

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Pustaka

Peneliti yang dilakukan oleh (Maryati et al., 2018) dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Tablet Fe Dengan Menggunakan *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Di Smp N 20 Kota Jambi Tahun 2017” dengan tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tablet Fe dengan menggunakan leaflet terhadap pengetahuan remaja putri di SMP N 2A Kota Jambi tahun 2017. Lalu penelitian ini menggunakan rancangan *One Group Pretest Posttest*. Jumlah responden sebanyak 149 siswi Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Instrumen pada penelitian ini adalah kuesioner, lalu menggunakan pengukuran skala gutman. Hasil penelitian ini adalah responden yang mempunyai pengetahuan yang kurang baik tentang tablet Fe sebelum dilakukan penyuluhan sebanyak 146 responden (97,9%) dan sebagian kecil mempunyai pengetahuan baik tentang tablet Fe sebanyak 3 responden (2,1%). diperoleh nilai $p=0,033$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan antara responden yang mempunyai pengetahuan baik, cukup dan kurang.

Penelitian yang dilakukan oleh (Putu & Sutrisna, 2019) dengan judul” Pengaruh penyuluhan dengan menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah Di Smpn 1 poli-polia Kabupaten Kolaka Timur”. Tujuan peneliti ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan dengan menggunakan media booklet terhadap pengetahuan remaja putri tentang

tablet tambah darah di SMPN 1 Poli-polia. Lalu peneliti ini menggunakan rancangann desain *one group pretest* dan *posttest design*. Besar sampel dalam penelitian ini berjumlah 54 remaja putri dengan metode penarikan sampel menggunakan *simple random sampling*. Instrumen pada penelitian ini adalah kuesioner, lalu menggunakan pengukuran skala gutman. Hasil penelitian dengan pada tingkat kepercayaan 95% menggunakan paired T-test di peroleh $p=0,01$ atau $P < 0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan dengan media booklet terhadap pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah.

2.2 Remaja

2.2.1 Pengertian Remaja

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak- kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini pertumbuhan remaja semakin berubah dan cepat dalam tumbuh kembang terkait masalah sistem reproduksi dibandingkan masa sebelumnya yakni saat menjadi masa anak- anak. permulaannya ditandai oleh perubahan-perubahan fisik yang mendahului kematangan seksual. Kurang lebih bersamaan dengan perubahan fisik ini, juga akan dimulai proses perkembangan psikis remaja pada waktu mereka melepaskan diri dari ikatan orang tuanya, kemudian terlihat perubahan-perubahan kepribadian yang terwujud dalam cara hidup untuk menyesuaikan diri dalam masyarakat (Dr. Haerani Nur, 2020).

Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Masa remaja disebut juga sebagai masa pertumbuhan yang secara pesat meliputi pertumbuhan serta aspek tumbuh kembang terutama pada

remaja putri dengan banyaknya perubahan terkait dengan sistem reproduksi, perubahan banyak baik secara fisik, perilaku dan masalah kesehatan yang terjadi pada masa remaja (Permatasari, 2017).

2.2.2 Konsep Perkembangan Remaja

Menurut WHO (2018) Remaja adalah kelompok penduduk yang berusia 10-19. Pertumbuhan dan perkembangan selama masa remaja dibagi dalam tiga tahap, yaitu remaja awal (usia 11-14 tahun), remaja pertengahan (usia 14-17 tahun) dan remaja akhir (usia 17-20 tahun). Mereka ada yang berada di dalam sekolah (berbasis sekolah) dan di dalam kelompok masyarakat (berbasis masyarakat). Usia fase remaja dikelompokkan menjadi :

1. Remaja awal (11 - 14 tahun)

Pra remaja ini mempunyai masa yang sangat pendek, kurang lebih hanya satu tahun; untuk laki-laki usia 12 atau 13 tahun - 13 atau 14 tahun. Dikatakan juga fase ini adalah fase negatif, karena terlihat tingkah laku yang cenderung negatif. Fase yang sukar untuk hubungan komunikasi antara anak dengan orang tua. Perkembangan fungsi-fungsi tubuh juga terganggu karena mengalami perubahan-perubahan termasuk perubahan hormonal yang dapat menyebabkan perubahan suasana hati yang tak terduga.

2. Remaja tengah (14 - 17 tahun)

Pada fase ini perubahan-perubahan terjadi sangat pesat dan mencapai puncaknya. Ketidakseimbangan emosional dan ketidakstabilan dalam banyak hal terdapat pada usia ini. Ia mencari identitas diri karena masa ini, statusnya tidak jelas.

Pola-pola hubungan sosial mulai berubah. Menyerupai orang dewasa muda, remaja sering merasa berhak untuk membuat keputusan sendiri. Pada masa perkembangan ini, pencapaian kemandirian dan identitas sangat menonjol, pemikiran semakin logis, abstrak, idealistik dan semakin banyak waktu diluangkan di luar keluarga.

3. Remaja akhir (18- 21 tahun)

Dirinya ingin menjadi pusat perhatian; ia ingin menonjolkan dirinya; caranya lain dengan remaja awal. Idealis, mempunyai cita-cita tinggi, bersemangat dan mempunyai energi yang besar. Ia berusaha memantapkan identitas diri, dan ingin mencapai ketidaktergantungan emosional.

Remaja lanjut atau remaja akhir ini merupakan usia yang berperilaku dan berpikiran tidak seperti remaja awal, menurut Hurlock (2011) remaja akhir disebut sebagai usia diambang dewasa yang masih mengalami kebingungan atau kesulitan di dalam usaha meninggalkan kebiasaan pada usia sebelumnya dan di dalam memberikan kesan bahwa mereka hampir atau sudah dewasa sesuai usia mereka, yaitu dengan merokok minum-minuman keras dan menggunakan obat-obatan.

2.2.3 Tumbuh Kembang Remaja

Perkembangan fisik adalah perubahan-perubahan pada tubuh (Dr. Haerani Nur, 2020). Perubahan pada tubuh pada fase remaja ditandai dengan pertambahan tinggi dan berat tubuh, pertumbuhan tulang dan otot, dan kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi. Perubahan fisik pada fase remaja yang terjadi

secara cepat, seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja (Yunita et al., 2020).

Dengan perubahan fisik remaja terutama pada remaja putri dengan fase menstruasi sering kali mengalami kekurangan gizi yang dapat terjadinya penurunan berat badan, serta menyebabkan perubahan hormon pada saat siklus menstruasi tidak teratur atau dapat terjadi tidak menstruasi sama sekali. Pada Status gizi yang kurang yaitu terlalu kurus (Kurang Energi Kronik) dan dapat menyebabkan terjadinya masalah kesehatan pada remaja karena kekurangan zat besi (Hasanah et al., 2020). Kekurangan nutrisi pada seseorang terjadi penurunan fungsi reproduksi, sehingga Gizi pada saat menstruasi sangat diperlukan untuk mengganti komponen darah yang hilang seperti zat besi dan juga diperlukan untuk proliferasi jaringan endometrium (Tika Nur Hidayah, 2017).

Perubahan fisik remaja dengan masalah gizi dapat mempengaruhi faktor pada proses tumbuh kembang yang ditandai dengan 5L yaitu lesu, lelah, letih, lemah dan lunglai yang merupakan faktor masalah kesehatan remaja berupa kurang darah, menstruasi, gizi yang tidak seimbang, penurunan berat badan. Maka dilakukan pencegahan berupa pemberian konsumsi tablet Fe untuk menambah asupan zat besi dalam tubuh yang hilang serta mengurangi jumlah anemia pada remaja (Cahyaningtyas, 2017).

2.3 Konsumsi Tablet Fe

2.3.1 Pengetian Tablet Tablet Tambah Darah (Zat Fe)

Tablet tambah darah merupakan program pemerintah dalam pemberian tablet Fe pada remaja putri untuk mengurangi jumlah anemia pada remaja putri, bertujuan untuk meminimalisir terjadinya anemia. Tablet tambah darah merupakan suplemen zat gizi yang mengandung 60 mg besi elemental dan 0,25 asam folat (sesuai rekomendasi WHO). Tablet Fe bila diminum secara teratur dan sesuai aturan dapat mencegah dan menanggulangi anemia. Dosis pemberian tablet Fe pada remaja putri dianjurkan mengkonsumsi secara rutin 1 tablet setiap minggu dan 1 tablet setiap hari selama masa menstruasi (Depkes, 2016).

Konsumsi tablet Fe sangat dipengaruhi oleh pengetahuan remaja putri. faktor pendukung remaja putri untuk mengkonsumsi secara baik. Pengetahuan yang baik dapat membentuk suatu kepatuhan dalam dipengaruhi oleh adanya beberapa faktor diantaranya bentuk tablet, warna, rasa, dan efek samping dari tablet tambah darah (WHO, 2018) selain itu tingkat pengetahuan juga berhubungan dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe (Noviazahra, 2017).

2.3.2 Manfaat Tablet Fe Pada Remaja

Tablet Fe akan efektif sebagai salah satu perbaikan gizi, apabila diminum sesuai aturan pakai. Adapun salah satu aturan pemakaian tablet Fe minum satu tablet seminggu sekali atau sesuai kebutuhan dan dianjurkan minum satu tablet selama haid. (Ivon Valentin Mandagi et al., 2020). Manfaat tablet Fe sebagai berikut:

1. Upaya pencegahan anemia agar tidak terjadi risiko yang berbahaya,
2. Dapat mengurangi jumlah anemia pada remaja putri

3. Kemampuan meningkatkan konsentrasi dan semangat dalam aktivitas
4. Dapat memenuhi vitamin dan mineral di dalam tubuh
5. Perbaiki hemoglobin dalam tubuh

2.3.3 Cara Penggunaan Tablet Fe

Tablet tambah darah akan efektif sebagai salah satu perbaikan gizi apabila diminum sesuai aturan pakai. Menurut Kemenkes (2018) aturan pemakaian tablet tambah darah sebagai berikut:

1. Minum satu tablet tambah darah seminggu sekali dan dianjurkan minum satu tablet per hari setiap hari selama haid.
2. Minum tablet tambah darah dengan air putih, jangan minum dengan teh, susu, atau kopi karena dapat menurunkan penyerapan zat besi dalam tubuh sehingga manfaatnya jadi berkurang. Efek samping yang ditimbulkan gejala ringan yang tidak membahayakan seperti perut terasa tidak enak, mual, susah BAB dan tinja berwarna hitam.
3. Cara mengurangi efek samping, minum tablet tambah darah setelah makan malam menjelang tidur, akan tetapi bila setelah minum tablet tambah darah disertai makan buah-buahan.
4. Simpan tablet tambah darah di tempat yang kering, terhindar dari sinar matahari langsung, jauh dari jangkauan anak dan setelah dibuka harus ditutup kembali dengan rapat tablet Fe yang sudah berubah warna sebaiknya tidak di minum (warna asli merah darah). Tablet tambah darah tidak menyebabkan tekanan darah tinggi atau kelebihan darah.

2.3.4 Efek Samping Tablet FE

Menurut (Diani, 2017) Efek samping zat besi pada remaja biasanya sering di tandai dengan berupa perut tidak enak, mual namun mual dapat diatasi dengan mengkonsumsi buah terlebih dahulu, susah buang air besar dan bab hitam namun jika bab hitam itu tidak masalah karna tubuh memiliki sistem pengaturan sendiri untuk zat besi ketika cadangan besi kalian kurang di dalam tubuh maka penyerapan zat besi akan lebih meningkat dan jika rasa zat besi terasa cukup di dalam tubuh maka akan dikeluarkan dengan melalui tinja atau bab.

Mengurangi gejala di atas sangat dianjurkan minum tablet zat besi setelah makan (perut tidak kosong) atau malam sebelum tidur. Bagi remaja putri dan wanita usia subur yang mempunyai gangguan lambung dianjurkan konsultasi kepada dokter (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

2.3.5 Makanan Yang Mengandung Zat Besi

Konsumsi tablet tambah darah menurut Kemenkes (2018) untuk meningkatkan penyerapan zat besi sebaiknya tablet tambah darah dikonsumsi bersamaan dengan :

1. Makanan dengan kandungan zat besi yang tinggi kandungan bisa bersumber dari makanan hewani yaitu daging sapi, ayam, telur, ikan serta hati ayam.
2. Protein nabati seperti kacang-kacangan tahu tempe juga bisa menjadi sumber zat besi yang dibutuhkan oleh tubuh.
3. Kandungan zat besi yang tinggi juga bisa didapatkan dari sayur-sayuran seperti bayam, kangkung, dan brokoli, serta berupa buah-buahan sumber vitamin C seperti jeruk, jambu, merah, mangga, nanas, pisang, dan papaya.

Keanekaragaman konsumsi makanan berperan penting dalam membantu meningkatkan penyerapan Fe didalam tubuh. Kehadiran protein hewani, vitmin C, Vitamin A, Asam folat, zat gizi mikro lain dapat meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh. Manfaat lain dari mengkonsumsi makanan sumber zat besi adalah terpenuhinya kecukupan vitamin A, karena makanan sumber zat besi biasanya juga merupakan sumber vitamin A (Almatsier, 2019).

2.4.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan (*knowledge*) adalah hasil tahu dari manusia, yang sekedar menjawab pertanyaan "*what*", misal nya apa itu air, apa itu manusia, apa itu alam, dan sebagainya, melainkan akan menjawab pertanyaan "*why*" dan "*how*". Pengetahuan hanya dapat menjawab pertanyaan apa sesuatu itu (Notoatnodjo, 2018).

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan bidang tentang partograf terjadi setelah orang melakukan penginderaan. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba (Notoatmojo, 2018).

Pengetahuan adalah sebagai reaksi ingatan yang dapat merangsang oleh alam melalui dengan objek sentuhan atau oleh indra dan pengetahuan merupakan sebuah objek (Fitriani, 2022).

Pengetahuan adalah sebagai ingatan atas bahan-bahan yang telah dipelajari dan mungkin ini menyangkut tentang mengingat kembali sekumpulan bahan yang luas dari hal-hal yang terperinci oleh teori, tetapi apa yang diberikan

menggunakan ingatan akan keterangan yang sesuai (Prasetyo dalam Maspriyadi, (2019).

Pengetahuan mempunyai sasaran tertentu, mempunyai metode atau pendekatan untuk mengkaji objek tersebut sehingga memperoleh hasil yang dapat disusun secara sistematis dan diakui secara umum, maka terbentuknya disiplin ilmu (Notoatmodjo, 2018).

2.4.2 Tingkat pengetahuan

Menurut Notoatmojo (2018), pengetahuan yang dicakup dalam daerah kognitif mempunyai 6 tingkatan.

1. Tahu (*know*) adalah mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Untuk mengukur orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain dengan menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan.
2. Memahami (*comprehension*) adalah kemampuan untuk memahami secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.
3. Aplikasi (*application*) adalah kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi yang sebenarnya.
4. Analisis (*analysis*) adalah kemampuan untuk menjabarkan materi atau objek ke dalam komponen-komponen tetapi masih di dalam.
5. suatu struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lainnya.
6. Evaluasi (*evaluation*) adalah kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi objek.

2.4.3 Tingkatan Pengetahuan Di Dalam Domain Kognitif

Menurut pendapar Notoatmodjo (2018) tingkat pengetahuan dapat dibagi menjadi 6, meliputi :

1. Tahu (*know*)

Kemampuan mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rancangan yang telah diterima.

2. Memahami (*compheration*)

Kemampuan untuk memperjelaskan objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

3. Aplikasi (*Aplication*)

Kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada kondisi atau situasi sebenarnya. dimana kemampuan seseorang dapat menerapkan atau mengaplikasikan materi yang telah dipelajari dalam kondisi ataupun situasi yang sebenarnya.

4. Analisis (*Analysis*)

Kemampuan tingkatan pengetahuan dimana kemampuan seseorang dapat mendeskripsikan materi dan objek ke dalam komponen-komponen, namun masih ada kaitan satu dengan yang lain nya.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Kemampuan menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru untuk menyusun suatu formulasi-formulasi.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Kemampuan melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek atau materi. Penilaian-penilaian ini berdasarkan pada suatu *criteria* yang ditentukan sendiri atau *criteria-criteria* yang telah ada.

2.4.4 Faktor-Faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2018) beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan, yaitu

1. Pendidikan

Pendidikan merupakan sebuah proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok dan juga usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan, maka jelas dapat kita kerucutkan bahwa sebuah visi pendidikan yaitu untuk mencerdaskan manusia.

Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi yang meningkatkan kualitas pengetahuan berkaitan dengan program kesehatan masyarakat yang minim mengenai pendidikan kesehatan tentang konsumsi tablet tambah darah, maka dari itu untuk meningkatkan kualitas pengetahuan khususnya bagi remaja putri dalam memperoleh informasi tentang konsumsi tablet Fe atau tambah darah. Dengan diberikan nya suatu pendidikan maka makin mudah menerima informasi dalam memperoleh informasi mengenai pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan konsumsi tablet tambah darah sehingga makin banyak pengetahuan yang dimiliki dan semakin mudah remaja menerima informasi.

2. Informasi/ Media massa

Informasi adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu. Informasi diperoleh dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya.

Media yang digunakan berupa *Video based learning* adalah penyampaian pengetahuan ataupun keterampilan dengan menggunakan video, yang setidaknya memiliki dua elemen yaitu visual dan audio. Setidaknya *video based learning* memiliki beberapa kelebihan, yaitu lebih efektif dan efisien, lebih dipahami dan mendukung pembelajaran aktif, meskipun pembelajaran dilakukan secara daring atau online (Faraby & T, 2021).

3. Sosial, Budaya dan Ekonomi

Tradisi atau budaya seseorang yang dilakukan tanpa penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk akan menambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Seseorang yang mempunyai sosial budaya

yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budayanya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik.

4. Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi proses masuknya pengetahuan kedalam individu karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh individu. Lingkungan yang baik akan pengetahuan yang didapatkan akan baik tapi jika lingkungan kurang baik maka pengetahuan yang didapat juga akan kurang baik.

5. Pengalaman

Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman orang lain maupun diri sendiri sehingga pengalaman yang sudah diperoleh dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Pengalaman seseorang tentang suatu permasalahan akan membuat orang tersebut mengetahui bagaimana cara menyelesaikan permasalahan dari pengalaman sebelumnya yang telah dialami sehingga pengalaman yang didapat bisa dijadikan sebagai pengetahuan apabila mendapatkan masalah yang sama.

6. Umur

Usia adalah umur individu yang terhitung mulai saat dilahirkan cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang terutama remaja dengan tumbuh kembang yang pesat juga mempengaruhi sistem reproduksi semakin matang pula pemikirannya soal kesehatan reproduksinya khususnya tentang kesehatan remaja.

2.4.5 Pengukuran pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan cara wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subyek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat kita sesuaikan dengan tingkatan-tingkatan diatas (Nursalam, 2013):

1. Tingkat pengetahuan baik bila skor >75%-100%
2. Tingkat pengetahuan cukup bila skor 56%-75%
3. Tingkat pengetahuan kurang bila skor <56%

2.4 Video Based Learning

2.5.1 Video Based Learning

Video based learning digunakan dalam pembelajaran untuk mendesain pengetahuan atau keterampilan yang diperoleh dengan diajarkan melalui video. Video dalam hal ini terdapat dua elemen yaitu audio dan visual, audio digunakan sebagai menguraikan informasi secara lisan sedangkan visual sebagai menyediakan sumber utama atau pemaparan isi secara tulisan atau gambar (Faraby & T, 2021).

Video Based Learning (VBL) menunjukkan pengetahuan atau keterampilan yang diperoleh melalui pembelajaran melalui video. Salah satu fitur utama video ini adalah penggunaan isyarat pendengaran dan visual. Aspek visual menyediakan sumber utama informasi dan audio digunakan untuk menguraikan informasi, *video based learning* menjadikannya metode pembelajaran yang efektif yang dapat meningkatkan dan sebagian menggantikan pendekatan pembelajaran

tradisional. Video ini juga sering kali menjadi sebuah media pembelajaran baru yang berbasis video dan merupakan salah satu metode yang menjadi tren tersendiri dalam *e-learning (electronic learning)* yang kuat yang digunakan untuk meningkatkan hasil belajar dan kepuasan siswa dengan memberikan pendidikan kesehatan berupa *video based learning* (Putry et al., 2020).

Video based learning digunakan untuk anak pelajar yang dimana dapat menyampaikan pengetahuan atau keterampilan dengan menggunakan video, video yang disajikan lebih bermakna dengan mencakup informasi yang disampaikan melalui video dengan durasi yang singkat dan jelas atau tidak lebih dari 10 menit sehingga cenderung mengurangi bosan dan lebih efektif apabila dilakukan 1 kali dalam 1 tema pembelajaran karena pada dasarnya jika dilakukan berulang kali di hari yang berbeda akan terasa bosan dan tidak ada rasa tertarik kembali. *Video based learning* memberikan pengalaman belajar yang baru terhadap proses pembelajaran sehingga proses pembelajaran tidak membosankan atau selalu tegang, maka dari itu pengalaman video dapat dirasakan dengan penayangan animasi yang seru dan mudah dimengerti penyampaian dan makna dari materi yang disampaikan (Haqiqi & Syarifa, 2021).

2.5.2 Manfaat video based learning

Manfaat video sebagai media pembelajaran di era 4.0 sangat besar, seperti dalam pembelajaran alat komunikasi yang penting di era 4.0, maka video bisa digunakan sebagai perantara pembelajaran dengan mudah dipahami dan mudah dalam bahasa yang disampaikan, seperti halnya pembelajaran dengan menggunakan karakter animasi yang membutuhkan

penerapan bahasa sebagai bentuk pemahaman yang nyata maka dengan adanya video sebagai media pembelajaran bisa dijadikan jembatan dalam pembelajaran bahasa tersebut (Putry et al., 2020).

2.5.3 Macam-Macam *video based learning*

Menurut (Putry dkk., 2020). Beberapa macam *video based learning* yang di kelompokkan ke dalam beberapa jenis media. Djarmah dan Aswan mengelompokkan media *video based learning* berdasarkan keberadaannya yaitu menjadi dua macam, yaitu

1. Media *video based learning* gerak

Media *video based learning* gerak adalah salah satu media yang bisa menampilkan dua unsur yang bisa bergerak yaitu unsur suara dan gambar, unsur-unsur tersebut bermula dari satu sumber. Macam-macam media yang merupakan bagian dalam kelompok ini yaitu:

- a. Televisi yang merupakan salah satu sistem elektronik yang menampilkan gambar dan suara secara bersamaan dengan perantara kabel atau ruang.
- b. Video yang merupakan salah satu bagian dari media audio visual yang bergerak dengan menampilkan gambar beserta suara dalam keadaan bergerak
- c. Film bersuara yang merupakan terdapat beberapa gambar dalam *frame*, yang mana *frame* ini dapat diproyeksikan dengan menghubungkan lensa proyektor/LCD dengan listrik secara mekanik sehingga dapat dilihat pada layar berupa gambar dan disertai suara.

2. Media *video based learning* diam

Media *video based learning* diam biasa dinamakan dengan film bingkai suara (*sound slide*) yang merupakan salah satu dari media video dengan menampilkan unsur suara dan gambar diam, unsur suara dan gambarnya berasal dari sumber yang berbeda. Film bingkai suara (*suound slide*) merupakan slide yang ditambah dengan suara dari sumber audio yang berbeda, bukan alat audio visual lengkap.

2.5.4 Pengertian pendidikan kesehatan

Pendidikan kesehatan adalah proses yang menyambungkan kesenjangan antara informasi kesehatan dan praktek kesehatan, yang memotivasi seseorang untuk memperoleh informasi dan berbuat sesuatu sehingga dapat membuat dirinya menjadi lebih sehat dan menghindari kebiasaan buruk dalam membentuk kebiasaan yang menguntungkan kesehatan (Noatmodjo, 2018).

Pendidikan kesehatan adalah proses yang direncanakan dengan sadar untuk menciptakan peluang bagi individu-individu untuk senantiasa belajar memperbaiki kesadaran (*literacy*) serta meningkatkan pengetahuan dan keterampilan (*life skills*) demi kepentingan kesehatan (Nursalam, 2018).

Pendidikan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik belajar dan instruksi. dengan tujuan untuk mengingat fakta atau kondisi nyata, dengan cara memberi dorongan terhadap pengarahan diri (*self direction*), aktif memberi informasi-informasi atau ide-ide baru (Suliha, 2017).

Definisi yang ditemukan di atas, dapat diambil sebuah kesimpulan pendidikan kesehatan merupakan proses belajar sebuah kesimpulan pendidikan kesehatan merupakan proses belajar pada individu, kelompok atau masyarakat dari tidak tahu tentang nilai kesehatan menjadi tahu, dan tidak mampu mengatasi masalah kesehatan sendiri menjadi mandiri. Dalam keperawatan yang mandiri untuk membantu klien baik individu kelompok maupun masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan melalui berperan sebagai perawat pendidik (Suliha, 2016)

2.5.5 Tujuan pendidikan kesehatan

Tujuan utama pendidikan kesehatan adalah agar orang mampu:

- 1 Menetapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri.
- 2 Memahami apa yang dapat mereka lakukan terhadap masalahnya dengan sumber daya yang ada pada mereka ditambah dengan dukungan dari luar.
- 3 Memutuskan kegiatan yang paling tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat (Mubarak, 2016).

2.5.6 Faktor yang mempengaruhi pendidikan kesehatan

Menurut (Notoatmodjo, 2018) ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan promosi kesehatan dalam melakukan pendidikan kesehatan diantaranya yaitu:

1. Faktor Pemudah (*Predisposing Factor*)

Faktor ini mencakup pengetahuan kesehatan, antara lain umur, pendidikan, dan pengetahuan, sikap dan perilaku terkait konsumsi tablet Fe.

2. Faktor Pemungkin (*Enabling Factor*)

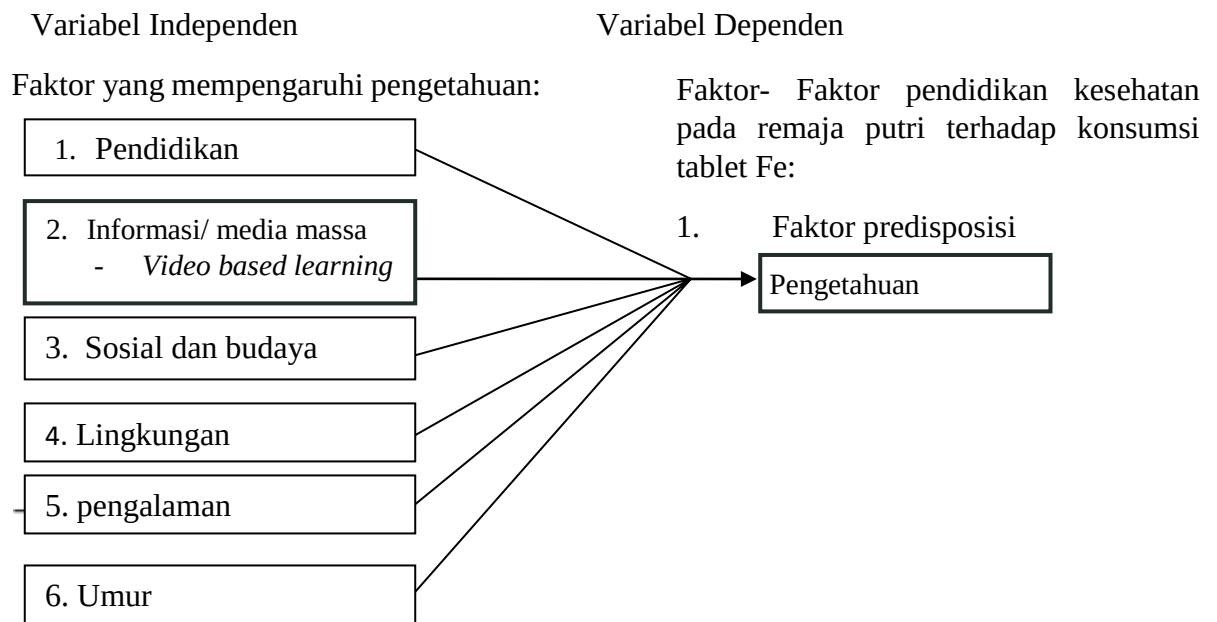
Faktor-faktor pendukung (*enabling factors*), yang terwujud dalam lingkungan fisik, tersedia atau tidaknya fasilitas-fasilitas atau saran-saran kesehatan baik dari puskesmas, obat-obatan, alat-alat kontrasepsi, jamban dan sebagainya.

3. Faktor Penguat (*Reinforcing factor*)

Merupakan faktor yang berasal dari lingkungan berupa dukungan dari guru, orang tua, teman, yang terwujud dalam setiap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lain, yang merupakan kelompok referensi masyarakat (Notoatmodjo, 2018).

2.5 Kerangka Konseptual

Bagan 2.1 Kerangka Konseptual



Sumber : Notoatmodjo (2018)