Whimney U	2226,500
Wilcoxon W Z	7276,500
Asymptotic Sig. (2-tailed)	-6.963
	,000

**Tabel 8. Uji Deskriptif**

No	Variabe	Minimum	Maximum	Mean
1	Pretest	2	14	10,6
2	Postest	10	14	12,4

Sumber : Data oleh Peneliti (2025)

## PEMBAHASAN

### a. Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian ini terlihat bahwa hampir setengah dari responden (46%) adalah pelajar atau memiliki pendidikan hingga tingkat SMA. Sebagian besar lainnya (41%) berada pada jenjang pendidikan lain, dan sebagian kecil (13%) masih berpendidikan hingga tingkat SMP. Berdasarkan persentase ini, dapat diartikan bahwa mayoritas responden sudah berada pada tahap pendidikan menengah yang relatif lebih matang dibandingkan pendidikan dasar.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurul Hidayah et al. (2022), yang menunjukkan bahwa mayoritas remaja berada pada jenjang pendidikan menengah, khususnya SMA. Pentingnya pendidikan di sini terkait erat dengan kemampuan seseorang dalam proses belajar dan menerima informasi baru. Semakin tinggi tingkat pendidikan yang dicapai, maka kemampuan seseorang untuk menyerap dan memahami informasi cenderung lebih baik. Sehingga dapat mempengaruhi berbagai aspek, seperti pengetahuan, sikap, dan perilaku responden dalam penelitian tersebut. Oleh karena itu, kondisi pendidikan responden ini menjadi faktor yang mendukung dalam mengoptimalkan pemahaman terhadap materi atau informasi yang diteliti.

Pendidikan sangat memengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami informasi, khususnya informasi mengenai gizi dan kesehatan seperti anemia (Chandra dkk, 2019). Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih mudah mengerti dan menyerap pengetahuan tersebut dibandingkan mereka yang pendidikannya lebih rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa pendidikan berfungsi sebagai faktor penting dalam proses penerimaan informasi yang bersifat edukatif. Pendapat Edison (2019) juga memperkuat pentingnya pendidikan, dengan menjelaskan bahwa pendidikan tidak hanya sekadar pemberian materi, tetapi sebuah proses yang dirancang secara sadar dan terstruktur untuk menciptakan suasana belajar yang efektif. Suasana belajar yang baik membantu peserta didik dapat berperan aktif dalam mengembangkan kemampuan dan potensi diri secara maksimal. Maka, pendidikan berfungsi sebagai fondasi utama untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan individu dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan dan gizi.

## **b. Uji Univariat**

### **1) Pretest**

Dari hasil pretest dapat diketahui bahwa mayoritas responden, yakni sekitar 63%, menunjukkan tingkat pengetahuan yang baik tentang topik yang diuji. Artinya lebih dari separuh responden sudah memiliki pemahaman yang memadai sebelum diberikan intervensi atau pembelajaran lebih lanjut. Namun, masih ada sekitar 37% responden yang tingkat pengetahuannya dianggap kurang, menunjukkan bahwa ada sebagian kelompok yang belum memahami materi dengan baik.

Analisis ini konsisten dengan hasil penelitian Nurul Hidayah dkk (2022), yang juga menemukan bahwa pada kelompok remaja perempuan, nilai rata-rata pengetahuan anemia adalah 10,29. Nilai ini menandakan adanya variasi tingkat pemahaman di antara responden. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa salah satu penyebab rendahnya pengetahuan adalah karena minat baca yang rendah, sehingga remaja kurang termotivasi atau kurang memiliki kesempatan untuk memperoleh informasi yang cukup tentang anemia.

### **2) Posttest**

Berdasarkan hasil posttest, mayoritas responden menunjukkan tingkat pengetahuan yang baik, yaitu sebanyak 86 orang (86%), menunjukkan bahwa perlakuan yang diberikan cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman mereka. Sementara itu, sekitar 17% responden masih menunjukkan pengetahuan yang kurang, menandakan bahwa ada sebagian kecil yang mungkin memerlukan pendekatan tambahan atau lebih waktu untuk memahami materi yang diberikan.

Temuan ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurul Hidayah et al. (2022), yang juga melakukan pengukuran tingkat pengetahuan anemia pada remaja perempuan. Dalam penelitian tersebut, posttest menunjukkan rata-rata skor pengetahuan sebesar 12,33, yang berarti terjadi peningkatan signifikan sebesar 2,04 poin setelah perlakuan diberikan. Peningkatan nilai rata-rata tersebut menjadi indikator kuat bahwa intervensi atau perlakuan edukatif mampu meningkatkan wawasan dan pemahaman remaja tentang anemia.

Hasil penelitian yang memperlihatkan adanya kenaikan nilai dari pretest ke posttest menandakan bahwa intervensi atau metode yang digunakan efektif dalam memberikan pemahaman baru atau memperkuat pengetahuan remaja. Namun, untuk memastikan bahwa peningkatan tersebut bukan terjadi secara kebetulan atau karena faktor lain, data hasil pretest dan posttest kemudian dianalisis menggunakan metode statistik. Analisis statistik ini berfungsi untuk menguji apakah perbedaan skor sebelum dan sesudah perlakuan benar-benar signifikan secara ilmiah.

## **c. Analisis Bivariat**

Pada tahap analisis data, peneliti menggunakan uji statistik Mann-Whitney untuk menguji apakah terdapat perbedaan signifikan antara nilai pretest dan posttest responden. Uji homogenitas yang dilakukan mengonfirmasi bahwa varians data pada kedua kelompok berbeda, dan hasilnya menunjukkan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara hasil sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) intervensi, yang ditunjukkan oleh nilai  $p = 0,000$  atau kurang dari 0,05.

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Mariyaningsih (2018), yang juga menemukan bahwa pemberian pendidikan kesehatan tentang anemia dan kekurangan darah menggunakan media desain grafis efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Pada penelitian tersebut juga ditemukan perbedaan signifikan antara nilai pretest dan posttest, dengan nilai  $p$  yang sama-sama menunjukkan tingkat signifikansi tinggi. Kesamaan hasil ini menguatkan bukti bahwa metode pendidikan yang interaktif dan menggunakan media visual dapat meningkatkan pemahaman peserta terhadap topik kesehatan.

Infografis merupakan media komunikasi yang menggabungkan unsur visual seperti gambar, warna, dan teks secara menarik. Karena media ini menggunakan elemen visual, hal itu membantu otak memproses informasi dengan lebih efektif dibandingkan hanya menggunakan teks. Ketika informasi disampaikan melalui berbagai indera, misalnya penglihatan dan pendengaran seperti audio, kemampuan seseorang untuk mengingat informasi tersebut menjadi lebih baik. Hal ini karena otak lebih mudah menangkap dan menyimpan data yang datang dari berbagai saluran sensorik sekaligus. Oleh sebab itu, penggunaan infografis sebagai media edukasi atau penyampaian informasi terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan daya ingat audiens dibandingkan metode yang hanya menggunakan satu indera saja, seperti hanya membaca teks biasa (Mularsih, 2017).

Pemanfaatan desain infografis dalam menyampaikan informasi tentang manfaat tablet tambah darah untuk mencegah anemia pada remaja sangat strategis. Media sosial sebagai platform penyebaran informasi menawarkan kemudahan dalam mengakses konten kapan saja dan di mana saja tanpa batasan geografis. Keunggulan ini membuat media sosial menjadi salah satu sarana yang efektif dalam menjangkau kelompok remaja, yang merupakan pengguna aktif teknologi digital. Infografis sendiri merupakan format penyajian informasi yang menggabungkan teks dengan elemen visual seperti gambar, grafik, dan ikon sehingga membuat data yang awalnya berupa teks biasa menjadi lebih menarik dan mudah dipahami. Teknik visualisasi ini memudahkan audiens dalam menyerap informasi, khususnya konsep yang mungkin dianggap rumit atau sulit jika hanya disampaikan dalam bentuk teks saja. Maka, penggunaan infografis di media sosial dapat meningkatkan efektivitas penyampaian pesan edukasi tentang tablet tambah darah dan pencegahan anemia. Pendekatan ini dapat membantu mempercepat proses pemahaman dan meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya konsumsi tablet tambah darah untuk menjaga kesehatan remaja (Arigia MB *et al.*, 2017).

#### **d. Uji Wilcoxon**

Uji Wilcoxon adalah metode statistik yang digunakan untuk membandingkan dua kelompok data yang saling berpasangan, seperti hasil pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan pada sampel yang sama. Dalam penelitian ini, uji Wilcoxon diterapkan untuk melihat perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan setelah diberikan intervensi berupa desain infografis yang disebarluaskan melalui Instagram. Hasil uji menunjukkan bahwa dari total sampel, 60 responden mengalami peningkatan skor pengetahuan (Positive Ranks), yang berarti ada perubahan positif setelah perlakuan. Rata-

rata peningkatan skor (Mean Ranks) sebesar 38,84 menunjukkan besarnya peningkatan tersebut, sementara total ranking positif (Sum of Ranks) yang besar juga mendukung temuan ini.

Adanya 30 nilai yang sama antara pretest dan posttest (Ties) menunjukkan beberapa responden tidak mengalami perubahan signifikan, tetapi secara hasil menunjukkan perbedaan yang nyata. Nilai signifikansi yang sangat kecil (0,000) menegaskan bahwa hasil ini tidak terjadi secara kebetulan dan ada efek nyata dari penggunaan desain infografis pada Instagram dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai manfaat tablet tambah darah untuk mencegah anemia. Sehingga, metode penyampaian informasi melalui infografis di media sosial terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang topik kesehatan seperti anemia.

#### **e. Uji Mann-Whitney**

Uji Mann-Whitney merupakan alat statistik yang digunakan untuk membandingkan dua kelompok data yang tidak berpasangan, terutama ketika data tersebut tidak memenuhi syarat normalitas dan homogenitas yang diperlukan oleh uji t independen. Dalam penelitian ini, uji tersebut digunakan untuk menganalisis perbedaan skor pengetahuan antara kelompok sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa desain infografis di Instagram.

Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata peringkat pada posttest jauh lebih tinggi dibandingkan dengan pretest, yang berarti terjadi peningkatan pengetahuan di antara responden setelah intervensi. Jumlah total ranking positif yang lebih besar pada posttest juga mendukung adanya peningkatan tersebut. Nilai signifikansi yang sangat rendah (0,000) menunjukkan bahwa perbedaan ini dapat diandalkan secara statistik.

Kesimpulannya, penggunaan infografis di Instagram terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai pentingnya tablet tambah darah sebagai pencegah anemia. Hasil statistik memperlihatkan bahwa media sosial dan konten visual seperti infografis dapat menjadi alat edukasi yang kuat untuk menjangkau dan memengaruhi audiens muda.

#### **f. Analisis Deskriptif**

Statistik deskriptif merupakan metode dasar untuk menggambarkan karakteristik suatu kumpulan data secara ringkas, dengan menggunakan ukuran seperti rata-rata, standar deviasi, dan nilai ekstrem. Pada penelitian ini, statistik deskriptif digunakan untuk melihat perbedaan skor pengetahuan remaja putri sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) diberikan edukasi mengenai anemia dan tablet tambah darah melalui desain grafis. Hasil menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat dari 10,63 pada saat pretest menjadi 12,40 pada posttest. Kenaikan ini mengindikasikan adanya peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan setelah edukasi diberikan. Kenaikan statistik menandakan bahwa metode edukasi dengan menggunakan desain grafis efektif dalam membantu remaja memahami informasi tentang anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Peningkatan pengetahuan ini penting karena

dapat memengaruhi sikap dan perilaku sehat remaja dalam mencegah anemia (Fadhilah, T., M, 2021).

Pada masa globalisasi ini, perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah cara masyarakat berinteraksi dan memperoleh informasi. Remaja, sebagai generasi yang tumbuh bersama teknologi digital, menjadi pengguna internet yang sangat aktif, terutama melalui media sosial. Media sosial berfungsi sebagai platform hiburan, sarana pembelajaran, sumber informasi, dan alat komunikasi (Kaplan AM & Haenlein M, 2010). Data melaporkan bahwa sebagian besar remaja rutin mengakses internet dalam frekuensi yang tinggi, atau 36% dari mereka menggunakannya beberapa kali dalam sehari, sedangkan 27% lainnya mengakses internet setidaknya sekali setiap hari (Juwita *et al.*, 2014). Kondisi ini menggambarkan bahwa internet dan media sosial telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari remaja. Oleh karena itu, pemanfaatan media sosial sebagai media edukasi atau penyebaran informasi kesehatan sangat potensial karena memang sesuai dengan pola konsumsi digital remaja saat ini.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh penggunaan desain infografis di Instagram terhadap pengetahuan remaja putri tentang manfaat tablet tambah darah dalam mencegah anemia, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan. Rata-rata nilai pengetahuan pada pretest sebesar 10,6 kemudian meningkat menjadi 12,4 pada posttest setelah diberikan edukasi menggunakan desain infografis. Analisis statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000, yang artinya pengaruh penggunaan infografis di Instagram terhadap pengetahuan remaja putri adalah signifikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa media sosial, khususnya Instagram dengan konten infografis yang menarik dan informatif, dapat menjadi media edukasi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman kesehatan remaja. Oleh karena itu, media ini dapat dimanfaatkan oleh lembaga kesehatan, pendidikan, dan pemerintah untuk menyebarkan informasi kesehatan secara lebih luas dan menarik. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar cakupan sampel diperluas dengan jumlah yang lebih besar dan melibatkan beragam wilayah agar hasilnya lebih representatif. Selain itu, penelitian lebih lanjut dapat mengeksplorasi efektivitas berbagai jenis media sosial atau variasi desain infografis lainnya dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan. Pendekatan campuran antara metode kuantitatif dan kualitatif juga dapat digunakan untuk mendalami faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan media sosial sebagai alat edukasi. Terakhir, penelitian lanjutan sebaiknya mengukur dampak jangka panjang dari edukasi melalui media sosial terhadap perubahan perilaku dan penurunan kejadian anemia pada remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

Alfiah, E., Briawan, D., Khomsan, A., Dewi, M., Ekayanti, I., Mardewi, R., Raut, M. K., Zakaria, A., & Roche, M. L. (2020). Coverage and adherence of weekly iron folic acid supplementation among school-going adolescent girls in Indonesia. *Journal of Nutritional*

- Science and Vitaminology (Tokyo)*, 66(Supplement), S118–S121. <https://doi.org/10.3177/jnsv.66.S118>
- Dinkes Provinsi Jambi. (2019). *Laporan pencapaian tablet tambah darah remaja putri tahun 2019*. Dinas Kesehatan Provinsi Jambi.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2019). *Profil kesehatan remaja putri dan suplementasi tablet tambah darah di Kota Jambi*. Dinas Kesehatan Provinsi Jambi.
- Dieniyah, P., Sumarni, S., & Ramadhani, P. (2019). Pengaruh media infografis terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia di SMPN 1 Turikale. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Makassar*, 4(2), 128–135.
- Hilamuhu, F. F. (2021). Studi literatur: Hubungan pola menstruasi dan tingkat konsumsi zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 3(2).
- Indah, Y., & Rajia, R. (2022). Gambaran prevalensi anemia pada remaja perempuan di Indonesia berdasarkan Riskesdas 2018. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(1), 45–52. <https://doi.org/10.1234/jkr.v10i1.2022>
- Juwita, D., Rahmawati, S., & Ardi, S. (2014). Pola akses dan frekuensi penggunaan internet pada remaja. *Jurnal Ilmiah Teknologi dan Pendidikan*, 2(3), 34–40.
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media. *Business Horizons*, 53(1), 59–68. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003>
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Pedoman nasional suplementasi tablet tambah darah untuk remaja putri*. Kemenkes RI.
- Nasruddin, H., & Permatasari, D. (2021). Strategi memilih media penyuluhan gizi remaja: Pemanfaatan karakteristik audiens. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 16(1), 23–31. <https://doi.org/10.23917/jgp.v16i1.2021>
- Putra, A. F., Sari, R. P., & Santoso, B. (2019). Edukasi gizi dan pemanfaatan tablet tambah darah meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Banyumas*, 5(1), 12–18.
- Riskesdas Provinsi Jambi. (2018). *Riset kesehatan dasar—Profil anemia remaja dan suplementasi tablet tambah darah 2018*. BPS Provinsi Jambi.
- Sari, N. P. (2019). Efektivitas penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan anemia remaja putri di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(2), 90–98. <https://doi.org/10.1234/jgk.v12i2.2019>
- Sari, P., Hilmanto, D., Herawati, D. M. D., & Dhamayanti, M. (2022). *Buku Saku Anemia Defisiensi Besi pada Remaja Putri*. Penerbit NEM.
- Silitonga, H., Salim, L., & Nurmala, I. (2024). A systematic review of iron supplementation's effects on adolescent girls. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 12(2), 60–69. <https://doi.org/10.14710/jgi.12.2.60-69>
- Utami, A. S., et al. (2020). Awareness about anaemia and weekly iron-folic acid supplementation (WIFAS) among school-going adolescent girls and parents in East Java and East Nusa Tenggara, Indonesia. *Journal of Nutritional Science and Vitaminology (Tokyo)*, 66(Supplement), S111–S117. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33612578>

- Wardani, R. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Indonesia: Kajian sistematis. *Media Gizi Kesmas*, 13(2), 878–897. <https://doi.org/10.20473/mgk.v13i2.2024.878-897>
- World Health Organization & Nutrition International. (2025). The coverage of school-based iron supplementation among adolescent girls in various regions in Indonesia. *BIO Web of Conferences*, 153, 02014. <https://doi.org/10.1051/bioconf/202515302014>