

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Tiktok Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Motivasi Pencegahan Anemia Pada Siswi Kelas X Di SMAN 7 Samarinda

Lindri Olvia Pasila¹, Dian Ardyanti^{2*}, Desie Rahmawati³, Hilda⁴

^{1,2,3,4} Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur

Email: ardyantidian24@gmail.com

Abstrak

Anemia merupakan kondisi rendahnya kadar hemoglobin dalam darah. Rendahnya pengetahuan dan motivasi dalam pencegahan anemia meningkatkan risiko terjadinya anemia. Media sosial TikTok berpotensi dimanfaatkan sebagai media pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan motivasi pencegahan anemia. Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan melalui media TikTok terhadap peningkatan pengetahuan dan motivasi pencegahan anemia pada siswi kelas X SMAN 7 Samarinda. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *pre-experimental*, menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Sampel berjumlah 97 siswi kelas X yang dipilih menggunakan *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan motivasi sebelum dan sesudah intervensi video edukasi melalui media TikTok selama tujuh hari, kemudian dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden dengan tingkat pengetahuan kategori baik meningkat dari 90 responden (92,8%) pada *pretest* menjadi 97 responden (100%) pada *posttest*. Jumlah responden dengan motivasi kategori kuat juga meningkat dari 50 responden (51,5%) menjadi 63 responden (64,9%). Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan melalui media TikTok terhadap peningkatan pengetahuan ($p = 0,014$) dan motivasi pencegahan anemia ($p = 0,024$). Pendidikan kesehatan melalui media TikTok berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan motivasi pencegahan anemia pada siswi kelas X SMAN 7 Samarinda sehingga dapat dimanfaatkan sebagai media pendidikan kesehatan bagi remaja putri.

Kata kunci: Anemia, Tiktok, Pengetahuan, Motivasi, Remaja

Abstract

Anemia is a condition in which hemoglobin levels in the blood are low. A lack of knowledge and motivation regarding anemia prevention increases the risk of developing anemia. The social media platform TikTok has the potential to be used as a health education tool to increase knowledge and motivation regarding anemia prevention. To determine the impact of health education via TikTok on improving knowledge and motivation regarding anemia prevention among 10th-grade female students at SMAN 7 Samarinda. This study is a quantitative study with a pre-experimental design using a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 97 10th-grade female students selected using simple random sampling. Data were collected through knowledge and motivation questionnaires administered before and after the intervention—which consisted of educational videos on the TikTok platform over a seven-day period—and were then analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test. The results of the study show that the number of respondents with a “good” level of knowledge increased from 90 respondents (92.8%) in the pretest to 97 respondents (100%) in the posttest. The number of respondents in the “strong motivation” category also increased from 50 respondents (51.5%) to 63 respondents (64.9%). Results from the Wilcoxon Signed-Rank Test indicated that health education via TikTok had a significant effect on increasing knowledge ($p = 0.014$) and motivation to prevent anemia ($p = 0.024$). Health education via TikTok has an impact on increasing knowledge and motivation regarding anemia prevention among 10th-grade female students at SMAN 7 Samarinda, making it a useful tool for health education among adolescent girls.

Keywords: Anemia, Tiktok, Knowledge, Motivation. Teenager

1. PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang masih banyak ditemukan secara global maupun nasional. World Health Organization (WHO) tahun 2021 melaporkan prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif mencapai 29,9%, termasuk 29,6% pada wanita

usia 15–49 tahun yang tidak hamil. Di Indonesia, berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia pada remaja mencapai 15,5%, sedangkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2024 melaporkan sekitar 32% remaja usia 15–24 tahun mengalami anemia. Di Provinsi Kalimantan Timur, prevalensi anemia remaja mencapai 43,2% (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur, 2022), sementara kasus anemia pada remaja putri di Kota Samarinda meningkat dari 606 kasus pada tahun 2021 menjadi 1.434 kasus pada tahun 2022 (Dinas Kesehatan Kota Samarinda, 2023). Anemia perlu mendapat perhatian karena dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan, termasuk Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) (Rahmawati, Maharani, & Redha, 2025).

Remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia karena berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan yang pesat dengan kebutuhan zat besi yang meningkat. Remaja putri memiliki risiko lebih tinggi akibat kehilangan zat besi selama menstruasi. WHO mengategorikan remaja pada rentang usia 10–19 tahun, sedangkan Permenkes Nomor 25 Tahun 2014 menetapkan usia remaja 10–18 tahun. Anemia pada remaja dapat menyebabkan penurunan konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran tubuh, serta meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi apabila tidak ditangani sejak dini.

Permasalahan anemia remaja juga ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Trauma Center Kecamatan Loa Janan Ilir. Hasil penjarangan kesehatan terhadap 573 peserta didik SMA menunjukkan 140 siswi berisiko anemia, terdiri atas 52 kasus anemia ringan, 79 anemia sedang, dan 9 anemia berat. SMAN 7 Samarinda sebagai salah satu sekolah dalam wilayah tersebut memiliki 271 peserta didik, dengan 74 siswi mengalami anemia yang terdiri atas 37 anemia ringan, 17 anemia sedang, dan 20 anemia berat. Studi pendahuluan pada 18 Desember 2025 melalui Google Form terhadap 25 siswi kelas X A menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai pengertian, penyebab, tanda gejala, serta pencegahan anemia masih belum optimal. Selain itu, motivasi siswi dalam menerapkan perilaku pencegahan anemia, seperti konsumsi makanan bergizi dan pemenuhan zat besi, juga masih rendah. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya intervensi pendidikan kesehatan yang efektif dan sesuai dengan karakteristik remaja.

Peningkatan pengetahuan dan motivasi merupakan faktor penting dalam membentuk perilaku pencegahan anemia. Pengetahuan yang baik membantu remaja memahami risiko, dampak, dan upaya pencegahan anemia, sedangkan motivasi berperan dalam mendorong penerapan perilaku sehat secara konsisten (Hilda et al., 2023). Pendidikan kesehatan merupakan strategi promosi kesehatan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat (Ardyanti et al., 2026). Namun, metode edukasi yang masih banyak menggunakan ceramah cenderung kurang menarik bagi remaja sehingga diperlukan inovasi media pembelajaran yang interaktif, mudah dipahami, dan sesuai dengan perkembangan teknologi digital.

Perkembangan media sosial memberikan peluang dalam pelaksanaan promosi kesehatan melalui penyampaian informasi yang cepat, luas, dan mudah diakses (Ardyanti et al., 2026). TikTok menjadi salah satu platform yang populer di kalangan remaja karena menyajikan konten video singkat yang menarik dan interaktif. Penelitian Firdawiyanti (2023) menunjukkan bahwa edukasi melalui video TikTok mampu meningkatkan pengetahuan mengenai anemia, sedangkan Dalima dkk. (2023) menemukan bahwa TikTok berpengaruh signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar remaja. Oleh karena itu, pemanfaatan TikTok sebagai media pendidikan kesehatan memiliki potensi menjadi strategi inovatif dalam meningkatkan pengetahuan dan motivasi pencegahan anemia pada remaja putri.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini memiliki kebaruan (novelty) melalui pemanfaatan media TikTok sebagai media pendidikan kesehatan yang secara khusus bertujuan meningkatkan pengetahuan dan motivasi pencegahan anemia pada siswi SMAN 7 Samarinda.

Media ini diharapkan menjadi alternatif solusi dalam penyampaian edukasi kesehatan yang lebih menarik, interaktif, dan sesuai dengan karakteristik remaja sehingga dapat mendukung upaya pencegahan anemia secara berkelanjutan. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media TikTok terhadap peningkatan pengetahuan dan motivasi pencegahan anemia pada siswi SMAN 7 Samarinda

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen one-group pretest-posttest design tanpa kelompok kontrol. Pengukuran dilakukan dua kali, yaitu sebelum intervensi (*pretest/O₁*) dan setelah pemberian intervensi (*posttest/O₂*) untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media TikTok terhadap perubahan pengetahuan dan motivasi pencegahan anemia (Lubis et al., 2024). Intervensi yang diberikan berupa edukasi kesehatan mengenai pencegahan anemia melalui konten video TikTok sebagai bentuk inovasi media promosi kesehatan yang disesuaikan dengan karakteristik remaja.

Penelitian dilaksanakan pada 23 Februari–3 Maret 2026 di SMAN 7 Samarinda, Jalan Soekarno Hatta Km. 1, Kelurahan Simpang Tiga, Kecamatan Loa Janan Ilir, Kota Samarinda, Kalimantan Timur. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X SMAN 7 Samarinda sebanyak 154 orang. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Lemeshow (1997) dengan tingkat kepercayaan 95% sehingga diperoleh 97 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling, yaitu setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih menjadi sampel (Kusumastuti et al., 2024). Kriteria inklusi meliputi siswi kelas X berusia 15–18 tahun, sehat jasmani dan rohani, bersedia menjadi responden, serta memiliki akun TikTok. Kriteria eksklusi meliputi responden yang tidak mengikuti penelitian sampai selesai, tidak mengisi kuesioner secara lengkap, tidak menggunakan TikTok, atau tidak memiliki perangkat dan akses internet.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan menggunakan media TikTok, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan dan motivasi pencegahan anemia. Pendidikan kesehatan melalui TikTok didefinisikan sebagai pemberian informasi dan edukasi mengenai pencegahan anemia melalui konten video yang diberikan kepada responden. Pengetahuan diukur menggunakan kuesioner skala Guttman yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi (*pretest-posttest*) dengan kategori baik (76–100%), cukup (56–75%), dan kurang (<55%) (Efriani et al., 2024). Motivasi pencegahan anemia diukur menggunakan kuesioner dengan kategori kuat (67–100), sedang (34–66), dan lemah (0–33).

Pengumpulan data terdiri atas data primer dan sekunder. Data primer diperoleh secara langsung dari responden melalui identitas responden serta kuesioner pengetahuan dan motivasi sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan (Sugiyono, 2019). Data sekunder diperoleh dari berbagai sumber resmi, yaitu Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur, Dinas Kesehatan Kota Samarinda, serta Puskesmas Trauma Center. Instrumen penelitian berupa kuesioner *pretest* dan *posttest* untuk mengukur pengetahuan dan motivasi pencegahan anemia pada remaja putri.

Instrumen penelitian telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada 43 siswi SMAN 4 Samarinda yang memiliki karakteristik serupa dengan lokasi penelitian. Uji validitas menggunakan perbandingan nilai r hitung > r tabel, sedangkan reliabilitas diuji menggunakan Cronbach's Alpha (Sugiyono, 2019). Hasil uji menunjukkan bahwa instrumen pengetahuan memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,878 dan instrumen motivasi sebesar 0,849, sehingga keduanya termasuk kategori sangat reliabel dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Analisis data dilakukan melalui analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi setiap variabel penelitian (Hastono, 2020). Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media TikTok terhadap peningkatan pengetahuan dan motivasi pencegahan anemia. Pengujian hipotesis menggunakan uji Wilcoxon apabila data tidak berdistribusi normal dan paired t-test apabila data berdistribusi normal. Keputusan hipotesis ditentukan berdasarkan nilai *p-value* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$, yaitu H_a diterima apabila $p < 0,05$ yang menunjukkan adanya perbedaan sebelum dan sesudah intervensi, sedangkan H_o diterima apabila $p > 0,05$ (Hastono, 2020).

Tahapan penelitian diawali dengan studi pendahuluan untuk mengidentifikasi permasalahan anemia dan tingkat pengetahuan siswi, penyusunan proposal, seminar proposal, penentuan populasi dan sampel, pengajuan *ethical clearance*, serta uji validitas dan reliabilitas instrumen. Sebelum pelaksanaan penelitian, dilakukan penyamaan persepsi dengan enumerator untuk memastikan keseragaman proses pengumpulan data. Tahap pelaksanaan dimulai dengan pengisian kuesioner *pretest*, kemudian responden diberikan intervensi berupa video edukasi pencegahan anemia melalui TikTok selama tujuh hari berturut-turut. Video edukasi diunggah setiap pukul 16.00 WITA dan komunikasi dengan responden dilakukan melalui grup WhatsApp untuk memantau keterlibatan responden selama intervensi. Setelah intervensi selesai, dilakukan pengukuran *posttest* menggunakan instrumen yang sama, kemudian data dianalisis dan dilanjutkan dengan seminar hasil penelitian.

Pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu *editing* untuk memeriksa kelengkapan data, *scoring* untuk memberikan nilai pada jawaban responden, *entry data* menggunakan aplikasi SPSS, *tabulating* untuk mengelompokkan data sesuai kategori penelitian, serta *cleaning* untuk memastikan tidak terdapat kesalahan atau data yang hilang. Penelitian ini juga menerapkan prinsip etika penelitian yang meliputi penghormatan terhadap harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*), menjaga privasi dan kerahasiaan responden (*respect for privacy and confidentiality*), menjunjung keadilan dan keterbukaan (*respect for justice and inclusiveness*), serta mempertimbangkan manfaat dan risiko penelitian (*balancing harms and benefits*).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Univariat

Karakteristik Responden

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel penelitian berdasarkan data yang diperoleh dari responden. Data yang dianalisis meliputi karakteristik responden serta tingkat pengetahuan dan motivasi siswi sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai pencegahan anemia melalui media TikTok di SMAN 7 Samarinda. Hasil analisis tersebut disajikan dalam bentuk tabel untuk memberikan gambaran umum mengenai data penelitian.

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persen
Paparan Informasi		
Belum Terpapar Informasi	14	14,4 %
Terpapar Informasi	83	85,6 %
Total	97	100

Karakteristik	Frekuensi	Persen
Sumber Paparan Informasi		
Guru	13	13,4 %
Internet	29	29,9 %
Orang Tua	15	15,5 %
Teman	17	17,5 %
TikTok	9	9,3 %
Total	97	100

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil bahwa responden yang sudah pernah terpapar infoemasi mengenai anemia sebanyak 83 responden (85,6%). Sedangkan sumber paparan informasi dari internet lebih banyak yaitu 29 responden (29,9%).

Identifikasi Pengetahuan Mengenai Pencegahan Anemia pada Siswi SMAN 7 Samarinda pada saat *Pretest* dan *Posttest* disajikan dalam Tabel Berikut Ini.

Tabel 2 Distribusi Pengetahuan pada saat *Pretest* dan *Posttest*

Kategori	Pengetahuan			
	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	Frekuensi	Presentase %	Frekuensi	Presentasi %
Kurang	2	2,1 %	-	-
Cukup	5	5,2 %	-	-
Baik	90	92,8	97	100,0
Total	97	100,0	97	100,0

Sumber : Data Primer Terolah, 2026

Berdasarkan tabel 2, diperoleh hasil bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik saat *Pretest* sebanyak 90 responden (92,8%) dan pada saat *posttest* responden yang mengalami peningkatan pengetahuan baik sebanyak 97 responden (100%)

Identifikasi Motivasi Mengenai Pencegahan Anemia pada Siswi SMAN 7 Samarinda pada saat *Pretest* dan *Posttest* disajikan Dalam Tabel Berikut Ini :

Tabel 3 Distribusi Motivasi pada saat *Pretest* dan *Posttest*

Kategori	Motivasi			
	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	Frekuensi	Presentase %	Frekuensi	Presentasi %
Sedang	47	48,5 %	34	35,1 %
Kuat	50	50,1 %	63	64,9 %
Total	97	100,0	97	100,0

Sumber : Data Primer Terolah, 2026

Berdasarkan tabel 3, diperoleh hasil bahwa responden yang memiliki motivasi sedang saat *Pretest* sebanyak 47 responden (48,5 %) dan pada saat *posttest* responden yang mengalami peningkatan motivasi kuat sebanyak 50 siswi (50,1%).

Hasil Analisis Bivariat

Analisis bivariat pada penelitian ini dilakukan menggunakan uji wilcoxon. Uji ini digunakan untuk mengetahui pengaruh intervensi yang diberikan dengan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* responden. Melalui uji wilcoxon dapat diketahui apakah terdapat perbedaan antara kondisi sebelum dan sesudah intervensi. yaitu intervensi dinyatakan memiliki pengaruh apabila diperoleh nilai $p\text{-value} < 0,05$.

Analisis Pengetahuan Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Tiktok

Tabel 4 Pengetahuan sebelum dan Sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan TikTok

Kategori	Pengetahuan				<i>p -Value</i>	Ket
	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>			
	Frekuensi	%	Frekuensi	%		
Kurang	2	2,1 %	-	-	0,014	Berpengaruh
Cukup	5	5,2 %	-	-		
Baik	90	92,8%	97	100,0		
Total	97	100,0	97	100,0		

Sumber : Data Primer Terolah, 2026

Berdasarkan tabel 4 diatas, di peroleh hasil bahwa hasil analisis dengan uji wilcoxon menunjukkan $p\text{-value}$ 0,014 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan terdapat pengaruh ada pengaruh terhadap pengetahuan siswi sebelum dan sesudah di berikan pendidikan kesehatan menggunakan media TikTok. Terhadap pengetahuan responden.

Analisis Motivasi Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Tiktok

Tabel 5. Pengetahuan sebelum dan Sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan TikTok

kategori	Motivasi				Nilai <i>p -Value</i>	Ket
	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>			
	Frekuensi	%	Frekuensi	%		
Sedang	47	48,5 %	34	35,1 %	0,024	Berpengaruh
Kuat	50	64.9 %	63	64,9 %		
Total	97	100.0	97	100.0		

Sumber : Data Primer Terolah, 2026

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa hasil analisis dengan uji wilcoxon menunjukkan *p-value* 0,024 ($p < 0,05$). Ini menunjukkan ada pengaruh terhadap Motivasi siswi sebelum dan sesudah di berikan pendidikan kesehatan menggunakan media TikTok. Terhadap pengetahuan responden.

Pembahasan

Pengetahuan tentang Pencegahan Anemia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media TikTok, sebagian besar responden telah memiliki pengetahuan baik mengenai anemia, yaitu sebanyak 90 responden (92,8%). Setelah diberikan intervensi, seluruh responden (100%) berada pada kategori pengetahuan baik. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi menggunakan media TikTok. Penelitian Triyanto (2023) mendukung hasil ini dengan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan melalui TikTok berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri. Aprianti et al. (2024) juga menyatakan bahwa video edukasi TikTok mampu meningkatkan pengetahuan anemia karena penyampaian informasi yang menarik, singkat, dan mudah dipahami. Selain itu, Benavides et al. (2024) menjelaskan bahwa intervensi kesehatan berbasis digital (*eHealth*) efektif meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan remaja karena informasi dapat diakses secara fleksibel.

Peningkatan pengetahuan tersebut sesuai dengan teori Notoatmodjo (2018) bahwa pengetahuan merupakan hasil proses penginderaan terhadap suatu objek yang kemudian diolah menjadi informasi yang dipahami. Menurut asumsi peneliti, peningkatan pengetahuan terjadi karena media TikTok sesuai dengan karakteristik remaja yang lebih tertarik terhadap penyajian informasi visual berupa video singkat dan interaktif. Kemudahan akses serta kemampuan responden untuk melihat kembali materi edukasi membantu meningkatkan pemahaman mengenai pencegahan anemia. Dengan demikian, TikTok dapat menjadi alternatif media promosi kesehatan yang efektif bagi remaja.

Motivasi Pencegahan Anemia

Berdasarkan hasil penelitian, sebelum intervensi sebagian besar responden memiliki motivasi kuat sebanyak 50 responden (51,5%) dan motivasi sedang sebanyak 47 responden (48,5%). Setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui TikTok, jumlah responden dengan motivasi kuat meningkat menjadi 63 responden (64,9%), sedangkan motivasi sedang menurun menjadi 34 responden (35,1%). Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi melalui media TikTok mampu meningkatkan motivasi responden dalam melakukan pencegahan anemia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Rahmiyati et al. (2021) dalam Sasmita (2022) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan dapat meningkatkan motivasi remaja putri dalam menerapkan perilaku kesehatan. Riani et al. (2023) juga menunjukkan bahwa edukasi berbasis video efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terkait pencegahan anemia. Selain itu, Benavides et al. (2021) menjelaskan bahwa intervensi kesehatan berbasis media digital (*eHealth*) mampu meningkatkan keterlibatan remaja dalam menerapkan perilaku hidup sehat. Hal ini didukung teori Mufizar (2021) bahwa motivasi merupakan dorongan seseorang untuk melakukan tindakan tertentu, sedangkan Rahmawati (2020) menyatakan bahwa motivasi dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Dalam penelitian ini, pendidikan kesehatan melalui TikTok menjadi faktor eksternal yang mendorong peningkatan motivasi responden. Menurut asumsi peneliti, peningkatan motivasi terjadi karena penyampaian informasi melalui video yang menarik dan sesuai dengan kebiasaan remaja dalam menggunakan media sosial sehingga mendorong keinginan untuk menerapkan perilaku pencegahan anemia.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Media TikTok terhadap Pengetahuan Pencegahan Anemia

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,014 ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh pendidikan kesehatan melalui media TikTok terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan anemia pada siswi SMAN 7 Samarinda. Sebelum intervensi masih terdapat responden dengan kategori pengetahuan kurang dan cukup, sedangkan setelah diberikan edukasi seluruh responden berada pada kategori pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa media TikTok efektif digunakan sebagai media edukasi kesehatan bagi remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Ningsih et al. (2024) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan melalui TikTok berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri. Firdawiyanti dan Kurniasari (2023) juga menemukan bahwa TikTok memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja mengenai anemia. Selain itu, Benavides et al. (2024) menjelaskan bahwa media digital (*eHealth*) efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan karena bersifat interaktif, mudah diakses, dan sesuai dengan pola penggunaan teknologi remaja. Berdasarkan teori Notoatmodjo (2018), peningkatan pengetahuan terjadi karena adanya paparan informasi yang diterima dan dipahami oleh individu. Menurut asumsi peneliti, keberhasilan intervensi dipengaruhi oleh karakteristik TikTok yang menyajikan informasi secara visual, singkat, dan menarik sehingga lebih mudah diterima oleh responden.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Media TikTok terhadap Motivasi Pencegahan Anemia

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,024 ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh pendidikan kesehatan melalui media TikTok terhadap peningkatan motivasi pencegahan anemia pada siswi SMAN 7 Samarinda. Peningkatan motivasi terlihat dari perubahan kategori motivasi kuat yang meningkat dari 50 responden (51,5%) sebelum intervensi menjadi 63 responden (64,9%) setelah diberikan edukasi. Hasil ini menunjukkan bahwa media TikTok tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mampu mendorong motivasi remaja dalam melakukan tindakan pencegahan anemia.

Hasil penelitian ini didukung oleh Isnaini et al. (2024) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis media digital mampu meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri. Raeside et al. (2024) juga menjelaskan bahwa intervensi kesehatan berbasis media digital efektif meningkatkan keterlibatan remaja dalam menerapkan perilaku hidup sehat karena mudah diakses dan bersifat interaktif. Temuan ini sesuai dengan teori Mufizar (2021) bahwa motivasi merupakan dorongan untuk mencapai tujuan tertentu. Menurut asumsi peneliti, peningkatan motivasi terjadi karena TikTok mampu menyampaikan pesan kesehatan dengan cara yang menarik dan sesuai dengan kebiasaan digital remaja, sehingga informasi yang diterima lebih mudah memengaruhi kesadaran dan dorongan untuk melakukan pencegahan anemia.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SMAN 7 Samarinda dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden telah terpapar informasi mengenai anemia, yaitu sebanyak 83 responden (85,6%), dengan sumber informasi terbanyak berasal dari internet sebesar 29,9%. Hasil identifikasi pengetahuan menunjukkan bahwa responden dengan kategori pengetahuan baik sebelum intervensi (*pretest*) sebanyak 90 responden (92,8%) dan meningkat menjadi seluruh

responden sebanyak 97 responden (100%) setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media TikTok (*posttest*). Hasil identifikasi motivasi menunjukkan bahwa responden dengan kategori motivasi kuat sebelum intervensi sebanyak 50 responden (51,5%) dan meningkat menjadi 63 responden (64,9%) setelah diberikan intervensi. Hasil analisis menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media TikTok terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan anemia dengan nilai *p-value* sebesar 0,014 ($p < 0,05$). Selain itu, terdapat pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media TikTok terhadap peningkatan motivasi pencegahan anemia pada siswi SMAN 7 Samarinda dengan nilai *p-value* sebesar 0,024 ($p < 0,05$).

5. DAFTAR PUSTAKA

- Aprianti, Y., Fatmawati, T. Y., Wulansari, A., & Jeki, A. G. (2024). Pengaruh penggunaan media edukasi video menggunakan aplikasi tiktok terhadap peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri di sman kota jambi: the effect of using video educational media using the tiktok application on increasing anemia knowledge in adolescent girls at sman jambi city. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 6(2), 206-210.
- Ardyanti, D., Bernadetha, B., Tonapa, E., Maharani, I. D., Rahayu, E. P., Anhar, I., ... & Aisyah, S. (2026). Promosi Kesehatan Terpadu: Pendekatan, Implementasi, dan Inovasi di Masyarakat.
- Benavides, C., J. A. Benítez-Andrades, P. Marqués-Sánchez, and N. Arias. eHealth Intervention to Improve Health Habits in the Adolescent Population: Mixed Methods Study. *arXiv*. 2024.
- Dalima, m. N. A., & rahmawati, a. (2023). Pengaruh media sosial TikTok terhadap motivasi belajar remaja di surabaya. *Da'watuna: journal of communication and islamic broadcasting*, 3(4), 1209-1222.
- Elvira aprelia lyong, s r. (2020). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang pada peserta didik di smp negeri 1 esnuen kabupaten talaud. *Jurnal kesmas*.
- Firdawiyanti, b. S., & kurniasari, r. (2023). Pengaruh penggunaan media edukasi video TikTok dan infografis terhadap pengetahuan anemia pada remaja putri. *Media publikasi promosi kesehatan indonesia (mppki)*, 6(5), 925-930.
- Firdawiyanti, B. S., & Kurniasari, R. (2023). Pengaruh penggunaan media edukasi video TikTok dan infografis terhadap pengetahuan anemia pada remaja putri. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(5), 925-930.
- Hilda., Supriadi., Widiastuty, H. P., Arsyawina., & Mallongi, A. (2023). *Development of Patient Safety Management Learning Model Based on Problem Based Learning Integrated Soft Skill Higher Level Thinking for Health Students in Samarinda*. *Pharmacognosy Journal*, 15(2), 418–423.
- Isnaini, I., Pramono, J. S., & Hazanah, S. . (2025). Keefektifan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Tindakan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Media Informatika*, 6(6), 2857–2863. <https://doi.org/10.55338/jumin.v6i6.7105>
- Mutmainnah, patimah, s., & septiyanti. (2021). Hubungan kurang energi kronik (kek) dan wasting dengan kejadian anemia pada remaja putri di kabupaten majene 1,2,3. *Window of public health journal*, 1(5), 561–569.
- Nuryanti, A., Astuti, R. K., & Listyorini, D. (2023). Prediktor Perilaku Pengurangan Risiko Jatuh Pasien oleh Mahasiswa Praktik Keperawatan Berbasis Theory of Planned Behavior (TPB). *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 4(2), 106-114.

- Raeside, R., Jia, S. S., Todd, A., Hyun, K., Singleton, A., Gardner, L. A., ... & Partridge, S. R. (2024). Are digital health interventions that target lifestyle risk behaviors effective for improving mental health and wellbeing in adolescents? A systematic review with meta-analyses. *Adolescent Research Review*, 9(2), 193-226.
- Rahmawati, D., Maharani, I. D., & Redha, P. S. (2025). Analisis Faktor yang Berpengaruh terhadap Kejadian BBLR di Provinsi Kalimantan Timur. *HealthSense: Journal of Public Health Perspective*, 2(2), 1-6.
- Riani, P., Sukriani, W., & Lucin, Y. (2023). Pengaruh edukasi kesehatan berbasis video terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan anemia pada remaja putri di smk-n 4 palangka raya. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 10(2), 307–320. <https://doi.org/10.36743/medikes.v10i2.553>
- Sasmita, a. P., mubashir, a., & vijaya, n. (2022). Impact of nutritional education on knowledge, attitude and practice regarding anemia among school children in belgaum, india. *Global health journal*, 6(2), 91-94.
- Sasmita, h., hendriani, d., & tonapa, e. (2024). Pengaruh pendidikan kesehatan melalui video animasi terhadap pengetahuan dan motivasi konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia pada siswi smpn 43 samarinda. *Jurnal ilmiah kesehatan promotif*, 9(1), 1-13.
- Söderman, L., Stubbendorff, A., Ladfors, L. V., Bolmsjö, B. B., Nymberg, P., & Wolff, M. (2025). Exploring the effect of menstrual loss and dietary habits on iron deficiency in teenagers: A cross-sectional study. *PloS one*, 20(12), e0336688.
- Sodik, h., & anwar, m. (2022). Kenakalan remaja, perkembangan dan upaya penanggulangannya. *Tafhim al-'ilmi*, 14(1), 125-141.
- Susanti, Hani, Nurhasanah Nur, Yayan Heryani, Ai Sri Nopianti, Maryam Syarah, and Agustina Sari. "Pengaruh Sumber Informasi, Sikap, Dan Pola Makan Terhadap Anemia Pada Remaja Putri Di Smk 1 Pacet Cianjur." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 24, no. 02 (2025): 93-100.
- Yumesri, y. (2024). Etika dalam peneltian ilmiah. *Jurnal genta mulia*, 15(2), 63-69.
- Yusmaharani, y., ratih, r. H., & nurmaliza, n. (2023). Hubungan pengetahuan dan jenis makanan yang di konsumsi untuk mencegah anemia pada remaja di pekanbaru. *Jomis (journal of midwifery science)*, 7(1), 1-8.
- Yusup, a. H., azizah, a., rejeki, e. S., silviani, m., mujahidin, e., & hartono, r. (2023). Literature review: peran media pembelajaran berbasis augmented reality dalam media sosial. *Jurnal pendidikan indonesia: teori, penelitian, dan inovasi*, 3(5).
- Zulfikar, R., Suryadi, N., Prasarry, Y. V., & Barqiah, S. (2023). Penggunaan Theory of Planned Behavior dalam Kajian Perilaku Konsumen Hijau. *Jkbn (Jurnal Konsep Bisnis Dan Manajemen)*, 10(1), 28-41.